

# 上越南支所 だより



2015  
第8号

平成27年9月1日発行

地域支え合い事業

## すこやかサロン 始まりました!



支援員さんとちまき作りに挑戦 (新道地区)



思わず笑顔がこぼれる介護予防教室 (和田地区)

上越市の委託を受け、地域の65歳以上の方々の「仲間づくりや介護予防」を目的とした「すこやかサロン」を実施しています。

高田エリアは9会場で、レクリエーションや茶話会を行うサロンと専門講師による運動機能や認知機能の低下を予防する介護予防教室を開催しています。

上越南支所長挨拶



高橋 二郎

今年の夏は、記録づくめの猛暑日が続きました。未だ残暑厳しい日々もあるかと思いますが、もう少しでさわやかな秋を迎えようとしています。  
皆様には健やかに過ごしのこととご拝察いたします。

日頃より当協議会の事業運営にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。  
本年五月より上越南支所長(上越北支所長兼務)に就任いたしました高橋と申します。よろしくお願いいたします。

社協は誰もが「住み慣れた地域で安心して暮らせる福祉のまちづくり」を目指して、地域住民主体の福祉活動に取り組んでまいります。  
どうぞお気軽にお声掛けいただければ幸いです。

# 小地域福祉活動のススメ

ふれあいいきいきサロンは、住み慣れた地域で誰もが気軽に集えるサロンを開設し、ふれあいを通して仲間づくりの輪を広げ、孤独感の解消や多世代交流、生きがいづくりを図ります。

ふれあい支え合いマップづくりは、ご近所圏域を対象として、住民同士のつながりや福祉課題等をマップに記載して、視覚化することにより住民相互の見守りや助け合い、また、災害時の対応強化を図ります。

これらの事業を実施地域の皆様から、実践報告していただきました。皆様の地域においても、それぞれの活動を広げてみませんか。

ふれあい支え合い  
マップ事業

ふれあい  
いきいきサロン  
事業



とっさの対応に役立てたい



子安新田  
吉田 文男さん

◆子安新田町内会  
夏祭りや運動会、サロンなどで住民の親睦交流を図ってきた当町内会では、上越南支所の指導を得て「支え合いマップ」を住民参加で作成してみました。課題の抽出・分析はまだですが、緊急避難時に住民同士の具体的支援を必要とする人がいることが見えてきました。  
民生委員の協力でその人たちの合意を得ながら、個別避難計画の作成を始めております。

### ◆子安新田町内会

住み慣れた地域で  
安心して  
過ごすために！



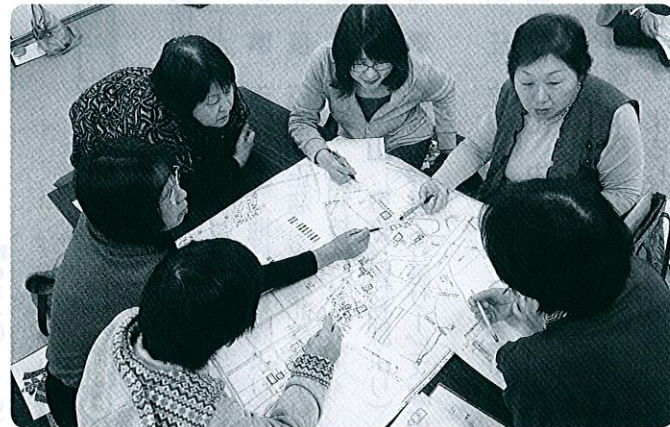
東城町2  
池田 洋子さん

◆東城2「柳善ひろば」  
今年度、介護保険法改正で、地域の互助の推進がうたわれました。高齢になると、助けてほしいと思うことが多くなり、サロンはお年寄りが集う場だと思いがちですが、今、助けを必要としない人もサロンに集うことで顔見知りになり会話が弾み、地域で安心して暮らし続けることができるようになると思い、町内サロン「柳善ひろば」を開設しました。

### ◆東城2「柳善ひろば」



「できたよ」ご近所先生とほうきづくりに挑戦



マップづくりから暮らしやすい地域へ

### ◆諏訪地区

米岡 寺田 幸子さん

高齢者の一人暮らし世帯等、全世帯を7項目で色分けしてマップに落とすと、一目瞭然、少子高齢社会の地区の状況が見えてきます。  
きつと近い将来、要支援者が増え、隣近所での共助が欠かせなくなるでしょう。

まずは身近な隣近所での繋がりを深めることが大切と考えます。まだ一部ですが、隣組のお茶飲み会の開催を始めました。



器用な男性陣のチームワークは下稲田の自慢です



下稲田  
水月 法子さん

◆下稲田ひまわり会  
下稲田ひまわり会は今年の3月に開設しました。30世帯の小さな町内で、それぞれよく知り合っているのでもサロンの必要ないと思っていたが、意外と好評で20名程度がいつも参加しています。お茶を飲みながらの談笑とゲームで2時間があっという間に過ぎていきます。  
町内の老人パワーの発揮はこれかですが、お互いの意思疎通は以前よりずっと密になったと感じています。

