

第39号



2014.11月



発行 城里町社会福祉協議会 ☎ 029-288-7013 FAX 029-288-7021 ホームページ <http://www.shirosato-syakyu.com>
編集 広報ボランティアグループ



9月17日(水)、城里町コミュニティセンター城里で標記講習会が開催されました。主催は茨城県、同老人クラブ連合会、城里町高年者クラブ連合会です。

参加者は約300名。主催者来賓の挨拶の後、大田先生のユーモアあふれる講話と体操指導士と一緒に行った実技で2時間。参加者にとって、それぞれの思いを

シルバーハビリ体操普及講習会

講師 茨城県立健康プラザ管理者

大田 仁史先生

元気で長生きするために

胸にできた有意義な2時間でした。



体操指導士と一緒に行った実技

**寝たきりにならないために
——いつでもどこでも体操を——**

現在65歳の男性の平均余命は17年、女性は25年あります。人はある年齢から急激に体力が落ちていきます。これを自然に任せるとやがて歩行が困難になったり、場合によっては介護が必要

になったりします。これを防ぎ、できるだけその時期を遅らせるのがこの体操です。体操には、硬くなる関節を柔らかげる・弱くなる足腰の現状を維持する・それに失禁トラブルを未然に防ぐ3つの効果があります。これは要介護者にならないために必要なことです。また、例え要介護者になっても、立ち上がろう、一歩でも歩こうとする気持ちを持つ



ち続けることが大切です。茨城県は軽度要介護者の人口比割合が全国で最小で

す。この状態を今後も維持したいものです。

外出し人と会い、社会参加することが大切

「病は気から」と言います。朝起きて、少々体がだるくても「今日も元気だ」と思えば元気です。体の事をよくよと思ひ悩み過ぎるのはよくありません。一日に3人以上と会う生活を心掛ければ、認知症になる確率も低くなります。

超高齢者社会では高齢者の社会参加、役割が期待されます。行政に全てを任せる事はできません。社会の互助、共助に参加出来る高齢者でありたいものです。

城里町では、現在94人の体操指導士がおり、48箇所のふれあいサロンで、月に1～2回指導を行なっています。この指導士の方々に感謝するとともに、より多くの町民のサロンへの参加を期待したいものです。

誰もが安心して暮らせる まちを目指して

社会福祉協議会は、社会福祉活動を推進することを

目的とした、営利を目的としない民間組織です。住民主体の理念に基づき、地域の福祉課題の解決に取り組み、誰もが安心して暮らすことのできる地域福祉の実現を目指し活動し、昭和26年に制定された社会福祉事業法（現在の社会福祉法）に基づき設置されています。

～城里町社会福祉協議会はこんな活動をしています～

●老人福祉対策

- ・地域ケアシステム推進事業
- ・配食サービス
- ・ふれあいサロン
- ・ふれあい訪問
- ・紙おむつの支給
- ・家族介護用品支給事業
- ・金婚祝
- ・訪問理美容サービス
- ・城里町シルバー人材センター事業

- ・デマンド交通運営事業
- ・老人福祉センター運営事業
- ・福祉バス運営事業

●障害者福祉対策

- ・日常生活用具貸与事業
- ・リフトカーの貸与
- ・日常生活自立支援事業
- ・ボランティア育成事業
- ・地域活動支援センター
- ・日中一時支援事業

●社協活動の啓発

●在宅福祉サービス

●低所得世帯福祉対策

- ・新入学児童を対象に町内小中学校入学時において非課税世帯に援助
- ・生活福祉資金貸付
- ・歳末たすけあい見舞金事業
- ・小口貸付事業

●その他の福祉対策

- ・心配ごと相談事業
- ・善意銀行預託金品の受払い
- ・共同募金・歳末たすけ

あい運動の実施

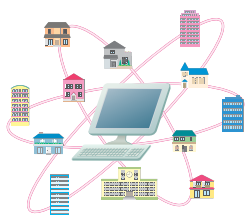
●団体育成事業

●介護保険事業所

- ・居宅介護支援事業（ケアプランの作成・申請代行）
- ・訪問介護事業（ホームヘルパー派遣）
- ・訪問入浴介護事業
- ・通所介護事業（デイサービス）
- ・障害者自立支援事業（相談支援・ホームヘルパー派遣）
- ・身体障害者訪問入浴サービス事業
- ・介護予防事業

