


あつたがネットワーク

Vol.83

平成27年5月1日

- 
- ② 会長あいさつ
理事・評議員新役員紹介
 - ③ 予算・事業計画
 - ④ 社協会員募集
日赤寄付のお願い
ボランティア支援金報告
 - ⑤ 権利擁護センター
足腰お達者教室
あざみ亭
希望の旅
 - ⑥ シリーズ健幸になるために
ちょっといいツボの話し
 - ⑦ 靖國神社参拝
ちいき活動みほん市
GOGOウォーキング
表彰式&フォーラム
 - ⑧ 社協特別会員紹介
ほかほかだより
 - ⑨ 悠々だより
にこにこだより

石原会長が退任されました

4月14日付けで、石原希典会長が退任されました。
長年にわたり社会福祉事業の発展と地域福祉推進にご尽力いただきました。



新会長 高橋 勝

★★★★★★ 新会長あいさつ ★★★★★★

少子高齢社会の進行に伴い様々な社会問題が浮かび上がってくる中で、生活課題も多様化し福祉制度の狭間で対応しきれないケースがクローズアップされ、人と人とのつながり合いや誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指した社会福祉協議会の役割が期待されています。

軽井沢町社会福祉協議会では、地域の福祉ニーズに対応して、住民・行政関係機関と手を携え地域福祉推進に向け事業を展開してまいりますので、皆様のご支援ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

社会福祉協議会 新役員を紹介します



社会福祉協議会の執行部である「理事会」、諮問機関である。「評議員会」の役員が新しくなりました。
これから2年間、役員の皆様と社会福祉協議会を運営してまいります。

理事・監事

(任期H27.4.15～H29.4.14)

(順不同・敬称略)

役名	氏名	役職名等	役名	氏名	役職名等
理事	高橋 勝	知識経験者	理事	土屋 和子	知識経験者(民生委員)
理事	甲田 康子	知識経験者	理事	古越 道夫	知識経験者(経営)
理事	中嶋 忠利	知識経験者(区長会)	理事	荒井 則雄	知識経験者
理事	柳澤 宏	副町長	理事	井澤 武則	福祉施設
理事	篠原 公子	町議会議員	理事	矢内 英男	知識経験者
理事	櫻井 朝教	民生福祉委員協議会会長	監事	向井 茂則	福祉経験者
理事	中村 英三	福祉施設	監事	岩井 袈裟次	福祉経験者
理事	大林 博美	知識経験者(経営)			

評議員

(任期H27.4.1～H29.3.31)

(順不同・敬称略)

氏名	役職名等	氏名	役職名等
大浦 洋介	町議会議員	酒井 聰美	大日向地区社協
柳澤 俊彦	教育関係機関	田中 隆衛	借宿地区社協
土屋 靖國	民生委員	藤巻 英夫	茂沢地区社協
土屋 常男	民生委員	土屋 孝	老人クラブ連合会
山浦 宏夫	つくしヶ丘区長	菅原 邦子	日赤奉仕団
岩崎 行夫	旧軽井沢区長	田村 澄枝	手をつなぐ親の会
佐藤 邦芳	上野地区長	井上 和子	精神保健福祉団体連合会
小林 文雄	三ツ石区長	林 利佳子	ひとり親家庭の会
上原 正義	新軽井沢地区社協	春日 正次	身体障害者福祉協会
上原 勝太郎	成沢地区社協	山岸 征男	ボランティア
高林 和加子	離山地区社協	松田 みどり	ボランティア
藤巻 幹也	下野地・杉瓜地区社協	荒木 武貴	ボランティア
土屋 幸子	塩沢地区社協	袖山 尚	青年会議所
岩井 軍治	鳥井原地区社協	土屋 達夫	育護会 浅間学園
市村 嘉幸	油井地区社協	原 富士子	町保健福祉課長

