



# 永平寺町社会福祉協議会だより

編集発行 社会福祉法人永平寺町社会福祉協議会  
<http://www.eiheijishakyō.jp/>

2017 2月号

Vol.189



# ふだんのくらしのしあわせ

## Contents

報告 福祉車両寄贈 / ふれ愛フェスタ2017	P2
福祉車両をつかってください！ / 地域の福祉向上セミナー	P3
ふたりを繋ぐ「詩」 / ボランティアの輪広がっています！	P4
今日から始めてみませんか？「ながら体探」	P5
心配ごと相談 / 寄附御礼 / 「悩みごと総合相談会」のお知らせ / お米を募集	P6
運転手募集 / 地域包括支援センターが移転します！ / 永平寺町在宅介護支援センター	P7
安心カード持っていますか？ / 小地域福祉委員会を立ち上げませんか？	P8

永平寺町社会福祉協議会



「この広報紙は、点訳版も発行しています。」

「雪だるまさん、こんにちは」

撮影場所: 上志比知見園」



あの店に行ってみたい!でも...

# そんな夢を叶えます! 福祉車両つかってください!

永平寺町社協では、福祉車両の無償貸出しを行っております。  
当事業は車いす使用者や外出困難な高齢者の方が、積極的に外出し、  
楽しい生活を送っていただくことを目的としています。

**対象** 永平寺町在住で車いす使用者、外出困難な高齢者、  
または障がいのある方とその介護者とする。

**料金** 無料  
(ただし有料道路、ガソリン代は利用者の負担となります。)

**仕様** トヨタ「ノア」車いす1台使用  
(車いす使用時6名定員  
スロープ付・4WD・オートマチック)  
※ただし、運転手の手配はお願いいたします。

車いすなどの福祉機器も貸出し(無料)も行っております。  
併せてご利用ください。



大人数でも乗れるので  
車内も賑やかで  
楽しかったです



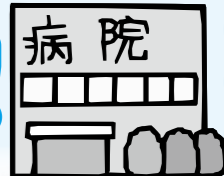
簡単に乗り降りが  
できます



車いすを利用して  
いる母を連れて、  
温泉旅行へ  
行ってきました



家族を車いすに乗せて  
通院するときに、  
とても助かっています



お申し込み・お問い合わせは 地域福祉推進課 ☎64-3000

# Coming Soon!!

平成28年度

## 地域の福祉力向上セミナー

地域福祉課題について理解を深め、  
地域住民の福祉力の向上を目的に開催します

日時 平成29年 **2月26日(日)**

12時20分受付開始 16時30分終了

対象 永平寺町民の方ならどなたでも参加できます

会場 上志比文化会館サンサンホール  
(永平寺町石上29-67-1)

参加費 **無料**

講演 13時00分~14時30分 **「歌やお芝居を交えた面白トーク」**

分科会 14時40分~16時10分 3分科会に分かれ、みんなで地域課題について理解を深めます。

主催:社会福祉法人 永平寺町社会福祉協議会  
後援:永平寺町・永平寺町民生委員児童委員協議会・社会福祉法人 福井県共同募金会永平寺町共同募金委員会

送迎を希望される方は事務局までご連絡下さい

お問い合わせ/お申し込み

社会福祉法人 永平寺町社会福祉協議会 ☎64-3000 / 永平寺事務所 ☎63-3868 / 松岡事務所 ☎61-0111

## 報告 「永平寺観光株式会社」様から 福祉車両寄贈

平成29年2月3日(金)に永平寺観光株式会社様より、  
福祉車両を寄贈していただきました。

永平寺町社協はご利用者のみなさまが住み慣れた  
地域で安心して暮らせるよう、当車両を最大限に活用  
しつつ、在宅生活の充実に寄与していきたいと考えて  
おります。



## 社協からのお知らせ ふれ愛フェスタ2017 実行委員 大募集!!

みんなで“福祉のまつり”を  
つくりませんか?



