

発行
社会福祉法人飯田市社会福祉協議会
〒395-0024 飯田市東栄町3108-1
TEL : 0265-53-3040
FAX : 0265-53-3186
H P : <https://iidashakyo.or.jp/>
facebookもご覧ください 
印刷：龍共印刷株式会社



おマメで



龍江地区有償移送サービス



住民の移動手段確保のために

9月29日 龍江地区有償移送サービス出発式

例年よりも随分と早く朝晩が冷え込み、冬の訪れが本格的になった秋、龍江地区で新たな支え合いの取り組みが開始されました。今回は、「有償移送サービス」に携わる龍江地区の皆さんをご紹介します。

有償移送サービスとは、単独でバスやタクシー等の公共交通機関を利用することが困難な高齢者や障がい者の方を、地区内の運転ボランティアさんが簡易な介助により目的地まで送迎する支え合いの取り組みです。現在当社協では市内12地区の運行をサポートしており、約400名の方が登録され、主に通院や買い物等に利用していただいています。

龍江地区では、お母さんの通院のための移動手段を心配されていた息子さんの声を、民生児童委員さんが拾い、有償移送サービスの実現に向け地区で検討・準備を進めてきました。

コロナ禍による納車の遅れ等もありましたが、令和4年9月より運行が開始されました。



9月29日には龍江自治振興センターにて、地域づくり役員の皆さん、民生児童委員さん、運転ボランティアさん等地区の関係者が集まり、社協が

準備した新車を囲んでの出発式が行われました。龍江地域づくり委員会福祉委員会の田中峻之委員長は、「このような支え合い活動を展開する事で、安心して暮らせる龍江地区になれば嬉しいです。」と話されました。今後も当社協では、地域での支え合いの取り組みを、地域福祉コーデイネーターが寄り添い、ご支援していきたいと思います。



115号のおもな内容

- 1面 龍江地区有償移送サービス
- 2面 社協会費納入の御礼
善意銀行
- 3面 フードドライブ活動へのご協力
ありがとうございます
- 4面 ヘルパーステーション紹介
おマメでクイズ
- 5面 作業療法士さんのコーナー
- 6面 市澤さんの
ボランティアやらまいか
- 7面 10・11月の事業実施報告
- 8面 おマメの部屋