～城里町社会福祉協議会の財源は～

城里町社会福祉協議会の財源は、町民皆様からの会費、寄付金からなる善意銀行事業、国・県・町からの補助金及び受託金、共同募金会からの配分金などです。



ボランティアスクール 開催

中学1年生を対象にボランティアスクールが7月30日・31日・8月1日の3日間開催されました。今年で2回目となります。

初日はe-ネットキャラバンから講師を招き、インターネット・携帯電話での架空請求などのトラブルから身を守ることにについての講話の後に、避難所運営ゲームHUG体験をしました。

HUG体験では、実際に震災を体験し、災害が起きた時の混乱を身近に感じていたため、みなさん真剣に取り組んでいたようです。

2日目は町内の保育園の協力を得て、保育活動のお手伝いをしました。砂遊び、ダンス、空手などを一緒に

行ないました。慣れない保育に最初は戸惑っていたようですが、園児がとても可愛く、皆笑顔で体験を終え



保育園での実習

した。午後からは防災について学び、実際に非常食用のお餅を作る体験をしました。

3日目はボランティア活動をテーマに、全日本仏教青年会・救援委員長 米沢智秀さんに災害時の活動やボランティアのあり方について学びました。昼食には日赤奉仕団の方に炊飯器を使わず専用の袋で作るご飯を炊いて試食しました。

3日間のボランティアスクールを通して、地域でのボランティア活動のきっかけづくりになればと期待します。

きもちと生きる

言葉の壁を乗り越え

消防団員として活躍

エドワード・ジャンフィさん(高根)



エドワード・ジャンフィさん

日本から直線距離にして、1万3千余kmのところにあるフリカ・ガーナ共和国はあります。そのガーナのスニヤンフィさんは、1年前に

ニアで活動、その後、国立転職訓練機関のアドバイザーとして、ガーナで既製の会社を設立しました。そんな奥様と取引先の店で知り合い結婚しました。

エドワードさんは、現在増井にある会社に勤めています。どこへ行くにも自転車で、会社まで40分かけて通っています。まだ日本語は片言しか話せませんが、会社の皆さんからは「エド、エド」と呼ばれて親しまれています。

奥様(鈴木操さん)の郷里、城里町に移ってきました。エドワードさんは、レゲエミュージシャンで、ガーナでも音楽活動をしていました。日本に来てからも、自分の生き方、母国に対する思いを歌にのせ、インターネットで配信してガーナの人々にも音楽を届けています。

奥様は1998年、海外青年協力隊の一員としてケ

「助け合う」ということに積極的にかかわって生きていきたい、人とのコミュニケーションを大切にしたいと常日頃から考えていて、誰にでも明るく「コンニチワ！」と気軽に声をかけます。3・11東日本大震災の時

には、ガーナでチャリティに積極的に参加。来日して

からも昨年12月には水戸国際交流センターで外国人のための防災訓練に参加。新聞に写真入で掲載されました。

ある時、近くの消防団の人々が集まっている所を通りかかり、声をかけられました。何を話しているのか分からなかったそうですが、自分を消防団に誘ってくれていることは分かったそうです。そして昨年5月から

城里町消防団第10分団の一員として、岩船・孫根・高根の見回りにも参加しているそうです。

また、ファッションデザイナーとしても腕をふるっています。ワンピースやウエディングドレス、イヤリング、ブローチなどのアクセサリー、袋物などを手がけています。デザインがオリジナルなので大変喜ばれています。これからの活躍を期待します。



色鮮やかな袋物

つくしの四季

33

9月10日(水)に常陸大宮市国長にあるカバヤ食品の工場見学に行ってきました。作業所の仲間と職員とボランティアさん計18名での参加でした。作業所としての工場見学は、昨年の研修旅行で行った明太子工場以来のことです、すごく楽しみにしていました。

カバヤといえば、ジュールCとサクサクパンダで馴染みがありますが、工場ではまずスライドでカバヤの歴史や、チョコレートができるまでのことを勉強しました。

次にいよいよ工場内の見学です。中ではサクサクパンダを作っていて、すべて機械化されていました。まず、型が用意されていて、クッキー・チョコレートの順番で流し込まれます。チョコレートは2層になっていて1つを乾かして次に流す。手順をすべて機械でや

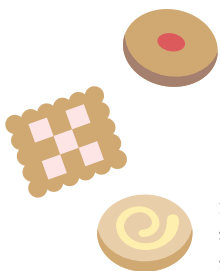
っていたことに驚きました。それから型が崩れたり、欠けたり、袋とじに失敗した物もすべてが機械で弾かれていました。集合写真を撮



ってお土産をいただき、最後にカバヤゴルフクラブで自分の好きなお菓子を買って帰りました。

なかなか個人では行けない所で貴重な経験でした。また機会があれば他の工場見学もしたいと思います。

(加藤直)