写真はふれ愛フェスタ2016より

お申し込み・お問い合わせ 永平寺町社会福祉協議会 ☎64-3000

# 今日から始めてみませんか? 「ながら体操」

熊本県は1月16日、甚大な被害を受けた益城町や西原村などで、昨年4月の地震後に要介護者認定者数が急増したことを明らかにした。

その要因として、高齢者が避難所や仮設住宅での生活により、**体を動かす機会が減ったこと**が影響していることが挙げられるという。

災害後に要介護認定者数が増える現象は、あの東日本大震災でもみられた。避難所や仮設住宅生活により、**被災前に行っていた散歩や農作業ができなくなっていること**が一因とされ、**東日本大震災の被災地で顕著になった課題が、熊本地震においても同様の傾向をたどっている。**

つまり... **継続的に体を動かすことはとても重要!**



地域包括支援センター保健師



病気にならなくても、からだを動かさないでいると、筋力や意欲低下につながり、やがて認知症などを招きやすくなります。この循環に陥らないコツは、病気の予防とともに、よく頭やからだを使うことです。「ながら体操」で筋肉トレーニング!!

## 筋力を高める3つのポイント!

### 1 普段の生活の中で、からだを動かす習慣をつける

特別なことはしなくても、家事をしながら、テレビを見ながら、歯をみがきながらでも、からだを動かすことは可能です。大切なのは、毎日の生活に運動を取り入れる習慣づくりをすることです。



台所をしながら片足上げ

### 2 毎日できるだけ歩く(ウォーキング)

ウォーキングは、心肺機能を向上させ、筋力を維持させるのに効果的です。無理のない範囲で、楽しみながら毎日できるだけ歩くようにしましょう。



きれいなフォームでウォーキング

無理は禁物ですよ!

### 3 筋力トレーニングを行う

家庭で簡単にできる筋力トレーニングでも、十分に筋力は鍛えられます。1日少しの時間でもいいので、**自分の体調にあわせながら、筋力トレーニングを行きましょう。**



寝ながらでも出来るおしり上げ



奥様に優しい笑顔で語りかける姿が目に浮かびます。奥様もうんうんと頷きながら...

年明けて 眠れし妻の 米寿ぞや つもる話ぞ 詠んで聞かさん

「家の寢床から鳩の群れが見えてね……。あの二羽は夫婦かなあなんて。でもね、一羽だけはぐれてるように見えた。ああ、僕と一緒にだなんてね(笑)。」  
いつも一緒だった奥様が今はもういない。それはきつと寂しいことでしょう。しかし、ご本人と話をしていると、奥様を亡くした悲しみというよりは、詩を書くことによって、いつまでも奥様は記憶の中で、心の中で生きていくという一種の「希望」に満ちた思いさえ感じ取ることができました。目に涙を浮かべながらも、その表情からは悲しみの境地を超えた奥様への一途な「愛」を垣間見ることができたような気がします。

さむざらに 夫婦たるかや ほどのむれはぐれ一羽や 我と語らん

これは松岡デイサービスセンターに通われているご利用の方が綴られた詩です。この方は、今から2年前に長年連れ添った奥様を亡くされました。奥様が亡くなられてから毎年元旦に奥様への思いを詩に込めているそうです。

片羽根を 無くしたけれど 耳ふたつ 枕ならべて 除夜の鐘聞く

眠れし妻へ込めた思い  
「ふたりを繋ぐ『詩』」

松岡デイサービスセンターでのひとコマ

上志比児童館の5年生が、コスモスの苗を上志比デイサービスにプレゼントしました。



上志比小学校のミュージッククラブさんが、上志比デイサービスを訪問しました。ハンドベルの素敵な演奏に利用者さんもうっとり。その後、手遊びで楽しく交流しました。

ボランティアの輪 広がってます!