予算概要

平成27年度社会福祉協議会予算について

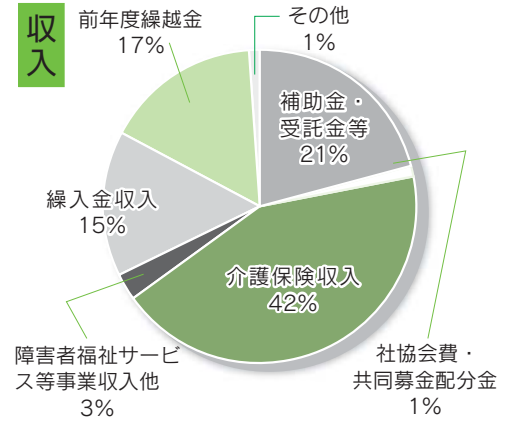
誰もが安心して暮らせる地域づくりを進める社協として、地域の生活課題をいち早くキャッチし、住民・行政・関係機関等と連携強化し地域福祉の核として事業を展開してまいります。

★収入★ 510,504千円

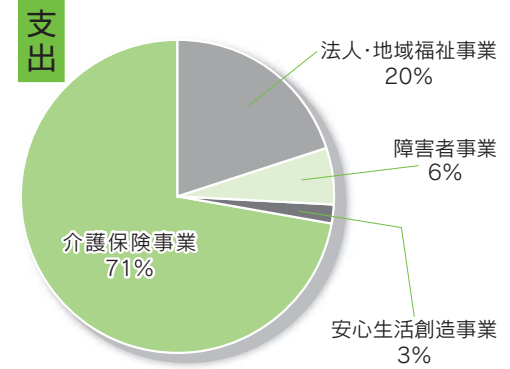
(単位：千円)

	一般	介護保険	計
町補助金	44,000	0	44,000
町受託金	64,245	0	64,245
県補助金	280	0	280
県受託金	70	0	70
会費	3,610	0	3,610
共同募金配分金	2,961	0	2,961
介護保険報酬	0	214,438	214,438
障害者福祉サービス等事業収入	470	739	1,209
寄付金	100	2	102
事業収入	13,662	851	14,513
繰入金収入	8,413	65,927	74,340
前年度繰越金	150	83,893	84,043
その他	5,658	1,035	6,693
計	143,619	366,885	510,504

収入



支出



★支出★ 510,504千円

◆一般		
法人・地域福祉事業	98,525千円	(人件費・地区社協助成金・ボランティア活動・家族介護支援事業・移送サービス他)
障害者事業	32,659千円	(地域活動支援センター運営他)
安心生活創造事業	12,435千円	安心生活創造事業
◆介護保険		
介護保険事業経理区分	366,885千円	
内		
○居宅介護支援事業	50,124千円	(ケアプラン作成)
○訪問介護事業	35,951千円	(ホームヘルプサービス)
○通所介護事業	103,225千円	(デイサービス)
○短期入所生活介護事業	88,563千円	(ショートステイ)
○福祉用具貸与事業	17,599千円	(ベッド・車椅子等貸し出し)
○小規模多機能型居宅介護事業	42,084千円	(地域密着型サービス 通称：まさちゃん家)
○認知症対応型共同生活介護事業	28,599千円	(グループホーム 通称：くにちゃん家)
○その他	740千円	(障害者福祉サービス事業等)

★★★★平成27年度社会福祉協議会の主な事業を紹介致します★★★★

◆地域福祉推進・高齢者・戦没者遺族福祉・青少年・児童福祉推進及び福祉学習

- 地区社協設置推進 ■地域交流会・懇談会などの活動支援 ■地区社協福祉活動推進員研修会の開催
- 住民支え合い(災害時等)マップ作成 ■健康推進事業(軽井沢GOGOウォーキング) ■ちいき活動みほん市
- 歳末慰問事業 ■ひとり暮らし高齢者ふれあいの事業 ■戦没者合同追悼式 ■ひとり親家庭親子遠足
- 町内の小中高校の福祉学習の推進 ■社会福祉普及校の指定及び助成 ■安心ほっと生活サポート事業

