

「ひらおで暮らす」を支える

あま

ひらお社協だより

12.8発行

2023 No.216

じんせい ねんじだい ゆた たの
人生100年時代を豊かに楽しく



おうえんこうざかいさい
セカンドライフ応援講座開催

9月20日から11月1日にかけての4日間、セカンドライフ応援講座を開催しました。定年退職後の時間の使い方や仲間づくり、居場所づくりについて考える本講座に、のべ73名の皆さんが参加されました。(講座の詳細は、次ページをご覧ください。)

【編集・発行】

社会福祉法人 平生町社会福祉協議会

平生町大字平生村 618-2 あいあむ

TEL 56-8000 FAX 56-8020

✉ mail fukushi@hirao-shakyo.or.jp

🌐 HP https://hirao-shakyo.or.jp



ひらお社協だよりは、赤い羽根共同募金の配分を受けて発行しています。

ほうこく
ご報告

おうえんこうざ
セカンドライフ応援講座 (ボランティア養成講座)

ぜん かい ひょうきこうざ ないよう しょうかい
全4回の標記講座の内容をご紹介します。

やく げつはん にわたり、さまざまないけんとおどしてしゅみけんこうい
約一か月半にわたり、さまざまな体験を通して趣味や健康、生きがいについて皆さんでいっしょにかんがえました。

にちめ
1日目 (9/20)

にんちしょう ようせいこうざ
「認知症サポーター養成講座」

ひら おちようこうれいしやちいきほうかつしえん
平生町高齢者地域包括支援センター

ごかんつか きょうしつ
「五感を使ったのしむコーヒー教室」

ひかりてん もりもと まさみさま
COFFEEBOY光店 守本 雅美様

にんちしょう こうざじゅこうご みりよく
認知症についての講座受講後、コーヒーの魅力やコーヒーの美味いれ方のコツを教えてくださいました。会場はコーヒーのよい香りにつつまれ、参加者の皆さんの会話も弾まれていました。



コーヒーの香りに
癒されるね



にちめ
2日目 (10/11)

うご からだ
「いつまでも動ける身体づくり」

けんこううんどうしどうし わき ひろやすさま
健康運動指導士 和木 宏泰様

ねんれい からだ へんか かつどうてき せいかつ きかんの
年齢による身体の変化や活動的な生活ができる期間を延ばすため
に取り組めること等を分かりやすく、楽しくお話しいただき、「今後の
生き方について目が覚めました」といった感想も聞かれました。

ひさろ うご たいせつ
日頃から動くことが大切

にちめ
3日目 (10/25)

そうぞうりよく そうぞうりよく み にわき
「想像力と創造力を身につけて庭木の
手入れをしてみよう」

じゅもくい ぞうえんぎのうし もりた せつおさま
樹木医・造園技能士 盛田 節男様

の にわき どうてい さんかしゃひとり
どんどん伸びる庭木をどう手入れしよう。参加者一人ひとりの質問に、実際に様々な樹木の枝を用意して剪定方法を披露いただきました。



わ や にわ おも お
我が家の庭を思い起こし、“なるほど”
と思う事ばかりでした



にちめ
4日目 (11/1)

い
「イタリアーノひらおで生きがいづくり」

ひら おちようやくばさんぎょうか
平生町役場産業課

ちゅうしょくこうりゅうかい
「昼食交流会」

かんこう とくさんひん とりく
イタリアーノひらおの観光や特産品などの取組みについて
お話しいただきました。講座の後には、参加者の皆さんで平
おちょう とくさんひん かこ ちゅうしょくこうりゅうかい おこな
生町の特産品を囲み、昼食交流会を行いました。

ひらおさん
平生産パパイア
リーフティーは
おいしいね

私たちのまち“ひらお”を私たちの手で住みよいまちへ！ — 福祉の輪づくり運動情報 —

さがちく 佐賀地区

～ふれあい推進員研修会・防災訓練開催～

11月11日、佐賀地域交流センターにおいて佐賀地区福祉の輪づくり運動推進委員会の皆さんが、町社協共催によるふれあい推進員研修会および、佐賀コミュニティ協議会の皆さんとの共催による防災訓練を開催されました。

研修会では、平生町高齢者地域包括支援センターより『今日からはじめるフレイル予防実践編』と題し、フレイル予防のための食事や運動、頭の体操についての講話が行われました。

