福祉おびつ

第51号
令和６年４月１日発行
小櫃地区社会福祉協議会
TEL/FAX 0439-35-2940
編集：広報委員会

いつもの春を過ごす喜び

名残りの雪が降る寒い春の朝、上総小櫃中学校の３年生の門出を祝う、令和５年度卒業証書授与式がリニューアルした体育館で行われ、恩師、在校生、父兄、来賓など多数が見守る中、59名の卒業生が夢と希望を胸に抱いて旅立って行きました。小櫃地区社会福祉協議会においても、敬老会を始めとしてようやくいろいろな行事が日常を取り戻しつつある一年でした。

令和5年度事業報告

令和５年度の小櫃地区社会福祉協議会の事業は、長く続いた新型コロナウイルス感染防止対策の緩和が進んだことから、男の料理教室以外の全ての事業を開催することができました。

敬老会

令和元年の台風や翌年からのコロナ禍で、4年間開催出来ませんでしたが、ようやく環境が整い、いつものような敬老会を開催することが出来ました。

今年度当地区においてお元気に90歳をお迎えの方が38名おられ、内10名の皆様に当日ご参加いただきました。

一人暮らし高齢者へ小学生からの年賀状

小学生にも高齢者を敬う心を育んでもらおうと、4年生に手作りの年賀状を作ってもらい、地域で一人暮らしの高齢者に送っています。

高齢者バスハイク

75歳以上でお一人暮らしの高齢者を、成田山新勝寺方面のバスハイクにお連れしました。

おびつスマイルサロン“いーね”

毎月第3金曜日は公民館の“いーね”にお出で下さい。一緒にお茶を飲んだり、おしゃべりしたりしましょう。
毎回変わる講師から、健康や暮らしに関わる話も聞くことが出来ます。どなたでも自由にお立ち寄り下さい。

見守り訪問・安否確認

年3回、75歳以上の高齢者や80歳以上の高齢者世帯を担当理事が訪問して見守りを行い、コロナ禍のお困りごとなどお聞きしています。

“いーね”に通う小櫃のお元気さん

令和4年6月から始めたおびつスマイルサロン“いーね”は、今年4月で23回となります。「毎回楽しみ」といって通われている小櫃のお元気さんに、お話をお聞きしました。

“いーね”インタビュー

①健康管理　②心がけていること　③日常の楽しみ　④ストレス発散　⑤感想、要望など

〈大森怜子さん〉80歳　戸崎一

①毎日夕方自宅周辺を1000歩は歩いています。
　イノシシに出会ってにらめっこ。追い払います。
②食事には気を付けています。海藻類やシラス等小魚をよく食べます。餅も好きです。
③畑仕事の合間に近所のお友達とおしゃべりなど・・・
④ストレスはありません。適当に体を休めたり、ラジオを聞いたりして過ごしています。
⑤サロンは楽しい。今のままで充分です。楽しみにしています。

〈加藤松江さん〉86歳　俵田

①うちでテレビを見ながら体操したり、腹筋や足を回したりしています。
②睡眠を十分とること。食事は野菜を中心にたべます。
③毎日の散歩。雨の日以外は毎日歩きます。
　サロンが楽しみで、毎回休みなく来ている。
④ストレスはないです。友人が多く、話す機会も多い。
⑤食事会がしたい。バスハイクや旅行もしたいですね。

〈木村美千子さん〉76歳　賀恵渕

①健康管理は特にしていません
②油物はあまり食べません。
③友達や孫とのおしゃべり、健康体操、野菜作り。
④ストレスはありません。気ままに暮らせています。
⑤毎回参加して楽しいです。雨の日の交通手段です。

〈江澤尚武さん〉86歳　末吉

①食事は野菜中心（出来れば家庭菜園で）
②肉や卵は薬物が含まれていそうだから控えめに。
③庭の芝生を剥がして畑を始めました。
　セニアカーを運転して買い物に出かけます。
　友人との食事会も楽しみで、時々しています。
④リハビリなどして健康管理をしています。
　先祖の供養も大切にしています。
⑤毎回楽しい。日帰りバスハイクなど行けたらいい。