◆権利と生活を守ります

- 生活福祉資金 ■自立生活支援事業の受付 ■金銭管理財産保全サービスの実施
- 心配ごと相談事業(毎月10日)の実施 ■成年後見制度相談室 ■権利擁護センターからいざわの運営

◆障がい者福祉サービス

- 障がい者自立支援法に関する事業(相談支援事業等) ■在宅心身障がい者・児希望の旅の実施
- 地域活動支援センターの運営 ■障がい児放課後子どもプラン事業

◆介護保険事業…介護を支えます

- 指定居宅介護支援(ケアプラン作成) ■指定居宅介護サービス(デイサービス/基準該当型ショートステイ/ホームヘルプ/福祉用具貸与)
- 地域密着型サービス 指定小規模多機能型居宅介護事業「まさちゃん家」 指定認知症対応型共同生活介護事業(グループホーム)「くにちゃん家」
- 在宅福祉サービス 配食サービス ひとり暮らし高齢者安否確認「こんにちはコール」 ■認知症相談室の運営

社協会員募集

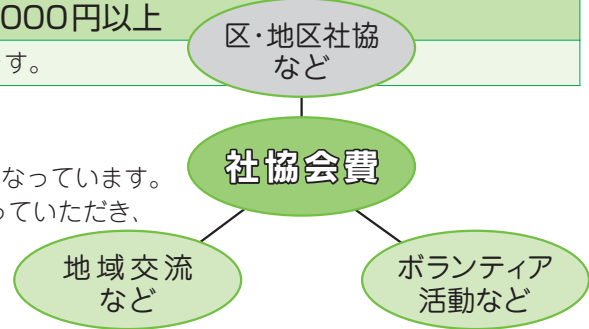
社会福祉協議会は、地域住民が安心して暮らせる地域づくりを目指し、地域住民と共に協働して必要な事業や活動を行いながら、住みよい町づくりのための実践を進めるのが役割です。その活動を推進するにあたり会員制度をとっています。皆さまに会員として参加・協力していただくことで、福祉に対する理解と関心を高めて、さまざまな地域活動を支えていただくことを目的としています。

会費の種類

① 一般会費（一戸）	500円
（広く住民の皆さんから社協の会費としていただくものです）→区の協力により隣組を通して依頼します。	
② 賛助会費（一人）	1,000円
（社協活動に賛同する個人からいただくものです）→ご連絡ください。いただきに参ります。	
③ 特別会費（一社）	3,000円以上
（法人、商店、団体からいただくものです）→直接お願いに参ります。	

会費の使い道

右図のように会費は地区の皆さまに還元されるようなシステムになっています。昨年是一般4,134名・賛助189名・特別268社の方々に会員になっていただき、**3,535,000円**を助成金として使わせていただきました。皆さまから預かりました会費は地域福祉推進を目指し、有効に活用させていただきますので今年もよろしくお願ひします。



+ 赤十字の活動資金募集にご協力をお願いします

日本赤十字社

救急法の講習会

災害救護活動
国際活動

看護師養成

青少年赤十字
赤十字奉仕団活動

医療事業・血液事業
社会福祉事業

昨年は南木曾町土石流災害や御嶽山噴火災害など、県内でも様々な災害が発生しました。皆さまからいただいた寄付と社員社費（日本赤十字社の会員）から、被災地へ毛布・緊急セットなどが整備され、被災地へ届けられました。そのほか、左記諸事業へ活かされます。

本年も日赤長野県支部軽井沢町分区では、5月から6月にかけて、赤十字活動資金を募りますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

Q：赤十字の寄付金・社費は強制的なものですか？

A：いいえ、皆さまの自由意思によるものです。赤十字の活動はすべて寄付金及び社費で支えられています。



募集金額

- 寄付金（1世帯）……500円（目安額）⇒ 区の協力により集めます。
 - 社員社費（日本赤十字社の会員）… 1人1,000円以上 ⇒ 地区の赤十字奉仕団を通じて集めます。
- * 新しく会員になっていただける方は、随時、社協事務局で受け付けております。