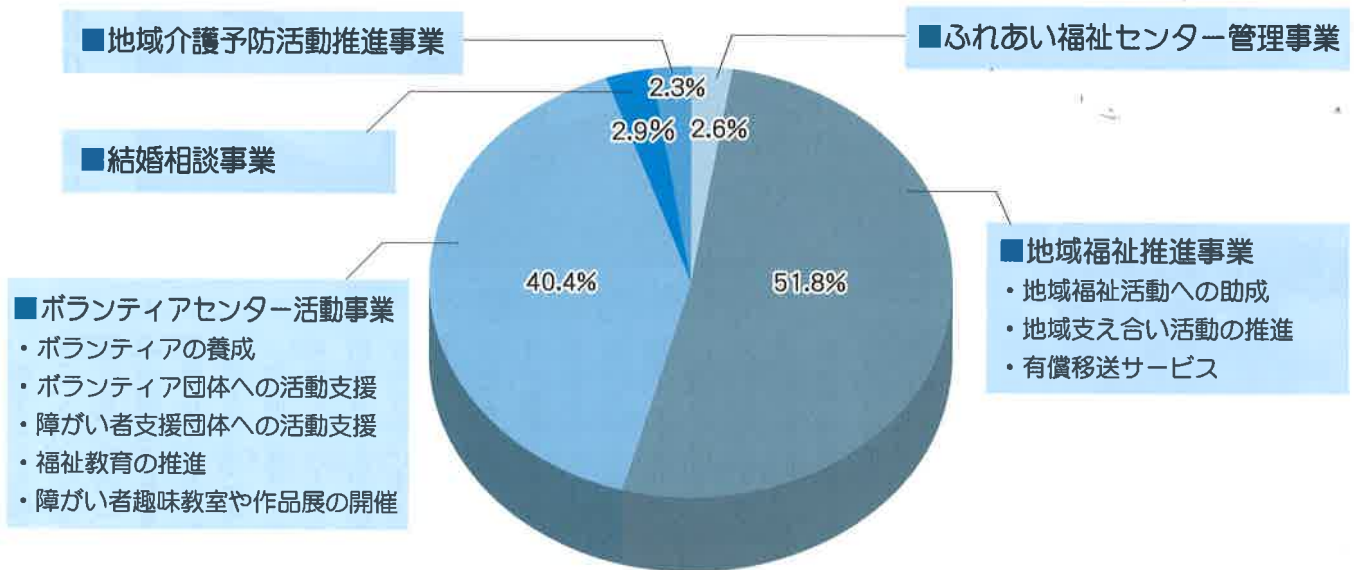
社協会費納入にご協力いただき ありがとうございました

市内の各世帯（1号会員）の皆様をはじめ、各会員の皆様には、令和4年度社協会費の納入にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。また、各地区まちづくり委員会等関係の皆様には、1号会員会費の納入にあたり、とりまとめ・納入にご協力いただき、ありがとうございました。

令和4年度総額 3,837,650円

1号会員会費（市内の加入世帯）	3,790,650円	1世帯当たり150円×25,271世帯
2号会員会費（社会福祉に関する団体）	15,000円	1,000円×15団体
3号会員会費（社会福祉を目的とする法人）	24,000円	1,000円×24法人
4号会員会費（団体や連絡組織）	8,000円	1,000円×8団体

皆様からいただきました会費収入は、地域福祉推進のため、下記の事業に活用される予定です。



善意銀行 ～あなたと福祉をつなぐ窓口銀行～

尊い善意に基づいて提供して下さる「金銭」「物品」を、支援を必要とする方々のために活用させていただいています。

あたたかなご厚意に感謝いたします

令和4年4月1日～令和4年10月31日の間にお寄せいただきました善意をご紹介します。（順不同・敬称略）

預託者名	預託内容／金額
伊賀良ボランティアグループ	地域福祉のために タオル・切布・ベルマーク・古切手他 まいさぼ飯田へ 100,000円
国際ソロプチミスト飯田	風越寮へ 300,000円 おさひめチャイルドキャンプへ 300,000円
たんぼぼの家	地域福祉のために 460,000円
ユニー(株) "小さな善意で大きな愛の輪"運動	アピタ飯田店 地域福祉のために 51,912円
飯田市ボランティアセンター	地域福祉のために (古切手換金分) 4,500円
飯田花卉組合	市内福祉施設へ 鉢花(シクラメン他)×185鉢

フードドライブ活動へのご協力ありがとうございます!!