### ◆下稲田ひまわり会



交流を通して「健康増進」・「やりがい発見」



東本町4  
小林 静枝さん

◆東本町4丁目町内会  
高齢化していく世の中で、近隣住民のみならず共に孤独死を防ぐためにマップづくりをしました。その後、地域に住む人たちの交流の場として、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるように、有志の会サロンを始めました。  
23名のみなさんは社会奉仕の精神を持って地域との関わりを大切にしたい、今自分ができることを心掛けてボランティアにも参加しています。

### ◆東本町4丁目町内会

自分の地域を  
元気に!!



南本町2  
丸山 英さん  
松倉 久枝さん

◆南本町2「みんなの茶の間」  
「みんなの茶の間」の活動は9年経ちました。みんなの笑顔を確認し、楽しさを求め、美味しさに満足し、心身をリフレッシュして、明日への生きる力を生み出す活動です。そんな人々が、心の絆を結び合い楽しく暮らせる地域づくりを目指しています。  
協力がボランティア精神で各々の役割に専念してください。活動を進めるみんなで、知恵を絞って楽しみながらやるのが大切です。私たち二人は事務局を担当しています。

### ◆南本町2「みんなの茶の間」



夏休みジュニア&シニア交流会 夏野菜カレー美味しかったよ

おまたせいたしました。今年も好評につき…

# サロンボランティア研修会 開催します。

下記の通り、サロンボランティア研修会を計画いたしました。  
住み慣れた地域で人と人がつながり、さらに豊かになるための  
道標として、住民流地域福祉の推進にお役立てください。



平成26年度サロンボランティア研修会

開催月日	時間	会場	主な内容	定員(人)
9月30日(水)	10:00~12:00	上越市福祉交流プラザ 第1会議室	いきいきサロンの目的と 運営方法を学びましょう	25
10月14日(水)	13:30~15:30	上越市福祉交流プラザ 第1会議室	脳が元気になるレクリエーション	25
10月29日(木)	13:30~15:30	上越市福祉交流プラザ 体育館	身体が元気になるレクリエーション	25
11月11日(水)	10:00~12:00	上越市福祉交流プラザ 調理室	おながか元気になるレクリエーション (調理実習)	25
11月25日(水)	13:30~15:30	上越市福祉交流プラザ 第7会議室	不安・疑問解決!明日からサロン開設へ	25

参加費：無料(調理実習時は、材料費として500円申し受けます。)

申込：上越市社会福祉協議会 上越南支所 ☎526-1515

申込締切：9月25日(金) 各回とも先着順です。定員になり次第締め切りいたします。

## 福祉の店「パレット」

### 引越のお知らせ

障害者の皆さんが心を込めた製品を販売  
している福祉の店「パレット」。

9月20日(日)に、現在のイオン上越店  
の店舗を閉店し、左記の施設に引っ越し10  
月1日(木)から営業を再開いたします。  
これからも、ご愛顧のほどよろしくお願い  
いたします。

■引越し先…

春日山荘(上越市春日山町1-12-12)

■問合せ先…

上越市社会福祉協議会 地域福祉課

☎526-1515

## 上越南支所職員体制のお知らせ

支所長 高橋 二郎

(上越北支所・名立支所長兼務)

参事 吉崎 讓(地域福祉課より)

係長 高橋 正浩(上越北支所より)

主任 白倉 由利枝

主事 喜多山 恵称(総務課より)

主事 保坂 静香(介護サービス課より)

主任 佐藤 美奈子(三和支所へ)

主事 小山 史子(中郷支所へ)

職員皆、上越市の地域福祉推進にまい  
進みます。よろしくお願いたします。

上越南支所では皆様のご意見をお待ちしております。



社会福祉法人

## 上越市社会福祉協議会 上越南支所

〒943-0892 上越市寺町2丁目20番1号  
上越市福祉交流プラザ内2F

電話 526-1515 FAX 526-1230  
E-mail jsk-jouetu@jouetushisyakyo.jp

ホームページ URL <http://www.jouetushisyakyo.jp>

いつでもお気軽に  
ご連絡ください。



### つづやき

老眼鏡?必需品になるとは思ってもい  
ませんでした。(笑)「老い」は全ての  
人に訪れます。老後と言われる20年以上  
をいかに楽しく過ごせるか。  
年を重ねることは否定的なことばかり  
ではありませんし、その歳だからこそ楽  
しめることもたくさんあるはず。定  
年の寂しさもあるでしょうが、実は少し  
楽しみでもあります。社会に何かしら貢  
献ができるかという視点を持ちつつ、そ  
の時に自分の時間を有意義に使えるよう  
に、そろそろ準備しようかなと思う今日  
この頃です。