

第63号



2020.10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-syakyo.com>
編集 広報ボランティアグループ

さわやかな秋空の下で
風にそよぎながら
咲くコスモス。
その美しさには風雨に
耐えて傷つきながらも
咲き続けるたくましさ
が秘められています。



祝 金婚式 おめでとうございます

金婚式という言葉には、
黄金のように光り輝く豊かな関係性や、
夫婦で過ごした50年という
年月の尊さといった意味が込められています。
共に困難を乗り越え、喜びを分かち合い
歩んだ50年、そしてこれからも
仲睦まじく歩んでゆくお二人に、
益々のご健康とご多幸をお祈りいたします。
お二人が結婚した50年前(昭和45年)は、
こんな年でした。

出来事

- 日本万国博覧会(大阪万博)の開催
(77ヶ国の参加のもと6,400万人を超える
入場者がありました)
- 日本航空機よど号ハイジャック事件
- アポロ13号の打ち上げ
- 日本初の歩行者天国の実施(銀座・新宿・
池袋・浅草)

流行・ファッション

- レイヤードファッション(重ね着)
- スケスケルック
- トンボめがね

流行語

- 鼻血ブー(興奮している時に使う)
- 三無主義(無気力・無関心・無責任)
- 人類の進歩と調和(大阪万博のテーマ)

ヒット曲

- 黒ネコのタンゴ(皆川おさむ)
- ドリフのズンドコ節(ザ・ドリフターズ)
- 圭子の夢は夜ひらく(藤圭子)



やすま
林 康磨・たい子 夫妻 (石塚)

人生100年の時代…。夫婦元気に金婚の日を迎えられた事が何よりの喜びです。感謝の心を胸に、平和と幸福の道を歩んでまいります。



萩谷 進・みよ 夫妻 (石塚)

二人共、定年退職してボランティア活動をし、生きがいを感じ楽しく生活が出来ました。ありがとうございました。これからも元気で仲良く生きていきます。



飯村 洋・ルミコ 夫妻 (那珂西)

皆様に支えられての50年でした。子供3人孫6人に恵まれて感謝で一杯です。これからも健康第一で、今日一日を大切に過ごしたいと思います。



町井 一男・文子 夫妻 (上古内)

「二人で一人前」の気持ちで50年。大病を乗り越え、全国神社巡りもできました。今後も感謝を忘れず、一日一日を大切に過ごしたいです。



阿久津 周治・勝代 夫妻 (塩子)

この度、金婚式を迎えられた事、大変うれしく思います。偏ひとえに家族や地域の皆様に心より感謝致します。今後は趣味と健康を維持し、楽しく過ごしたいです。



飯村 吉伊・和代 夫妻 (上古沢)

山あり谷あり、いつの間にか50年。地域の方々家族に支えられ、助けられて、無事金婚式を迎える事が出来ました。感謝です。

***** (金婚者の写真掲載は希望者のみです)

認知症って何？

⑥ 認知症の方との接し方

「忘れてしまうのは、病気である」ということを理解して、本人の気持ちに寄り添った対応を心がけてください。「正しいこと」というよりも、「どうすれば円滑・円満に事が運ぶか」を考えて対応してください。そうする事で、安心・一体感が生まれ、「この人がいれば安心だ」と信頼関係が生まれます。



認知症の方によく見られる症状と接し方

症 状

接 し 方

物 忘 れ

ごはん
まだですか？

話題を変え、「忘れること」を利用する。

食べたばかりなのに、忘れてしまい催促するのはよくある症状です。大切なことは、事実を言うことではなく、本人に納得してもらうことで、「もうすぐできるから少し待っててね」と言い、待っているうちに忘れてもらいます。また、好きな果物やお菓子を用意しておき「もうすぐできるからそれまでこれで我慢して」と機嫌をとるやり方もあります。

妄 想

財布を
盗まれた。

同じ感情を共有して、味方になる。

財布を無くしてはいけないと思い、どこかにしまってそのまま忘れてしまうことがあります。いざ使おうと思ったらそれが無いので、「誰かが盗った」と疑います。その場合は「それは困りましたね、一緒に探しましょう」と言って一緒に探します。もし財布が見つかった場合も「このあたりを探しましょうか」と誘導し、本人に財布を見つけてもらい、一緒に見つかったことを喜びましょう。