日頃より、フードドライブ活動へご協力いただきありがとうございます。

皆様よりご寄付いただきました食品は、飯田市生活就労支援センターまいさぼ飯田、もぐもぐさぼーた一事業の活動を通じて必要な方にお渡ししています。

フードドライブが、大勢の方の優しさに支えられて活動できていることに感謝いたします。

飯田市ボランティアセンター
(飯田市社会福祉協議会内)
食品受け付け

主なお渡し先

飯田市生活就労支援センターまいさぼ
飯田から必要な方へ食品をお渡ししています。

もぐもぐさぼーた一事業で、ひとり親家庭世帯の登録の方へお渡ししています。

● 支援を受けられた方から、こんなお声が届いています。

「仕事を失って、どうしようかと途方に暮れていました。

食料品をいただいて本当に元気が出ました。

これから将来に向けて頑張っていこうと思います。」

と食品をお持ち帰りいただいた男性。

翌日「本当に久しぶりに甘いお菓子を食べて、コーヒーを飲んだよ。

嬉しかった…。ありがとう！」とお礼のTELがありました。



食品をお持ち帰りいただいた親子。

一緒にいた小さなお子さんが、食品の入った袋の中を見て、

「わ～～い!!」と嬉しそうに袋を振りながらお帰りになりました。

飯田市ボランティアセンターでは、家庭で余裕のある食品を受け付け、必要な方にお渡しする活動をしています。引き続き、皆様のご協力をお願いいたします。

受付日時：平日 8:30～17:30

受付場所：飯田市ボランティアセンター（飯田市社会福祉協議会内）

〒395-0024 飯田市東栄町3108-1 さんとぴあ飯田2F

お問い合わせ：TEL 0265-53-3182 FAX 0265-53-3183



飯田市社協ヘルパーステーション を紹介します



ヘルパーステーションとは、在宅で生活している要支援・要介護認定を受けた高齢者の方に、ホームヘルパーを派遣して必要なサービスを提供する訪問介護事業所です。

ホームヘルパーの仕事には主に



「身体介護」と

- ・食事介助・入浴介助
- ・排泄介助 など

「生活援助」

- ・掃除・買い物
- ・洗濯 など



があります

今回は、訪問前に特に配慮していることをご紹介します

1. 湿度や気温が高い梅雨や夏の季節に気を付けている対応

- ・冷蔵庫まで歩いていくことが難しい利用者様には、手の届くところに発泡スチロールに保冷剤を入れて簡易的なクーラーボックスを作り、食中毒などの防止を図る

2. 寒さが厳しい冬の季節に気を付けている対応

- ・車内に塩化カルシウムや雪かきスコップを搭載し、積雪時の訪問に備える
- ・利用者様宅付近の天候や道路状況、積雪量によっては路面凍結の有無等を早めに確認し、安全策を心がける。場合によっては、訪問時間の変更等が対応可能かを利用者様およびご家族様と相談する



ヘルパーが心がけていること

- ・野菜の皮や葉なども無駄なく使うことを心がけて調理する
- ・必要に応じて「これから伺います」など事前連絡をして訪問する
- ・ご自身では洗濯や調理をされない利用者様に対しては、その方の機能維持に努めるため、できそうな家事を一緒に行う



ちょっと
一息

「おマメで」クイズ

社協報「おマメで」115号の中からクイズです。答えと右記の要項を添えてぜひご応募ください。クイズに正解された方の中から抽選で5名に図書カードをお贈りします。

1. 単独でバスやタクシー等の公共交通機関を利用することが困難な高齢者や障がい者の方を地区内の運転ボランティアさんが送迎する取り組み「○○○○サービス」とは (ヒント：1ページ)

応募要項(ハガキで応募される場合)

63	〒395-0024	①クイズの答え
	飯田市社協 「おマメで」編集委員会 行	飯田市東栄町三〇八一
		②住所
		③氏名 ④年齢
		⑤電話番号
		⑥「おマメで」の感想

<メールでの応募方法>

(2通りあるよ!)

① omamede@iidashakyo.or.jp

にメールを送信!

- ②当社協のホームページから応募! おマメでクイズに参加してね

116号の誌面にてクイズの答え・当選者の発表を行います。

- ※ご応募の際にいただいた個人情報はプレゼント発送以外には使用いたしません。
- ※匿名表現でご感想を次回号に掲載させていただく場合がございます。ご了承ください。

114号のクイズの答え

- 1. 10月1日～12月31日

当選された方

- ・秦 公子様 (橋北)
- ・丸山 恵子様 (丸山)
- ・中島 優子様 (座光寺)
- ・矢澤 秀宜様 (伊賀良)
- ・遠山 玉利様 (南信濃)

多くのご応募ありがとうございました!

