

ふかがわ



社協だより

令和4年
1月
第129号

- ① 地域フォーラム
- ② 新年のあいさつ
- ③ トピックス・総合福祉センター通信
- ④⑤ **特集**「生活支援コーディネーターの活動より」
- ⑥⑦ ボランティア通信
- ⑧ トピックス・認知症サポーター養成講座



体操を指導する
種市作業療法士

▲ やすらぎホールで行われた地域フォーラムの様子(10月29日)



フォーラムの最後は「抽選会」
大盛り上がりでした!!



活動実践者のみなさん

フォーラムは、水野生活支援協議会長の挨拶に始まり、生活支援コーディネーターが旭区町内会で発見した支え合い活動(通称お宝)の紹介や、それらの活動が映像で紹介されました。そして活動を実践されている三名の方から「つながりの大切さ」を感じる体験談を披露して頂いたところ、参加者の心に響いたようで「つながりがとても温かい人々で行われているので嬉しく思いました」と感想を耳にしました。

「地域に広がるあなたのえがおをお互いさまの暮らし」をテーマに『地域フォーラム(主催 深川市生活支援協議会)』が、生活支援協議会の調査活動モデル地区である旭区町内会会
員など七十八名の皆さんが参加
されました。



水野会長の挨拶

地域に広がるあなたのえがお!
地域フォーラム開催

編集・発行

社会福祉法人

深川市社会福祉協議会

深川市3条18番36号 総合福祉センター内
電話 26-2411 FAX 22-1443

この広報誌は、赤い羽根共同募金の配分を受けて発行しています



新年のごあいさつ



社会福祉法人 深川市社会福祉協議会

会長 三ツ井 隆 博

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、日頃より社会福祉協議会の運営並びに各種の地域福祉活動やボランティア活動にご理解とご協力、ご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

私は、昨年六月二十九日に開催された理事会で前寺下会長の後任として会長に選定され、就任から半年が経ちましたが、改めて職の重責を感じております。微力ではありますが、役職員とともに、深川市の「地域福祉の推進」に尽力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

さて、少子高齢化、人口減少が続く中、新型コロナウイルス感染症対策等により、外出・交流活動の自粛、経済活動の低迷も重なり合い、人間関係の希薄化、社会的孤立や生活困窮、介護や子育てに対する不安など、地域の福祉課題が複雑・多様化しております。

こうした課題に対して、地域の皆様と一緒に考えながら解決に向けて取り組むのが地域福祉の推進を使命とする社会福祉協議会の役割であります。これまで、本協議会では、深川市と連携・協働し、小地域ネットワーク活

動や、介護予防ふれあいサロン、生活介護支援サポートなど、「地域支え合い体制づくり」事業に取り組むとともに、介護保険サービスや障がい福祉サービスの指定事業所を運営し、利用者に寄り添ったサービスの提供に努めてまいりました。

特に、一昨年から生活支援コーディネーターが各地域（町内会）にかけ、その地域の支え合い活動を発掘・調整し、育成・創出するお手伝いを行う事業に取り組んでいます。しかし、これら事業の担い手である介護・福祉人材は慢性的な人手不足に陥り、本協議会も職員確保に苦慮しており、団塊世代が七五歳以上となる二〇二五年、団塊ジュニア世代が六五歳以上となる二〇四〇年に向け増々懸念されることです。さらには本協議会の経営も財政的に大変厳しい状況にあります。

今後とも本協議会が市民の皆様のニーズに応え、各種事業の実施やサービスを提供し、地域福祉の推進を担う組織として持続的に活動できるよう、長期的な視点に立った地域福祉実践計画や経営改善計画の策定などを通じ対策に取り組んでいく考えであります。

市民の皆様により一層のご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、この一年が皆様にとって幸多き年になりますようご祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。

[トピックス]「北海道コカ・コーラボトリング(株)」様より クリスマスプレゼントを頂きました！

この度「北海道コカ・コーラボトリング株式会社」様より、同社製品の飲料水を頂きました。この取り組みは、「多くの皆様へ笑顔をお届けすること」を目的に、1968年より毎年クリスマス時期に合わせて、北海道内の社会福祉施設へ同社製品の寄贈を続けているものです。

今年も全道730カ所の社会福祉施設へ合計8万本の製品が寄贈され、54年で寄贈した製品は累計357万本を突破しています。

深川市内では、障がい者関連施設4カ所へ届けられました。



[総合福祉センター通信]

「深川市総合福祉センター」は、深川市役所の東隣にあるレンガ色の壁の建物です。このセンターは、老人福祉センター・児童センター・働く婦人の家の三館からなる複合施設です。(施設の詳細は、以下のとおり)