幻 覚

誰かが
狙っている。

説得よりも、まずは安心感を抱かせる。

何もないところを指して「そこにオバケがいる」「泥棒が狙っている」といって騒ぐことがあります。その場合は本気で怖がっていますから、別の部屋に避難するか「私がいるから大丈夫ですよ」と言って安心感を与えてください。ただし、症状が何日も続くようでしたら、専門医にご相談ください。



人物誤認

あなたは
どなたですか？

否定しないで、まず受け入れる。

一緒に暮らしているのに「あなたはどなたですか」と言われるとショックだと思います。また、別の人と間違われることもあります。その場合は否定しないでその人になりきったほうが良いこともあります。また、泥棒とか恨みを持っている人と誤認して興奮することもあります。その場合は、一旦姿を消して「ただいま帰りました〇〇です」と言って、認識してもらいます。

性格変化

腹を立てて
攻撃的になる。

介護者は冷静になって対応する。

性格が変わったように怒りっぽくなる人がいます。原因の多くは、感情をコントロールする能力の低下や、様々な思いを上手に表現することが出来ないもどかしさだと思われます。介護者は話題を変えながら、注意を別の方向に持っていくとか、その場を離れ、本人が忘れるのを待ちます。また、専門医にご相談ください。



徘徊

帰り道が
分からなくなる。

高齢者の安全を守るネットワークづくりを

何か用事を思いついて出かけてしまうことがあります。また、外の空気を吸いたい、散歩をしたいなどの理由で出かけてしまうことがあります。一緒に出かけて気が晴れたら帰るのが理想です。一人で出かけてしまう場合は、玄関にベルをつけたり、住所・名前・電話番号を書いた名札を付けたり、よく行くところに一人歩きをしていたら教えてもらう様にお願いしておくのも大切です。

手話を学ぶ ③2

都道府県の表し方 ④

感染がなかなか収まらないコロナですが、一日も早く以前の様な生活に戻れたらと思います。不自由を知って、自由の尊さを感じています。

【新潟】
両手の手のひらを上向きにして、交互に前後に動かす



※新潟港に船が入り出る様子を表す。

【富山】

右手の人差し指と中指を立てて、右に弧を描くように動かす。



※指文字の「フ」で、山の形を表している。

【石川】(石)+(川)
(石) わん曲させた右手を左手の手のひらにつける。



【川】
右手の人差し指と中指、薬指を立て前に倒して下す。



※「石」「川」ともそれぞれ漢字の形を表す。

【福井】(福)+(井)
(福) 右手を開いてあごにあて、あごをなでるように閉じる。



(井)
両手の人差し指と中指を「井」の形に重ねる。
「井」は漢字の形を表す。「福」は、この場合は1回だけ閉じる。



【岐阜】
右の親指と人差し指と中指を口元で開いたり閉じたりする。



※岐阜で有名な鶴のくちばしを表す。

【静岡】
両手の人差し指と中指を伸ばして、斜めに広げながら下す。



※静岡にある富士山の形を表す。

【愛知】
手のひらを下に向けて、わん曲させた右手を左の親指の上で回す。



※左の親指を人に見立てて右手で頭をなでて愛する様子。

(すべて使える手話辞典 6000 より引用)

つくしの 四季 ⑤6

皆さんこんにちは。地域活動支援センターつくしです。暑い夏が終わり、つくしの仲間も暑さから開放され快適な日々を送っています。そして、コロナウイルスの感染予防も忘れずに継続して行っております。予防の一つとして不要不急の外出を避けるとありますが、ここ最近では緩和されてきています。そんな中、つくしでも予防をしつつ何か楽しめることがないかと考えました。

そこで出たのが今人気のテイクアウト。皆食べるのが大好きなので、テイクアウトをして食事を楽しもう！ということになりました。何軒かお店を決め、そこからどこにしたいかを選び、当日分担して取りに行くという一日。皆「どこにしよう」「どれも食べたい！」ととても楽しそうに悩んでいました。いざ当日！朝か



テイクアウトしたものを食べながらの楽しいひととき



ら皆わくわくした表情で、取りに行く道中は様々な話で盛り上がっていました。作業所に持ち帰り、食べている最中も笑顔が絶えず、テイクアウトを存分に楽しむことができました。