ご応募締め切り 1月末日

おマメで体操
イメージキャラクター



作業療法士さんが
考えた



年末の掃除に ワラのほうきを作って使おう

紅葉の時期も終わりを迎え、本格的な冬を迎える季節となってきました。そろそろ年末の大掃除を考えていないかと思っている方も多いのではないのでしょうか。

今回は、ワラを使った掃除道具をご紹介します。稲刈り後のワラが残っているご自宅もあるのではないのでしょうか？窓のサッシの部分などの細かな隙間の掃除に役に立つほうきを作ってみましょう。もちろん、玄関先やベランダの掃除などにも役に立ちますよ。

また、使用したほうきをつるしてもとても雰囲気がよくオシャレですよ。

ここに注目

- ・できればお一人でなく、どなたかと一緒に作成しましょう。あれこれ言いながら楽しく作って下さい。楽しむことが脳にもとても大切です。
- ・紐を結ぶ作業で指先から脳に刺激を入れましょう。
- ・完成したらどこを掃除しようか、座って掃除をしたいから持ち手は短めに、立って掃除をしたいから持ち手は長めに、など掃除場所や使用方法を考えながら作ってみましょう。

道具

- ・ハサミ（ワラとひもが切れるもの）

材料

- ・ワラ 200本くらい（数える必要はありません。両手でつかめるくらいです）
- ・ひも（ワラをしばります。細めがおすすめです。麻のひもだと雰囲気が良いです。今回は自宅にあったアクリル毛糸を使用しました。）

作り方

- ①ワラを5等分に分けます
* 5等分でなければいけないわけではありません。8等分でも10等分でも良いですし、好きな分け方をして下さい。
- ②穂先から20センチくらいのところをひもでしばります。
- ③図1のように、結んでいきます。
- ④ひもから15センチくらいの部分を切って完成！
* 切る長さが持ち手の長さとなります。好みの場所で切って良いです。

束ね方は、図1のようでも良いですし、難しいようでしたら、図2のようにまとめても大丈夫です。

図1

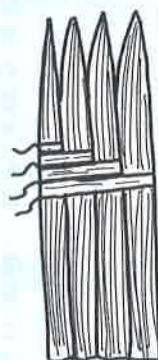
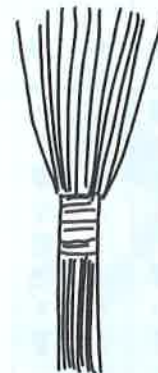


図2



市澤さんの



ボランティアやらまいか

～新編集委員、市澤さんによるボランティア体験記～



障がい者文化芸術作品展 受付ボランティアを体験して

11月2日～7日の期間で、飯田市美術博物館にて「第8回障がい者文化芸術作品展」が開催されました。今回は、開催最終日の受付と後片付けのボランティアに参加しました。

飯田市に在住の障がいのある方、または市内にお勤めの障がいのある方が、過去最多となる118点の作品を出展されました。作品の中には、障がい者趣味教室で制作したゼリーキャンドル、施設の皆さんで協力して作った大きなちぎり絵、利き手が不自由なためもう一方の手で細かく描いた絵画等があり、どれも素晴らしい作品ばかりでした。色鮮やかな作品が多く、出展者の方の感性に触れたような気がしました。出展者の皆さんは、毎年この作品展への出展を心待ちにしておられ、知り合いの方の作品展示も楽しみにしていらっしゃるようです。

今回の受付ボランティアは、会場入口で来場者の方々の体調チェックなどを行い、安心して観覧できるように配慮をしました。

また、来場者の方へ帰りに付箋へ感想を書いてもらうよう声掛けを行いました。それぞれ作品に対して丁寧な感想を書いてくださり、皆さんがこの作品展にとっても関心が高いことを実感しました。このような発表の場をもっと広く周知して、更に多くの方がこの作品展に足を運んでくだされば嬉しいと思いました。



10月・11月の事業実施報告



『結婚相談員研修&交流会』

<11月25日(金)実施>

飯田市内には各地区に結婚相談員が在籍し、婚活のサポートをしています。今回は結婚相談員のより良い支援活動を目的として、婚活セミナー講師の大橋清朗氏をお招きし「結婚相談における支援のポイント」の講義をしていただきました。婚活の場では自然な出会いよりも短時間で相手を選ぶために、第一印象や会話力が重要となり、相談員からの的確なアドバイスがポイントになるとお話がありました。グループワークでは日頃の活動の様子を皆さんで検討しました。