* 赤十字活動は、「苦しんでいる人を救いたい。」その気持ちに支えられています。

お問い合わせ：日赤長野県支部軽井沢町分区 事務局：軽井沢町社会福祉協議会 電話：45-8113

ボランティア 支援金寄付

社協では今後の大槌町でのボランティア活動のために「ボランティア支援寄付」を社協窓口で受付けております。皆様の温かいご協力に感謝申し上げます。

累計総額 2,295,349円
事業支出 1,259,880円
残高 1,035,469円（3月31日現在）
◆公益財団法人 軽井沢大賀ホール様 1,163円



権利擁護センターかるいざわ

より良い生活を送るためにあなたの暮らしをサポートします。



事例を紹介します

① 厚生年金でひとり暮らしをしているAさん。
自宅で転倒し、入院。



② 退院したが歩行困難となり、自宅で生活を送ることがむずかしいため、高齢者施設に入所。



③ 施設入所に際し、多額のローンを抱えていることが明らかになる。今後の生活を考え、社会福祉協議会に相談。日常生活自立支援事業・金銭管理財産保全サービスを利用。



④ 本人の収入に合わせた収支計画によりローンを返済しながら生活スタイルを見直しました。



⑤ 今では、ローンも完済し、定期的に申請が必要な利用料減額手続きや確定申告の代行などは本サービスで行い、不安も解消され明るく施設での生活を送っています。

問い合わせは、軽井沢町社協内
権利擁護センターかるいざわ
電話 080-9984-9243 まで

足腰お達者教室のお知らせ

今年度も、「足腰お達者教室」を前期と後期で各地区公民館で開催いたします。前期は、6月～7月にかけて「頭の体操1.2.3」と題しまして、簡単な脳トレを行います。大勢の方のご参加をお待ちしております。詳細は、各地区の回覧版をご覧ください。

地域の縁側 「野あざみ」がオープン!

地域の皆さんの拠り所になれば…と数年前から新軽井沢区、あざみ亭の清水さんご夫婦が構想を練りながら、3月25日より地域に向けて自営されているカフェを毎週1回水曜日に開放しています。自宅で一人暮らしをされている方、介護をされている介護者の方やその当事者もご利用になれます。どうぞ一度いらしてみてください!

時間：午前10時～午後3時まで
料金：1人100円

問い合わせ：社会福祉協議会（45-8113）

心身障がい者(児) 希望の旅参加者募集

今年の行き先は、6月に「上越市立水族博物館」を予定しております。

外出から遠ざかっている方も、ぜひこの機会と一緒に楽しい旅をしてみませんか?

詳しい内容については、後日区回覧でお知らせいたします!! 併せて、当日お手伝いしていただけるボランティアの方も同時募集中!!

問い合わせ 社会福祉協議会
電話 45-8113



毎日の生活の中に、運動を取り入れてみませんか？ 前回紹介した“軽井沢のびのびりんご体操”上半身編はいかがでしたか。今回は、足のストレッチを中心とした下半身編を紹介します。運動不足解消にぜひ実施してみてください。なお、軽井沢のびのびりんご体操の感想をお寄せ下さい。