研修会後に行われた防災訓練では、地域の方々も多数参加され、煙・消火器体験、心肺蘇生法（AED）体験、応急処置体験の3つを体験されました。さまざまな災害の場面を想定しながら災害時の対応について理解を深められたと同時に、改めて防災への意識を持つ大切さを学ばれた様子でした。



▲24名の方が研修会に参加されました

▼防災訓練の様子



おおのちく 大野地区

～ふれあい推進員研修会開催～

11月8日、大野地域交流センターにおいて同地区社協と町社協共催によるふれあい推進員研修会が開催され、20名が参加されました。

研修会の前半は『あしたをともにー認知症を学びみんなで考えるー』というテーマのもと、平生町高齢者地域包括支援センターより認知症という病気や接する際の心得について説明が行われました。

この講座は認知症サポーター養成講座も兼ねており、受講した皆さんにはサポーターの証である「認知症サポーターカード」も配布されました。「身近な話題でとても参考になった」「機会があれば基礎知識を深めるステップアップ講座にも参加したい」などの感想をいただきました。

研修会後半では、日頃支え合い活動をされている皆さん同士で情報意見交換が行われました。



ひらおちく 平生地区

～視察研修・ふれあい推進員研修会を開催～

10月23日、同地区社会福祉協議会の皆さんが視察研修を実施され、周南マリコム株式会社（周南市）を訪問されました。緊急通報生活サポートシステム「さすがの早助（サスケ）」についての説明を受け、通信センター等を見学されました。端末機のボタンを押せばサスケセンターにつながるこのシステムは、町内でも利用されている方が多く、日頃から見守り活動をされている皆さんからも一度見学してみたいという声がかねてより上がっていました。研修後には、「一人暮らしの高齢者をやさしく見守るしくみがよく理解でき、興味深かった」などの声が聞かれました。

また、11月22日には、あいあむにおいて「ふれあい推進員研修会」が実施され、17名が参加されました。平生町高齢者地域包括支援センターによる出前講座『今日からはじめるフレイル予防』を受講された後、情報意見交換が行われました。

日頃、見守り支え合い活動を行う中での気づきや地域のつながりの大切さについて発表され、実り多い時間となられたご様子でした。



がくしゅう てつだ
学習のお手伝い

かんが おも
みんなで考えよう 思いやりのこころ

11月6日と13日、熊毛南高等学校の1・2年生を対象にボランティア講座を行いました。車いす体験では、車いすの使い方や仕組みについて説明を行った後、押す側と乗る側の体験を通して、車いすで生活されている方の気持ちや車いすを操作する際に気をつけるポイントを学ばれました。高齢者疑似体験では、重りや眼鏡等を装着した状態で歩行や座って立ち上がる動作、電話帳調べを実践され、おとしよりの方の体の変化や生活の様子について学ばれました。体験された学生からは、「思い通りに体が動かなかったり、普段の動作が難しく感じたりした」「声を掛けられたり、体を支えられたりすると嬉しかった」「今回の体験で学んだことを今後の生活に活かしていきたい」といった感想が聞かれました。



車いす体験の様子



高齢者疑似体験の様子



きんざい みんな
よりんざい
みんなのサロン
あたら 新グループが
なかもい 仲間入りしました!

いきいきサロンは、自宅などの身近な場所で、気の合うお仲間と楽しいひと時を過ごす活動です。

おおだて
サロン大墅

- ・活動内容：百歳体操、談話
- ・活動日時：月4回（木曜日）

10:00 ~ 11:00

- ・活動場所：壱ヶ浜地域交流センター



あたら 新しくサロンをつくってみたい方、町内のいきいきサロンに参加してみたい方は、あいあむ（平生町社会福祉協議会 TEL 56-8000）まで、お気軽にお問合せください。

ちょうないしゃかいふくし ほうじんれんらくかい かいさい
町内社会福祉法人連絡会を開催

10月20日、あいあむにおいて町内の3つの社会福祉法人（うちうみ会、幸寿会、平生町社会福祉協議会）による標記連絡会を開催しました。また、オブザーバーとして、平生町町民福祉課、山口県社会福祉協議会、平生町・田布施町から「ゆうなんこども家庭支援センター」の運営を受託されている社会福祉法人はるか（岩国市）の皆さまに出席いただきました。

平成28年の社会福祉法改正により、すべての社会福祉法人にその高い公益性に鑑み、地域における公益的な取組を実施する責務が課されました。連絡会では地域公益活動の推進を目的に各法人の取組や地域生活課題等について情報交換を行っています。