祝 金婚

おめでとうございます

健やかで仲睦まじく寄り添い歩んで来られた結婚50年の日々、これからも笑顔に満ちた日々でありますよう、お祝い申し上げます。

今年金婚を迎えられた、16組のご夫婦が結婚された50年前の日本の様子を見てみましょう。

高度成長期に伴い、日本は経済成長率が世界第1位の15.4%になり、さらにGNP(国民総生産)は、世界第2位の経済大国となりました。ほぼ全ての家庭にテレビ、電気洗濯機、冷蔵庫、電話が普及して自家用車も珍しくなくなりました。

それでは、50年前の昭和39年、常北町・桂村・七会村ではどのような出来事があったのでしょうか。

常北町

- ・常北町地域防災計画成る
- ・薬師寺の再建着手

桂村

- ・消防団に自動車ポンプ整備

七会村

- ・沢山診療所新築
- ・徳蔵小学校完全給食実施
- ・塩子・七会村両農業協同組合が合併し、七会村農業協同組合が発足

昭和39年の日本の出来事・流行・ファッション

※出来事

- ・東京オリンピック
- ・東海道新幹線開通

- ・東京モノレール開業

- ※流行・ファッション
- ・みゆき族
- ・アイビー룩ク
- ・オリンピック五輪カラー

※流行歌

- ・明日があるさ
- ・幸せなら手をたたこう
- ・愛と死を見つめて
- ・柔

※映画

- ・愛と死を見つめて
- ・鮫
- ・マイ・フェア・レディ
- ・007シリーズ

※流行語

- ・東京さばく
- ・シェー
- ・カギっ子
- ・カラ出張

(写真掲載は希望者のみです)



石井 新作・小夜子
夫妻

城里町北方へ転入して、はや15年。地域の方々に支えられ、金婚式を迎えられた事は、大変嬉しく感謝しております。今後共、よろしくお願い致します。



青柳 俊彦・トキ子
夫妻

振り返ってみると、この50年山あり谷ありの生活でした。この先残された人生、健康第一とし、楽しく過ごしたいと思っております。

桂地区



浅野 守・美智子
夫妻

金婚式を元気で迎えることが出来て、感謝です。家族や、皆様方のご厚情に心から感謝申し上げます。

常北地区



君島 貢・芳江
夫妻

金婚式を迎えられた事をうれしく思い、家族や地域の皆様の支援に感謝申し上げます。健康に留意し共に歩んで行きたいと思います。



清水 勝・晴代
夫妻

この度、金婚式を迎える事が出来た事は、家族・近隣の方々に助けられ、有難く思っております。今後も二人で助け合って過ごして行きたいと思っております。



河井 源二・静子
夫妻

元気で金婚式を迎えられたのも、近隣の皆様の支えがあったの事と感謝しております。これからも二人仲良く過ごしたいと願っています。



大津 仁一・里子
夫妻

両親と同じく、金婚式を迎えられうれしいです。これも多くの皆様方の支えと家族のお陰と感謝致します。また苦節50年の気遣いの妻に感謝し、共に健康な時間を過ごしたいと思います。



西野 昭・八重子
夫妻

結婚50年色々な事がありましたが、家族や地域の皆様を支えられて、金婚式を迎えて感謝しております。今後は健康に留意して行きます。



時崎 雄司・協子
夫妻

家族や多くの方々に支えられ、金婚式を迎えることが出来ました。感謝申し上げます。今後は健康に留意し共に頑張りたいと思います。



園部 修也・典子
夫妻

結婚50年を迎えることが出来たことを有難く思います。これからは、残りの人生を健康に気をつけて過ごしたいと思います。

3世代家族訪問



(写真撮影:喜美枝さん)

今回は石塚にお住まいの山崎勇司さん宅を訪ねました。玄関を開けるとそこにはお母さんの里枝さんとその側にちよこんとお人形さんのような里紗ちゃんがついてくれました。応接間に案内され御主人の勇司さん、奥様の喜美枝さんと挨拶を交わし、ご家族の紹介を受けました。

まずは中学校で部活の野球が生活の中心となっていて春樹君。将来の夢は普通の人間になりたいとのこと。虫好き人間の洗輝君。やはりお兄さんの影響かリトルリーグで頑張っているらしい。同じくリトルリーグに所属し、将来はプロ野球選手を目指している大地君と男子は3人皆凛々しい顔をしていました。そして兄弟のなかの紅一点、首を傾げながら一生懸命将来の夢を考えてくれた里紗ちゃん。そして当日残念ながらお勤めの関係でお話を伺えなかったお父さんの孝一さん、里枝さんご夫婦と今では珍しくなった8人家族でした。一緒に住むきっかけとなったのは孝一さんご夫婦に双子が生まれ、子育て応援のため11年前、常陸大宮から引越して来ました。