～ 軽井沢のびのびりんご体操 下半身編 ～



歌いましょうか／
右足を前に伸ばし、
体を前に倒す



／りんごの歌を／
左足を前に伸ばし、
体を前に倒す



二人でうたえば／
両足揃え、体を前
にゆっくり倒す



／ なお 楽し 足首の方から上にポンポ
ン叩く



／ みんなで



／ 歌えば
右→左と順番に、大きく
足を前後に入れ替える



～早く小さく入れ替える～



～小さく早く開き閉じ～



／ なお／なお／楽／し／

りん／ごの／気持ち／を／つ／た／え／よ／か／

りん／ご／かわい／や／かわいや

右→左と小さく早く
足の入替えをする

足を大きく開く→
しっかりと閉じる

足を小さく開く→
素早く閉じる

つま先上げ→かかと上げ
を繰り返す

～手拍子3つ～

りん・ご

○下半身編では、まず足のストレッチで身体の柔軟性を引き出します。ゆっくり、しっかりとストレッチを行ってから下肢の運動を行なうようにしましょう。

～次回は、『運動シーズン到来！自宅で出来る足腰エクササイズ』の予定です！

ちょっといいツボの話し

～Let's 東洋医学～

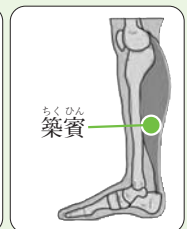
＜食中毒＞ 暖かくなり、過ごしやすい季節になってまいりました。でもこの季節は食中毒の危険が高い時季でもあります。今回はそんな食中毒のお話です。

食中毒9割は細菌とウイルスが占めています。予防には細菌を食べ物や手に①つけない②増やさない③やっつける！これが大切です。東洋医学では、有害物質（邪気）が脾胃（消化器官）を傷害して脾の運化機能が失調、体に合わないものを外へ出そうとして下痢や嘔吐が起こります。下痢は体内の津液が熱により下方へ押し下げられるために起こり、腹痛は湿の邪気と熱の邪気が胃腹部に停滞し、気血の流れを塞ぐために起こると考えます。症状が出た場合はきちんと医師の診察を受けましょう。その上で残った症状の緩和などにぜひツボ療法を取り入れてくださいね。

● 処方例 ●

＜食中毒の特効穴＞

*裏内庭：足の裏で、足の人差し指を折り曲げた時に、その指先が触れるところ特にお灸がお勧め。熱くなるまでいくつか施します。強めの圧迫でもよい。

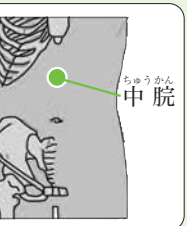
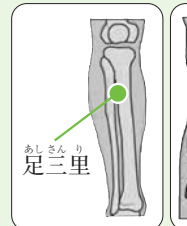


＜デットクス＞

*築 賓：内側のくるぶしから指5本分の高さで、骨の外側の縁から親指1本分後側親指の腹で足の中心に向かって強めに押す。

＜おなかの調子を整える＞

*足三里：膝のお皿の外縁下から指4本分下がったところ 骨のキワ親指をツボにあて、息を吐きながらゆっくりと押し、息を吐きながらゆっくりと離す。



*中 脘：へそから指5本分上を蒸しタオルなどを使って温める。

※足三里、中脘は普段の胃腸の調子を整える為にも使ってくださいね。生姜を2ミリほどにスライスした上に艾をのせお灸をすると効果的でお勧めです。火を使うため十分注意して行ってください。

戦後70年

軽井沢町遺族会では、3月27日に靖国神社へ参拝に行ってきました。毎年行われている参拝ですが、本年は「戦後70年」という特別な思いで参拝をしました。

今年は、秋に行われる「戦後70年輕井沢町合同追悼式」も実行委員会を立ち上げ、特別な追悼式を企画しております。



尊厳な靖国神社



神社前において参加者全員で記念撮影!



花が咲いた桜の木の下を歩
きながら本殿に向います

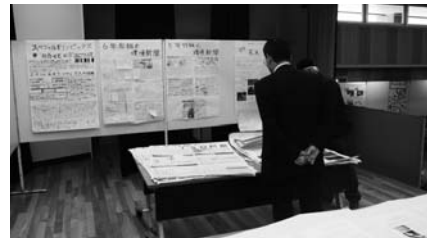
やわらかなつながり作りを～ 第5回 ちいき活動みほん市

第5回ちいき活動みほん市が、3月7日(土)中央公民館で開催されました。

当日は、町内で活動する40団体約120名が各々のブースで200名を超える参加者を迎え交流しました。また、地元小学生の「まめ記者」による「緊急! 記者会見」もあり、出展グループの活動紹介・みほん市の感想を取材した内容をまとめて元気に発表してくれました!



初めての取材だったけど皆さん
沢山教えてくれたよ!



「地域のみなさんの力をかりて! お手伝いされるボランティアさんたちには嬉しい新聞!