なかなか外出ができない中ですが、つくしもこれから様々な工夫をしていきたいと思っています。



マスクを着け、間隔をあげ、体操

昨年12月、中国で新型コロナウイルスの感染拡大が始まり、またたく間に世界中に拡がりました。そして今年に入って日本にも波及、幸い海外で見られる様な爆発的な感染拡大は起きていませんが、半年以上たった今でも収束する気配はありません。国内での感染者はすでに8万人を超え(9月末現在)、茨城県内でも6百人を超し(9月末現在)、毎人数人ずつ増えています。

コロナウイルスは飛沫感染が主な感染経路とみられ、誰もが感染する可能性があります。そこで町として、一時中止していたシルバリーハビリ体操の「ふれあいサロン」事業を、感染防止に配慮しながら再開しています。具体的には、

- ① できるだけ席を空けましょう
- ② 換気をしましょう
- ③ 手洗い(図参照)・うがいをしましょう
- ④ マスクをしましょう
- ⑤ 体調が悪い時は休みましょう

コロナ渦の中で「ふれあいサロン」再開へ



健康プラザ管理者の大田仁史先生は「一般的な対策はしたうえで、最低月に一回は外出拠点として教室を確保してほしい。体操教室は回数が減っても、閉鎖でない限り、高齢者が社会と繋がる心の砦として存在続けるはず。荒波だからこそ、消えることのない灯台の灯りが大切です。死守しましょう」と言われています。

3密(密集・密閉・密接)を避け、時間の短縮や、人数を制限するなど工夫をしながら開催していきましょう。

効果的な手洗いの仕方



石鹸で洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

共同募金事業

歳末たすけあい見舞金助成事業

住民の皆様より集められた歳末たすけあい募金から、低所得で支援を要する世帯に対して、歳末見舞金を助成します。

【対象条件】

世帯全員が町民税非課税であり、申請時に1年以上住民登録をしている方で、下記のア～オのいずれかに該当する世帯。

- ア、独居高齢者世帯(令和2年10月1日現在 66歳以上の方)
- イ、介護区分が要介護4又は5
- ウ、重度心身障害者世帯の
 - ①身体障害者1級 ②療育手帳A又④ ③精神障害保健福祉手帳1級を取得している方
- エ、母子・父子世帯(18歳以下の子を養育)
- オ、準要保護世帯

【申請方法】

歳末たすけあい見舞金助成申請書(社会福祉協議会に設置)、介護保険証のコピー(イに該当のみ)、障害者手帳のコピー(ウに該当のみ)を城里町社会福祉協議会へ提出してください。

【申請期間】

10月15日(木)から11月20日(金) 土・日・祝日は除く

お問合せ 城里町社会福祉協議会 ☎029-288-7013



地域の絆を育む「子どもヘルパー事業」

児童と高齢者との世代間交流を通して、思いやりや連帯に満ちた地域の絆作りを目的として事業が開始され、今年で10年を迎えました。一人暮らしの高齢者宅への訪問や、地域の高齢者サロンでの交流会、赤い羽根共同募金活動や防災、悪徳商法防止の啓発活動などを行っています。さらに年賀状・暑中見舞い・敬老のお祝いのお手紙を作成し届けています。



常北地区クリスマス会

子供たちの多くは、祖母と同居していないため、高齢者と接する機会があまりありません。そこで、ボランティアの皆さんにお手伝い頂き、高齢者との接し方を学びながら活動をしています。

1年間、子どもヘルパーを経験する事で、高齢者を思いやる気持ちが育まれ、高齢者も子供達も皆笑顔で元気になる事業です。



桂地区配食サービス

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、活動中止となりました。来年度は、活動を再開し、地域みんなで支え合う絆作りを推奨していきたいと思えます。



七会地区小さな敬老会

常北・桂地区 配食サービス (調理・配達) ボランティア募集

70歳以上のひとり暮らしの高齢者及び高齢者のみの世帯に対し、週に1回、毎週木曜日にお弁当を作り、安否確認を兼ねて、お弁当を届ける配食サービス事業を行っています。この活動は、20年以上続いています。

ボランティアの皆さんと一緒に作るので、調理が苦手な方でも心配はありません。エプロンも貸し出ししております。一度、見学にいらしてみませんか。配達は、普通自動車免許がある方でしたら、老若男