「老人福祉センター」

〈利用対象〉 60歳以上の市民。

〈開館時間〉 午前9時から午後5時まで。

「児童センター」

〈利用対象〉 3歳から18歳までの市民。
未就学児は保護者同伴。

〈開館時間〉 午前9時から午後5時まで。

「働く婦人の家」

〈利用対象〉 市内に住む婦人・市内の事業所に勤務する婦人。

〈開館時間〉 午前9時から午後9時まで。

なお、ご利用についてのお問い合わせは
社会福祉協議会(電話26-2411)までご連絡下さい。

※ 写真は、児童センターで10月に開催された『ミニミニ運動会』の一場面。



コーディネーター今日も地域へ！

～日常の活動から～

生活支援コーディネーターは、地域で行われる支え合いの活動「通称 お宝」を掘り、その「お宝」から貴重なアイデアなどを教えてもらおうと、日々情報のキャッチのために耳を研ぎ澄まし知り得た情報をもとに訪問活動を行っています。

そのようにして集めた「お宝」のアイデアやヒントをまとめ、他の地域や活動に発信しています。

ある集まりを訪問した際に参加者からこんな声が聞かれました。「私たち、自分の為に集まったんだけど、この集まりが地域の人の集まる場所にしていきたくない」と。他者に寄り添う珠玉の言葉。日々地域の中で沢山の心が温かくなる言葉を耳にします。これが私たちコーディネーターの原動力となっています。



旭区町内会での調査活動より

生活支援コーディネーターは、「旭区町内会（深川市生活支援協議会調査活動モデル地区）」において、「ニーズ調査（大変になってきたこと）」と「担い手調査（すでに手伝っていること・頼まれたら手伝えそうなこと）」を行いました。そこで聞こえてきた声と見えてきたことを紹介します。

《ニーズ調査》 問い「大変になってきたことは何ですか」

「除雪できないから外出は控えている」「玄関前の雪はねが大変」

「お願いするにも気軽に頼める人がいない」「出かける時のハイヤー代が負担」

《担い手調査》 問い「既に手伝っている・頼まれたら手伝えそうなことは何ですか」

「私でできることで良ければ」「自分がやれる時であれば手伝いたい」

「頼まれたら自分にできそうなことは手伝えそう」

この「ニーズ調査」と「担い手調査」から聞こえた声を「つなぐ・つなげる仕組み＝支え合いの仕組み」があると、高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けられるのではないか、もっと寄り添いあえる地域が作られるのではと思いました。

「介護予防講座」参加者がサロン結成!

深川市（高齢者支援課）では、介護予防講座「深まる講座（ライスパワー体操サポーター養成）」を開催しています。この講座では、高齢者を対象に「運動の基礎知識」や「ライスパワー体操（北空知地域オリジナル体操）」などを学び、講座修了後はライスパワー体操を通じて地域でのつながりや支え合いの活動が期待されています。

昨年の夏開催された講座修了者の中で比較的近くに住む有志が立ち上がり、近隣の知人などに声を掛けた結果、介護予防サロン組織「駅ちかサロン・はまなす」を結成しました。十月の活動開始から「温泉プール・ア・エール」内の会議室を会場に月一回サロンを開催しています。十二月十日のサロンでは、生活支援コーディネーターが「懐かしい映像（桜山レジャーランド）」を披露したところ、さらに会話の花が咲いていました。



参加者みんなで会話を楽しまします



映像を見ながらライスパワー体操

「介護予防サロン組織」の要件と支援内容

【サロン組織の要件】「10人以上で組織され、月1回以上の集まりを開催すること」

【サロン組織への支援内容】

(1) 助成金の支給

- ① 新規にサロン組織を立ち上げた初年度に、50,000円（上限）助成
- ② 継続（2年目以降）のサロン組織には、1回の開催につき1,000円助成
- ③ 上記とは別に会場費を支払ったサロン組織には、1回につき2,000円（上限）助成

(2) 普及推進会議・指導者研修会等の開催

- サロン組織の代表者等を対象とした会議や研修会等を開催し、サロン組織同士の情報交換や活動充実の為の学習を行います。

(3) サロン活動物品（レクリエーション道具など）の貸出

(4) 介護予防講師等の派遣

- サロン組織の希望により専門職（作業療法士・保健師など）を講師として派遣します。

私たち、生活支援コーディネーターがお手伝いします!



本田コーディネーター

生活支援コーディネーターは、住民のみなさんが「まちをより良くするため」に行う“支え合い”の活動や仕組みづくりを応援します!