永平寺中学校JRCのみなさんが、永平寺デイサービスの夏祭りのお手伝いをしました。若者パワーで盛り上がりました。



松岡小学校4年生が、松岡デイサービスを訪問し、折り紙、お手玉をして楽しく交流しました。



# 運転手 (非常勤職員) 募集!!

- 仕事内容** ①永平寺老人福祉センターおよび禅の里温泉行の送迎マイクロバスの運転業務  
②デイサービスセンター運転業務等
- 勤務地** ①永平寺町社会福祉協議会 永平寺事務所  
②永平寺町社会福祉協議会 デイサービスセンター
- 雇用期間** ①②平成29年4月1日～平成30年3月31日
- 勤務時間** ①8時45分から17時15分の間にて定期的に勤務可能な時間【応相談】  
月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)  
②8時30分から10時00分および15時30分から17時00分  
1日当たり3.0時間程 週5日から6日【応相談】
- 条件等** ①②時給1,000円、通勤距離に応じた通勤手当有
- 応募資格** ①大型自動車免許保有 ②普通運転免許証保有
- 選考方法** 面接を実施します。
- 申込方法** 履歴書を添えて下記までご持参下さい。
- 申込期間** 随時受付

あなたの資格を活かしてみませんか?

お問い合わせ 永平寺町社会福祉協議会 法人運営課 ☎0776-64-3000

## 永平寺町社会福祉協議会 地域包括支援センターが移転します!



地域包括支援センターは高齢者の相談窓口です!!  
永平寺町やすらぎの郷から永平寺町役場本庁に移ります。  
介護や医療、日常生活の不安でお悩みの方  
お気軽にご相談ください。

**移転日** 平成29年3月27日(月)  
**移転先** 〒910-1192 永平寺町松岡春日1丁目4番地 (永平寺町役場本庁内1階)  
**連絡先** TEL61-6166 / FAX61-3464



## 永平寺町在宅介護支援センター

困った時はひとりで悩まずに安心してお気軽に  
ご相談・お電話ください

永平寺町松岡吉野塚15-44 ☎61-4300 (松岡福祉総合センター 翠荘内)  
永平寺町飯島6-34 ☎63-3868

窓口業務 8:30～17:30(土曜・日曜・祝日・年末・年始はお休み)  
電話対応 24時間体制で対応!!

- 在宅介護や福祉サービス等のご相談をお受けします。
- 必要なサービスが利用できるよう連絡調整します。(地域包括支援センター・各関係機関)
- いろいろな介護用品を展示・紹介しています。(展示コーナーにお越しください)
- 介護保険に関するご相談をお受けします。

## 心配ごと相談

～秘密は必ず守ります～

弁護士による無料法律相談 13:00～16:00

法律問題でお悩みの方を対象に、弁護士による無料法律相談を行っています。1日8名の方まで相談を受け付けております。

※お一人様の相談時間は20分程度となります。  
※事前に電話予約が必要となります。

2月23日(木) 永平寺老人福祉センター「永寿苑」  
担当弁護士：西村 和浩氏

3月23日(木) 永平寺町やすらぎの郷  
担当弁護士：岩崎 史明氏

- たとえば…
- ◆遺言・相続について……
  - ◆消費者トラブルについて……
  - ◆結婚・離婚について……
  - ◆近隣とのトラブルについて……
  - ◆財産管理について……など、
- お気軽にご相談ください。



福祉総合相談 13:30～16:00

3月2日(木) 松岡福祉総合センター「翠荘」  
相談員：民生委員児童委員(松岡支部)

3月9日(木) 永平寺老人福祉センター「永寿苑」  
相談員：民生委員児童委員(永平寺支部)

3月16日(木) 永平寺町やすらぎの郷  
相談員：民生委員児童委員(上志比支部)

専門カウンセラーによる子育て相談 13:30～16:30

カウンセラー：富田 純子氏

3月13日(月) 永平寺町やすらぎの郷

※お一人様の相談時間は50分程度となります。  
※事前に電話予約が必要となります。  
※予約状況によってはキャンセル待ちとなります。

## 寄附御礼

次の皆様から、社会福祉のためにたくさんの「まごころ」が寄せられました。深くお礼申し上げます。

平成29年1月1日～1月31日

皆様からいただいた寄附金・寄贈品は、寄附されました方の希望される用途を尊重させていただきますとともに、社会福祉のため有効に活用させていただきます。

	受領日	氏名	(住所)	金額(品名)	受入区分
寄附金	1月4日	匿名様	匿名住所	¥100,000	永平寺デイサービスセンター事業
	1月4日	匿名様	匿名住所	¥8,143	福祉サービス利用料負担軽減事業
	1月19日	匿名様	匿名住所	¥30,000	訪問入浴介護事業、福祉用具貸与事業
物品	1月6日	匿名様	匿名住所	介護用品	在宅福祉サービス事業
	1月18日	吉川 嘉栄様	上浄法寺	介護用品	永平寺デイサービスセンター事業
	1月23日	匿名様	匿名住所	介護用品	松岡デイサービスセンター事業
	1月25日	匿名様	匿名住所	介護用品	ホームヘルプ事業