お問合せ
城里町社会福祉協議会
029-288-7013



配達…午前10時50分～
午後12時15分

◆活動時間

午前9時～
午前11時

◆場所

常北保健福祉センター
2階 調理室

◆活動日

毎週木曜日

女問わずどなたでも出来ます。運転ができる方と二人一組で配達をしていただきますので、免許がなくても大丈夫です。午前11時から正午の間の配達となります。(自家用車使用での配達です)現在、常北地区・桂地区での配食サービス利用者は約150名です。月に1～2回の活動ですので、一緒にやってみませんか。

しろさと ④ 石塚大火を教訓に

石塚地区は戦後2回、大火に見舞われました。1回目は昭和22年、2回目が昭和32年3月21日です。

2回目の大火は午後9時25分頃、佐久山町の民家物置付近より出火、強風により飛び火し、薬師寺、専売公社石塚出張所、公民館等を焼き、翌22日午前1時頃鎮火、42世帯、97棟が全焼しました。大火となった原因は、①十分な防火用水施設が無かった、②強風警報発令中であつた、③被害家屋の大半がわら屋根であつたためと言われています。火災の恐ろしさは、家財だけでなく生命も奪い去ります。一日104件、現在も毎日どこかで火災が発生しています。これを防ぐには「火を使う時にはその場を離れない、離れる時には火を消す」ことです。(常北町史より)



焼け残った薬師寺山門

地域防災ボランティアに関心の有る方を募集!!

近年、地震災害をはじめ異常気象に起因すると思われる台風・豪雨災害等の自然災害が頻発化・激甚化しております。自然災害大国と言われる日本で生き、生活をする私達にとって、常日頃から自然災害に備えることは、より重要なことです。

そこで、地域防災ボランティアに関心をお持ちの方を下記の要項で募りたいと思いますので、多くの方の応募をお待ちしております。

- 団体名** 城里町地域防災ボランティア会
対 象 城里町在住で地域防災活動に関心のある方をはじめ防災士、当会の諸活動に賛同頂ける方
会 費 年会費 1,000円
テーマ 「災害時死亡者ゼロを目指す」
活動内容

1) 命を守る啓発活動

- ①緊急時の命を守る訓練・普通救命講習会(AEDの使い方を含む)の実施
- ②火災時に於ける初期消火活動(消火器の使い方を含む)の訓練・実施
- ③避難タイミングを逸しない為のタイムライン作成研修の実施 その他



避難所開設運営研修会の模様



タイムライン作成研修会の模様

2) 避難時の生活を守る啓発活動

- ①大災害時に開設される避難所開設・運営訓練の実施
- ②避難所を開設した時の運営訓練・避難所運営ゲーム(HUG)の実施 など

3) その他の防災・減災の啓発活動

- ①防災・減災活動の意識を高揚させる各種講演会等の開催
- ②高齢者・身体障害者等の災害時要配慮者への支援研修会の開催 など

問合せ先 城里町社会福祉協議会 ☎ 029-288-7013

赤い羽根募金

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。

赤い羽根共同募金で、お預かりした募金は、各小中学校の福祉教育、災害に係る支援、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。

広報ボランティア募集

一緒にボランティア活動を楽しみましょう。

①年4回発行する広報紙の取材・校正・編集を行います。

②1回の発行で3〜4回の編集会議を行っています。

③研修会を行い、ボランティア同志の親睦を深めています。

④写真を撮るのが好きな方歓迎します。

お問い合わせ

城里町社会福祉協議会
 ☎ 029-288-7013

目次

表紙	1
祝金婚式おめでとーございます	2・3
認知症って何? ⑥	4
手話を学ぶ ③②	5
つくしの四季 ⑤⑥	6
ふれあいサロン	6
歳末たすけあい見舞金助成事業	6
地域の絆を育む「子どもヘルパー事業」	7
配食サービス(調理・配達)ボランティア募集	7
しろさと ④⑥	7
地域防災ボランティアに関心の有る方を募集!!	8
赤い羽根募金	8
広報ボランティア募集	8
目次・編集後記	8

編集後記

コロナウイルスの感染が収まらない。誰もが密を避け、外出時にはマスクをし、手洗い、うがいを励行していてもである。本来であれば、中秋の名月、実りの秋、紅葉狩り、そして静かに過ぎゆく秋の夕暮れなど、落ち着いた爽やかな気分になれる季節だ。でも嘆いていても仕方がない。気持ちを变えて、秋の夜長の過ごし方でも考えてみよう。