橋本コーディネーター

6. 「いつまでも謙虚であること」

ボランティア活動は「してあげている」のではなく、あくまでも協力者・援助者という「わき役」です。「させてもらっている」という謙虚さは、ボランティアの武器の一つです。常に、尋ねる姿勢や学ぶ姿勢が必要です。それが信頼を生み、活動を助けます。

7. 「約束は守りましょう」

人として、約束を破ったり、責任を果たせなかったりすることは、一番してはいけないことです。ボランティア活動も同じです。約束した時間にいけない場合や遅れるときなど、前もって連絡するなどしましょう。ボランティア活動の前に人としての常識として身につけていきましょう。

8. 「活動にけじめをつけましょう」

ボランティア活動には、人数・時間・能力など様々な制約（限界）があります。まずそのことを認識しましょう。そして、その上で限界点をあらかじめ決めてから活動を行うことです。特に時間的な「ダラダラ」「ズルズル」は活動低下や事故の元。「スッキリ」「ビタッと」を目指しましょう。

9. 「活動を点検し、記録をつけてみましょう」

ボランティア活動にはいくつかの波があります。ニーズも変わります。問題に直面したり、それを上手に解決できることもあります。軌道修正も必要です。そのためにノートなどに活動を記録したり、点検をしてみましょう。また、グループなどで活動している場合は、定期的に話し合いの場を持つことも良いです。時には第三者のアドバイスをもらうのも良いでしょう。

10. 「たえず学習し、自分を成長させましょう」

ボランティア活動は、その人が持っている知識や技術などを提供して成り立っています。活動をより良く継続していくためには、知識的にも技術的にも人格的にも成長していくことが大切です。

※『ボランティア活動』は、「他人の役に立つ」ことばかりではなく、ボランティア自身の「成長」や「人格形成」など「自分磨き」となる活動です。また、「自分の存在意義」を確かめることにもつながります。これら“10の心構え”を意識して「ボランティア」してみませんか？

ボランティア活動を行うあなたに伝えたい“10の心構え”

1. 「自分に合う身の回りのことから手がけてみよう」

私たちの身の回りには、常に身近な問題が顔を出しています。

ボランティア活動は挨拶から始まります。小さなことから手をつけてみることから始めるのも良いでしょう。

2. 「相手のニーズ（求めていること）に合わせて活動しよう」

ボランティア活動には相手がいることが多いです。こちらが「良かれ」と思ってしたことでも、相手から指摘されることもあるかもしれません。ボランティア活動は善意の押し付けではありません。相手と気持ちが通じて、初めて活動の喜びが見出せます。

「お金」にはかえられない喜び（醍醐味）です。

3. 「細く長く無理をしないこと」

ボランティア活動は、短時間で効果の出るものばかりではありません。長く継続してこそ、成果の現れてくるものもあります。そのためには、細く長く無理をしないことを踏まえながら、活動を自分の生活のリズムに取り入れてみると良いでしょう。

4. 「秘密を守ること（守秘義務）」

ボランティア活動をしていると、相手から家族のことや生活のことなど、様々なことを話してくれるようになります。しかし、知り得た内容を他人に話すことは絶対にしてはいけません。他言無用を心掛けましょう。

5. 「家族や職場などの理解を得ましょう」

ボランティア活動は自分だけでできるものではありません。家族や職場の同僚などの理解があってこそ続けることができます。そのためには「時間にルーズ」など信頼を裏切るようなことはできません。活動を続けられなくなる原因になります。

「トピックス」

「生活介護支援サポーター養成講座」

二十二名の市民が受講されました

高齢者や障がい者などに対し日常的な支え合い活動を行う「生活介護支援サポーター」の養成講座が、十一月二十六日から三日間にわたり開催され、二十二名の市民が受講されました。

講座では高齢者の現状やボランティア活動・車イスの使い方などを学んだほか、コミュニケーションの技法のひとつ「傾聴」について理解を深めました。講師から「傾聴はその行為を通して相手に希望を与えることになる」との話を聞いた参加者は大きくうなずくなど真剣に受講されていました。日頃から多くの方と接する機会が多いという受講者からは「会話の難しさを実感しています。お話を伺ってとても参考になりました。」との感想も寄せられました。



認知症を学び地域で支えよう！

=認知症サポーター養成講座=

『認知症』は、誰にでも起こりうる脳の病気です。日本では、85歳以上のうち「4人に1人」にその症状があるといわれています。深川市と社会福祉協議会では、『認知症』を正しく理解してもらうため「**認知症サポーター養成講座**」を行っています。

認知症サポーターは「何か特別なこと」をする人ではありません。

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族の応援者です。

この講座は、受講を希望するグループや団体などへ講師を派遣する「出前講座」として行っています。5名程度の少人数での講座申込も可能です。

- 講座内容 「認知症の理解」「認知症の予防」「認知症の方との接し方」
- 受講料 無料
- 修了証等 講座修了の証として、「修了証」「オレンジリング」を贈呈します。

お問い合わせは、深川市社会福祉協議会（電話26-2411）までご連絡下さい。