家族が多い悩みは、旅行など外出を計画する時に、なかなかスケジュールが合わないこと。家族写真を撮る時も同様との事でした。また奥様の喜美枝さんは、孫が外出し、ご主人の勇司さんと2人きりになるととても寂しい気持ちになりますと話していました。

今回の取材で感じたことは、子供達が多感な時期、反抗期であろうにもかかわらずハキハキと質問に答えてくれたこと。とても好感がもてました。ありがとうございました。

《東北復興支援ツアー》 がんばってます東北

8月27日(水)早朝6時に城里町ボランティア連絡協議会のメンバー75名を乗せたバス2台が、東北の復興支援ツアーに出発しました。復興支援ツアーは今回が3回目です。震災から3年半が経過した「被災地のいま」を体験し、語り部さんの話を伺い、仮設の商店街での買い物等が復興支援ツアーの目的です。途中松島観光物産館にて食事や買い物を買わせて、午後1時に女川町の観光協会に到着しました。



復興に向けて造成工事中(女川町)

地震が起きて皆が津波から逃げようと避難しましたが想像を超える大津波だった為に、避難場所まで津波が押し寄せて来て大きな被害になってしまいました。復興まちづくり情報交流館では、津波の映像や復興計画の説明を聞きました。津波の映像は衝撃的で、館内に悲鳴が上がりました。復興計画は分かりやすく語り部さんが喜びの表情で話していました。その表情から、災害に遭っても「復興」の言葉を支えに、笑顔で悲しみを乗り越えて来たのだと感じました。最後に仮設の商店街で買い物をして、女川町を後にしました。

仮設商店街の店主さん
笑顔でがんばって

私達は災害にいつ遭うかわかりません。災害に遭わない方法はありますが、被害を最小限にする方法や災害に遭って深い悲しみや絶望感に襲われても、人間は立ち直る事が出来るんだと教えられたツアーでした。

しづと 小勝の蕎麦畑

稲穂が黄金に輝く小勝の田園を進んで行くと、山のふもと一面に初雪が降ったかのような、蕎麦の白い花が広がって来ました。

蕎麦は、やせた土壌でも収穫が出来て、昔から人間の暮らしを支えてきてくれました。花は、小さくて可愛く素朴で可憐。花言葉は「あなたを救う」。



蕎麦の花

こんな蕎麦のような人が居たら好きになりますよね。そういえば、そろそろ新蕎麦の季節。おいしい蕎麦を食べに出掛けませんか。これって、「花より団子」ならぬ「花より蕎麦」ですね。



一面に広がる蕎麦畑

手話を学ぶ

⑩ 気象

今年の夏はいかがでしたか。楽しい一時を過ごすことができたでしょうか。

今年の夏はあちこちで異常気象となり、今もなお、深い傷痕を残しています。

私達も何時、同じ目に遭遇するかわかりません。何時でも防災を心掛けなければなりません。

今回は気象について学びたいと思います。

「雨」

これは雨が降る様子を表しています。手を早く動かすと「大雨」になり、ゆっくり動かすと「小雨」になります。



両手の指先を下に向け、顔の横で上下させます。

「台風」

これは風が強く吹く様子を表しています。



両手の指を開いて前に向け、手首を回し、右上から斜め下に動かします。

「晴れ」

目の前が晴れる様子を表しています。



顔の前で、両手のひらを前に向けて交差させ、左右に開きます。(明るい・始まる・始める)も同じ手話です。

「曇り」

これはモクモクとした雲の形を表しています。

「雷」

これは雷の稲妻の形を表しています。



上の方で向かい合わせにした両手を開いたり閉じたりしながら左右に離します。雲も同じ手話です。



①



②

両手で親指と人差し指をつまむ形をつくり(①参)指を広げながらジグザグに下ろします。(②参)

「雪」

手話を学ぶ8を参考にしてください。

(すぐに使える手話辞典600より引用)

ふれあいタクシー
減免申請及び更新の注意点

「ふれあいタクシー」の利用料金が、7月1日から障がい者手帳保持者、要介護・要支援認定者及び介助者を対象に減免されております。利用料金が1乗車300円のところ150円で利用が出来ますが、減免申請について次の点にご注意ください。