防災情報

【大地震発生の前に家族で考える防災】

災害が発生した時、まずは自らの身の安全を守るため、自助の取り組みが欠かせません。いざという時に備えて、災害への対応を家族で確認しましょう。

実際に地震が発生した時のことを想定して、各自でやるべきことや、避難場所・連絡手段などを定期的に家族で話し合っておきましょう。

1．家族で防災会議を実施

・家族の役割分担を決める　・自宅内外の危険個所を確認
・避難場所、集合場所の確認　・家族の連絡手段の確認

2．持ち出し品・備蓄品を確認

□スマートホン　□モバイルバッテリー　□貴重品　□救急セット　□懐中電灯
□飲料水、食料　□歯磨きセット　□ウエットテッシュ　□タオル　□割り箸
□洗料　□ビニール袋　□軍手　□着替え、下着

□飲料水、食料　□ティシュ　□トイレットペーパー　□ゴミ袋　□簡易トイレ

資料：広報きみつ 2023.07.01

福祉情報

【介護家族のひろば】

「介護家族のひろば」は、認知症のご家族を介護する日々の中で、同じような立場や悩みを抱えている方が集い、日々抱えている思いを出し合ったり、相談し合ったり、励まし合ったりしながら、自分を見つめ支え合っていく場です。どうぞ気楽にご参加ください。

＊開　催：年2～3回を予定しています。
＊場　所：小櫃公民館
＊対象者：小櫃、上総地域にお住まいで、認知症等の介護をされているご家族などを主に
＊周知案内：自治会回覧やケアマネージャーを介して当事者への声掛けを行います。
＊内　容：①有識者による話題提供　②茶話会（介護トーク）
＊主　催：小櫃公民館（問合せ窓口）　電話 0439-35-2488
＊協　力：東部地域包括支援センター、生活支援コーディネーター、介護者ネットきみつ

【君津市認知症ガイドブック】

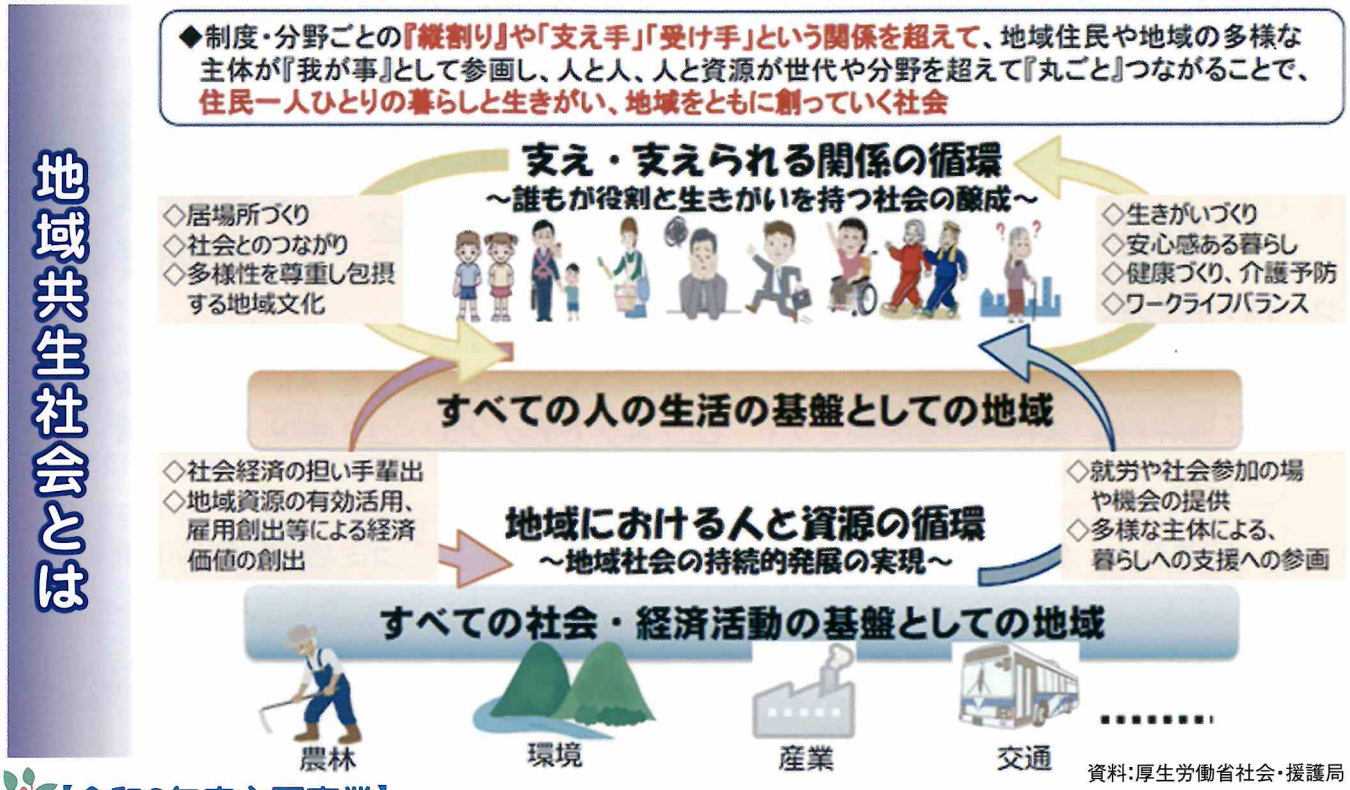
君津市認知症ガイドブックは、「認知症かもしれない」と思ったご本人やご家族が、君津市でどのような支援やサービスを受けることが出来るのかを、認知症の進行段階に合わせて記載しています。認知症は誰にでも起こりうる病気です。自分やご家族が認知症になった時に、どのような対応をすればよいのか。認知症になる前にどんな準備をしておけばよいのか。必要な時に必要な支援を受けられるように役立ちます。