取材を通じて顔見知りになれたかな?



まめ記者の作成した壁新聞はお見ごと!

軽井沢GOGOウォーキング KARUIZAWA GOGO WALKING 表彰式とフォーラムを開催

3月21日(土)に住民の皆さまが自主的に取り組んだウォーキングの成果を発表する表彰式と健康づくりについて考えるフォーラムを開催しました。

<表彰式>

中山道制覇! ウォーキングマップ上で530kmを踏破した人 完歩賞 78名

- ★ゴール達成者が多い地区『健康大賞』…… 新軽井沢区
- ★参加比率が高い地区『絆大賞』…… 塩沢区

<フォーラム>

日本女子長距離界のトップ選手として活躍された、千葉真子さんから講演とウォーキングのワンポイントレッスンを指導いただきました。貴重な世界選手権の金メダルの披露もあり、会場は大盛り上がり。講演では、トップアスリートを経験した視点からスポーツを通じた健康づくりについて熱く語られました。

今年も「中山道制覇! ウォーキングマップ」を配布します。

平成27年度版は、5月中旬に発行予定です。
今年もウォーキングで健康づくりの輪を広げましょう。
【問い合わせ：地域福祉係 電話 45-8113】

受賞おめでとうございます。
今年もがんばりましょう!



● 社協特別会員紹介 ●



1. 企業名
キッチンハイツ
2. 業 種 飲食店
3. ひと言 創業43年! 昭和を感じさせるレトロな店内でのおすめは「ひれかつ定食・カツカレー・昔ながらのナポリタン等」、長い人生ほっと一息ゆっくりお食事を楽しんでは如何ですか。おかげさんの心でお待ちしております。

取材: 訪問介護係 山岸ゆい子



1. 企業名
有限会社 共栄電気工事
2. 業 種 電気工事業
3. ひと言 昭和57年に創業し、お客様との接点を大事にしていまいました。家庭向け電力の自由化が話題になり、電力事業が大きく変わろうとしています。これからもお客様の希望を汲み取り真心をこめて丁寧な仕事をいたします。

取材: 総務係 山辺修一



1. 企業名
株式会社 ナカヤマ ナチュラル カフェーナ
2. 業 種 カフェレストラン
3. ひと言 ナチュラル カフェーナは2007年にオープン以来、南米のカフェ文化を体験できる珍しい飲み物や食べ物が人気を呼び、メディアや雑誌等でも多数出演。朝食やランチ等午後の珈琲タイムまで楽しめます。

取材: 在宅福祉サービス係 小川永二

デイサービスセンター発

ぽかぽか便り



歌うことが好き、聞くのが好き、歌の楽しみ方は人それぞれですね。

デイサービスでは月に数回、午前中の活動時間にカラオケ喫茶を開催しています。

歌に合わせて踊り始める方がいたり、普段とは違った一面も見られます。飲み物も、コーヒーや紅茶、ココアなどのメニューから注文をとり、おしゃれな陶器のカップで召し上がっていただきます。

「もっと前に曲目を見せてもらいたかったな～。今度はデュエットしましょう!」とカラオケ喫茶に利用される方々の笑顔が広がります。



地域密着型サービス通信

悠々だより

- 小規模多機能型「まさちゃん家」
- グループホーム「くにちゃん家」

4月3日、ボランティアの原田さんをお招きしハーブ演奏会を行いました。
今回はアイリッシュハーブで「さくら」や「ヨーロッパ民謡」を披露していただきました。

ハーブを初めて目にする方が多く、温度や湿度に左右される楽器であると同い、繊細な音色に皆さん聴き入っていました。



認知症相談室より

「認知症」とひとりで語っても、その症状や対応方法は千差万別です。一人ひとりの顔が違うように、認知症の症状や介護方法にもそれぞれのテクニックがあります。在宅介護でお悩みの方や友人の介護が気がかりな方等、認知症相談室は、みなさんの身近なパートナーです!!