☆減免申請は、個人が申請することとなっております。ご家族中AさんとBさんが介護認定を受けている場合は、AさんとBさんが、別々に減免を申請する必要があります。

また、介護認定更新申請において、保険証の更新が済みましたら、あらためて保険証のコピーの提出が必要となりますのでご注意ください。

問い合わせ及び保険証の提出先は、城里町社会福祉協議会まで

☎029-288-7013

生活困窮者自立支援モデル事業

茨城県は、失業等により生活にお困りの方のための相談・支援窓口を開設しています。

県が設置する自立相談支援員があなたの悩みの解決に向けて、全力でサポートします。(秘密厳守)

●仕事探しの悩み

・仕事の探し方がわからない

●生活の悩み

・ひきこもりから脱け出せない

●家計の悩み

・生活を立て直したい

●対象者

・就職するまでの家賃が必要
・一時的な生活資金が必要
・失業などによって現に生活にお困りの方で、まだ生活保護を受給していない方
・茨城県内の町または村に住まいの方

窓

県央地域(茨城町・大洗町・城里町・東海村)

茨城県県央福祉事務所

水戸市三の丸1-5-38

茨城県三の丸庁舎2階

☎029-226-1512

わが町のさわやか元気さん (32)

徳宿 邦忠さん 89歳
阿波山

邦忠さん、栄子さんご夫妻は、小・中学校の教師生活で40年間送られました。奥様は平成16年に亡くられました。

退職後の邦忠さんは、「桂村郷土史」に関わりました。また、旧桂村有線放送企画委員となり、自主番組「ふる里の伝説」の放送依頼を

仲山 志けさん 96歳 久高

志けさんは御主人が亡くなられ、息子さん御夫婦と弟さんの4人で暮らしています。戦中戦後の激動の時期を生きてきた年代です。

山を開拓し農業に励み、農作業は殆ど手作業で大変でした。志けさんは家事と農業をしながら10人のお子さんを育て、現在9人の方



受け、地元の方々の協力を得て放送台本をつくり、ナレーションを兼ねて昭和61年の1年間放送をしました。

が健在とのことでした。

志けさんの88歳のお祝いは子供さん孫さん曾孫さん達が祝ってくれました。お正月やお盆も賑やかです。

96歳の今も健康で薬は飲んでいないとのこと。膝に水が溜まって自然に治ったそうです。食事でも好き嫌はなくお嫁さんの作る料理を3食おいしく食べています。朝起きると少しだけ草取りをします。志けさんはお

平成26年には絵ものがたり「ふる里の民話」10話として冊子を作られています。食後はゆつくりと新聞を

読みます。卒寿を迎える今は、午前中はワープロを使用、一生一度の人生の足跡を残すため自分史の製作に取りかかります。

趣味はピアノです。10年かけて独学で譜面なしでおぼえた演歌、童謡を弾いています。

ますますの躍進とご健康をお祈り致します。



洒落で髪を気にして娘さんに美容院に連れて行ってもらうそうです。一日一回の昼寝と食事をきちんと3回食べる事が長寿の源でしょう。これからもお元気で。

赤い羽根募金 ！感謝とお願い！

今年度の社協会費の納入をいただき、ありがとうございます。

社協では、ご賛同いただきました皆様からの会費をもとに、地域福祉事業の推進を行なっております。

これからも町民の皆様の福祉活動への参加をいただき、「みんなの幸せをつなぐ福祉のまちづくり」を実践してまいりますので、皆様のご理解ご協力をお願い

また、10月1日より全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まりました。

各小中学校の福祉教育、ボランティア活動、社協広報活動、高齢者支援などの町の福祉事業に役立てられています。

皆様ひとりひとりの思いやりが、町の福祉を支えています。ご協力をお願い致します。

目次

- シルバーリハビリ体操普及講習会…… 1
- 誰もが安心して暮らせるまちを目指して…… 2
- ボランティアスクール…… 3
- きらっと生きる…… 3
- つくしの四季③…… 4・5
- 金婚者紹介…… 4・5
- 3世代家族訪問…… 6
- 東北復興支援ツアー…… 6
- しろさと②…… 7
- 手話を学ぶ⑩…… 7
- デマンド交通…… 7
- わが町のさわやか元気さん⑤…… 8
- 赤い羽根募金…… 8
- 目次・編集後記…… 8

編集後記

「秋」が好きだ。味覚の秋、紅葉の秋と言われているけれど自然もまたいい。あの透き通るような陽射し、澄みきった空の青さと真綿を薄く敷き伸ばしたような巻層雲との対比、そしてそつと頬をなでいく風、そんなか体を動かすもよし、縁側で一服するもよし、夕日に赤く染まった山々を見つめるもよし。このような演出をしてくれる「秋」が好きだ。
(わ)