問合せ先：君津市地域包括支援室　電話 0439-56-1732

お知らせ

【第四次君津市地域福祉活動計画が始まります】

令和５年度までの５年間取り組んできた「第三次君津市地域福祉活動計画」が終期を迎えました。今年度からは、「誰もがいきいきと生活できる地域共生のまち」の実現に向けて、「第四次君津市地域福祉活動計画」がスタートします。



資料:厚生労働省社会・援護局

【令和6年度主要事業】

令和６年度小櫃地区社会福祉協議会の主要事業は、以下のようなスケジュールで計画します。

事　業　名	開催時期	事　業　名	開催時期
役員研修	通年	見守り・友愛訪問	７月、11月、２月
青少年活動支援	8月、10月、12月	男の料理教室	年２回
広報誌の発行	4月、10月	スマイルサロン“いーね”	毎月第３金曜午後
バスハイク	5月23日	民生委員との交流	通年（月2回）
敬老会	10月13日	君津市福祉活動計画推進	通年

【君津市社会福祉協大会標語コンクール入選作品】

第52回君津市社会福祉大会が１月25日君津市民文化ホールにて開催され、令和５年度福祉の標語コンクール優秀賞作品として、皆さんの福祉の心あふれる作品が受賞いたしました。

＊優秀賞　おとしより　ちいきでみまもる　おもいやり	小櫃小１学年	本橋　彩葉（いろは）
＊優秀賞　声かけと　よりそう気持ち　広がる輪	小櫃小１学年	安藤　結音（ゆいね）
＊優秀賞　助け合い　笑顔の花咲く　町づくり	上総小櫃中１学年	小林　康市（こういち）
＊優秀賞　あいさつは　心をつなぐ　第一歩	上総小櫃中２学年	小澤　明莉（あかり）
＊優秀賞　つくり出そう！　笑顔絶えない　君のまち	上総小櫃中３学年	鈴木　功貴（こうき）

【寄付】令和５年度小櫃地区自治会連絡協議会様よりご寄付をいただきました。お寄せいただいた浄財は、本会の貴重な財源として有効に使わせていただきます。有難うございました。

※小櫃地区社会福祉協議会の事業は、君津市社会福祉協議会からの助成金を主な財源としております。