お問い合わせ 45-8637

にこにこだより

〔地域活動支援センター〕

3月12日、13日の日程で研修旅行に行ってきました。

1日目は、上野動物園へ。パンダを間近で見て、“かわいい”と声が上がりました。たくさんの動物を知ることができて、良い体験になりました。

2日目は、“行きたい!” 希望ナンバーワンの東京ディズニーシーへ。各自アトラクションとパレードを十分に楽しみ、参加者全員が満足の研修旅行となりました。



平成27年度の新しい「ルイザ券」は黄色です!

平成27年度の新しい「ルイザ券」は黄色です!

★ルイザ券は“困りごと”を助けてもらった“お礼”としてお願いした人から、手伝った人に渡します。町の商店で地域通貨として使用することにより、地域の活性化につながります。

*ルイザ券について詳しく知りたい方は社会福祉協議会(電話45-8113)にお気軽にお問い合わせください。(ほっと会員223名・サポート会員261名 平成27年3月31日現在)



臨時職員・パート職員の募集について

- 募集期間 平成27年5月7日(木)～5月29日(金)
- 受付時間 平日 午前8時30分～午後5時30分
- 職 種 介護職・調理員
- 採用人数 若干名
- 勤務場所 木もれ陽の里
小規模多機能型居宅介護事業所「まさちゃん家」
認知症対応型共同生活介護事業所「くにちゃん家」
- 年齢要件 平成27年4月1日現在で59歳までの方
- 選考方法 書類選考、面接(書類選考合格者)により決定します

【申し込み・お問い合わせ】

軽井沢町社会福祉協議会 総務係 (45-8113)
※職種、賃金等詳しくは申込時にお問い合わせください。

ちょっとひと休み

新年度を迎えました。新しい風や人が職場にも家庭にも吹き込んでくる時期です。今年は戦後70年の節目。私も祖父や祖母から戦時中の出来事や満洲からの引き揚げに関する話を沢山聴かせてもらいました。良く戦時中のことを学びたいと思い、その頃の映画やドラマを見ますが、一番印象に残ったのは「硫黄島からの手紙」という映画。中でも栗林中将が「世の戦は常に諸氏の先頭にあり」と述べていたこと。意味を調べると大変男気あふれる言葉でした。戦後70年から学ぶことは多くありそうです。諸氏の先頭に立つのはどんな瞬間なのでしょう? リーダーシップとの違いは? など今年度も頭の中を整理しながら前向きに取り組みを進めます!(土屋)

表紙紹介

西保育園でのひとこま。
4月から新しいお友達も増えて嬉しい~!
体操中に思わず笑顔でグ~!
さあどンドン大きくなるぞ!



軽井沢町社会福祉協議会

電話番号一覧

〒389-0111 軽井沢町大字長倉4844番地1

- * 事務局(総務・地域福祉・ボランティアセンター) 電話45-8113 / FAX 46-2116
- * 権利擁護センターからいざわ…… 電話080-9984-9243
- * 地域活動支援センター(共同作業所)・電話・FAX 45-8422
- * 障害者相談支援事業所…… 電話・FAX 45-8422
- * 介護保険事業
 - ◆ 指定居宅介護支援事業(ケアプラン)…… 電話45-8508
 - ◆ 指定訪問介護事業(ヘルパー)…… 電話45-8508
 - ◆ 指定通所介護事業(デイサービス)…… 電話45-8547
 - ◆ 指定短期生活介護事業(ショートステイ)…… 電話45-0752
 - ◆ 指定福祉用具貸与事業…… 電話45-8508

〒389-0111 軽井沢町大字長倉2363番地1

- ◆ 指定小規模多機能型居宅介護事業「まさちゃん家」(ヘルパー・デイサービス・ショートステイ)・電話・FAX 45-8637
- (認知症相談室)…… 電話・FAX 45-8637

〒389-0111 軽井沢町大字長倉2371番地2

- ◆ 指定認知症対応型共同生活介護事業「くにちゃん家」(グループホーム)…… 電話45-8641 / FAX 45-8900