この度は、地域の困りごとや福祉人材の育成に町内社会福祉法人が連携して取り組む事業のあり方について、各法人の活用可能資源などについて意見をだし合い、法人間連携によるチーム支援の可能性について話し合いました。今後も協議を継続していく予定です。

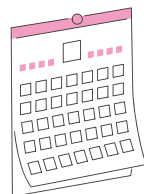
しょうがっこう かみしばい にんちしょう 小学校で紙芝居『認知症ってなあに？』

11月15日～20日、平生小学校4年生、佐賀小学校3、4年生の皆さんを対象に、紙芝居『認知症ってなあに？』の読み聞かせにうかがいました。認知症について正しく知っていただくことを目的に、毎年、各小学校にうかがっています。朝の早い時間にも関わらず、とても熱心に聞いてくださいました。紙芝居終了後、児童の皆さんからは、「認知症が脳の病気だということがわかりました」「何かを聞かれたとき、優しく何度も教えてあげようと思いました」「世界には病気の方がたくさんいるので、助けてあげようと思いました」など、たくさんの感想が聞かれました。



2024年のカレンダーを集めています

新しい年のカレンダーをお一人暮らしのお年寄りのお宅へ届ける活動をしています。ご自宅で使わないカレンダーがございましたら、あいあむまでお寄せください。皆さまのご協力をお願いします。
【お問合せ】企画総務部 TEL 56-8000



さんかしゃぼしゅうちゅう
参加者募集中!

かいさいちゅう つど ば あいあむで開催中の「集いの場」

まいしゅうかようび
毎週火曜日

のうがくしゅうじゅく いきいき脳楽集塾

脳の健康を維持するための集いの場です。計算プリントや談話などで脳のトレーニングに取り組めます。

【日時】毎週火曜日 9:00～11:00

【対象】町内在住でいきいき脳楽集塾に関心のある方

【内容】計算や漢字のプリント
その他脳のトレーニング

がつ
12月にはクリスマス
会も開催予定!



けんがく
見学だけでもかまいません。
お気軽にお立ち寄りください。

みな たの
皆さんで楽しいひとときを
すごしましょう!

まいしゅうもくようび
毎週木曜日

けんこう くらぶ 健康づくり倶楽部

男性限定の集いの場。いつ来ていつ帰っても自由です。いきいき百歳体操の後、フリータイムで将棋や談話など思い思いの時間を過ごします。

【日時】毎週木曜日 9:00～12:00

【対象】町内在住のおおむね60歳以上の男性

【内容】9:20～いきいき百歳体操(約40分間)
10:10～フリータイム(将棋・談話他)



【お問合せ】あいあむ(平生町社会福祉協議会) 企画総務部 TEL 56-8000

～ボランティアに参加して笑顔で今年をしめくくろう!～

としこ はいしよくじぎょう ぼしゅうちゅう
年越しそば配食事業 ボランティア募集中!

「年末年始をおとしりのみで過ごされるご家庭へ年越しそばをお届けしたい」という思いで
始まった年越しそばの配食事業も、民生委員児童委員さんやボランティアの皆さんのご協力により、
今年で29回目を迎えます。年越しそばをお届けする“配食ボランティア”を募集しています。
年齢は問いません。皆さんのご応募をお待ちしています。

【とき】12月31日(日) 午前中(1～2時間程度)

【申込み締切】12月21日(木)

【お申込み・お問合せ】あいあむ(平生町社会福祉協議会) TEL 56-8000 担当: 築山

※なおお定員になり次第、締め切らせていただきますのでご了承ください。

※詳細は、ボランティアの方に直接ご連絡いたします。



ありがとうございました

11月6日、いきいきサロングループ サザンひら
お様より社会福祉資金をご寄付いただきました。い
ただいた資金は地域福祉活動に有効に活用させてい
たきます。

グラウンドゴルフの活動を
されているサザンひらおの皆
さん。
現在、新メンバー募集中。▶



匿名	丸山 吉原 和子様	平生町菊の会様 グラウンドゴルフ サザンひらお様	社会福祉資金	日向平 山本 貞子様 御主人 喜多 松村 克則様 御尊父 黒羽根 藤本 恒行様 御令室 日向平 田代 信忠様 御尊父 保雄様	香典返し	日向平 山本 貞子様 御主人 喜多 松村 克則様 御尊父 黒羽根 藤本 恒行様 御令室 日向平 田代 信忠様 御尊父 ちづ子様 達雄様 保雄様 壽様
----	-----------	-----------------------------	--------	--	------	---

◆ご芳志ありがとうございました◆
(10/11/30迄) (順不同)