たくはつ 托鉢修行で得た浄財を福祉事業に!

托鉢修行で得た浄財を福祉事業に寄附しようと12月22日、大本山永平寺様が歳末たすけあい募金として、多額の浄財をお納めくださいました。毎年、歳末の時期に町の福祉のために寄附を頂いており、今年は413,954円の浄財を頂きました。



頂いた浄財は町の福祉のために有効に活用させていただきます。

## お知らせ

### 「悩みごと総合相談会」

おひとりで悩みを抱えていませんか?  
悩みの内容に応じて専門家が相談をお受けします。  
是非ご相談ください。

相談無料

秘密厳守

★日時：平成29年3月4日(土)  
13:30～16:30

★会場：福井県福井健康福祉センター  
(福井市西木田2-8-8)

★内容：個別相談(予約制：1ケース30～40分程度)  
以下の専門家が相談内容に応じて対応します。  
・精神科医師 ・弁護士 ・臨床心理士  
・就労支援機関の職員 ・保健師、精神保健福祉士 など

◇個人情報厳守しますので、安心してご相談ください。



お問い合わせ・申し込みは 福井県福井健康福祉センター 健康増進課 ☎0776-36-3429(直通)

地域福祉推進課 ☎64-3000

古米の無償提供にご協力をお願いします。

地域で困っている方へのお米を募集しております



自分を守る 家族を守る

# 安心カード、 持っていますか!?

～安心カードとは～

今、急速に地域に浸透しています!

事故や体調の変化により救急で運ばれるとき、救急隊員や医師がもっとも必要とする情報は「緊急連絡先」と言われています。

重症な場合、「緊急連絡先」に記載されている家族等の合意がないと出来ない特別な検査もあるからです。また、服薬の状況や血液型等の情報があれば、迅速な処置を行うことができるかもしれません。

「まさか」の時のお守りとして準備しておくことが大切です。

「備えあれば憂いなし」

自分のためにも、家族のためにも・・・。

永平寺町社協は安心カードの普及を推進しています。

安心カードは区単位での申込みとなります。地区での実施や緊急連絡先などの情報更新ご希望の場合は、社協までお問い合わせ下さい。



「そっと思いやり・ほっと助け合い」を合言葉に一人の困りごとをみんなの事として行動する地域づくり

## 小地域福祉委員会を立ち上げませんか!?

社協職員もお手伝いします!!

たとえば・・・

●暮らしの中では日々の困りごとや将来不安、悩みごとがあります



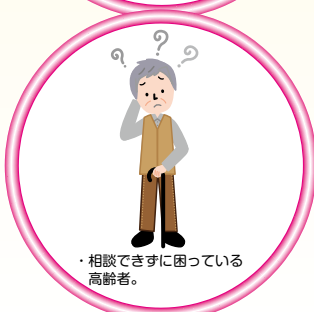
・高齢者が一人暮らしで転倒しても助けを呼べない。



・子育てが不安。



・障がいに対する無理解など



・相談できずに困っている高齢者。



・ひきこもり



・認知症高齢者の徘徊。

このように、福祉課題(不安、悩み事)は人それぞれありますが、ひとりの困りごとはみんなの問題として考えることを目的とし、どうすれば今よりも豊かで住みやすい環境になるのかを話しあう会です。

委員会は区長、副区長、民生委員、福祉委員、サロン代表者などで構成されます。(構成員についてはそれぞれ区の事情もありますのでこの限りではありません)

お気軽に  
お問い合わせください

お問い合わせ / 地域福祉推進課 ☎64-3000