相談者の気持ちを大切にし、時には背中を押し、婚活が上手くいくように伴走している様子が伺えました。



『ご縁結び in 南信州いいだ』

<11月12日(土)実施>

深まる秋の中、独身男女の出会い&交流を目的とした婚活イベントを開催し、男性8名、女性4名の合計12名の方に参加いただきました。天候にも恵まれ、天竜峡散策や青空の下でのBBQ、男女協力してのこんにゃく作りなど、飯田の魅力体験していただきました。このイベントで3組のカップルが誕生し、今後の幸せに向けての第1歩をスタートされました。



『介護予防サポーター養成講座』

<10月17日(月)・10月24日(月)実施>

地域住民の方が主体となって公民館等で行われる介護予防教室(通所型サービスB事業)の運営を担う「介護予防サポーター」を養成する講座を開催し、11名の方が参加されました。2日間のカリキュラムで、介護予防の実技・レクレーション・救急法・認知症への理解等について学んでいただきました。

参加者からは「高齢でも参加でき、とても勉強になりました。」「地元の介護予防サポーターにも役立てたいです。」など感想をいただきました。修了者の皆さんが、今後、各地区の介護予防教室でサポーターとして活躍されることを願っています。



『災害救援ボランティア養成講座』

<11月13日(日)~11月26日(土)全3回実施>

豪雨や台風、地震などの自然災害は今後、いつでもどこでどのように起こるかは、誰にも分かりません。

今回は、飯田市内で大規模災害が発生した際、災害救援に関する専門的な知識をもって救援活動に参加できるボランティアの養成を3日間かけて行いました。また12月17日(土)にはフォローアップ講座を開催しました。受講生の皆様が熱心に学ぶ姿を拝見し、いざという時の対応が期待されます。





各情報の申し込み・お問い合わせは…
 飯田市ボランティアセンター
 (さんとびあ飯田 飯田市社協内)
 電話 0265-53-3182
 FAX 0265-53-3183
 HP <https://iidashakyo.or.jp>

**おマメで健康教室日程
 参加費無料・申込不要**

対象者はご自身で介護予防活動を実施していただける方やボランティア等での活動の1つとして介護予防を広めていただける方です



2023年 1/11(水) 2/6(月) 3/8(水)
 時間：午前10:00~11:00
 場所：飯田勤労者福祉センター

「まめボラ」活動のお知らせ

~ベルマーク仕分けボランティア~

2023年 1/20(金) 2/17(金)
 3/17(金)

時間：13:30~16:00

場所：さんとびあ飯田3階 第2講習室

皆様のご参加お待ちしております！



障がい者趣味教室 < ガラスえのぐ教室 9月17日(土)・ゼリーキャンドル教室 10月15日(土) >

市内在住の障がいのある方を対象に、社会参加と余暇活動のきっかけづくりを目的とした趣味教室を開催しました。両日で延べ17名の方にご参加いただきました。

「ガラス絵の具教室」は、「コミュニティカフェオリーブ」を会場に、クラフト作家の中山久美子先生を講師にお招きして、固まる不思議な絵の具を使った作品作りを教えてくださいました。皆さん、下絵に自分の選んだ色を夢中になって塗り、素敵な作品が完成しました。また参加者同士で作品の感想を伝え合い、楽しい時間を過ごされました。

「ゼリーキャンドル教室」ではフローラというの中島ゆかり先生を講師にお招きして、ジェルワックスが入った透明な容器にお好みの花や飾りを入れて自分だけのゼリーキャンドルを制作しました。

参加者からは「作るのも見るのも楽しかった」と感想があり、多くの作品を障がい者文化芸術作品展に出品いただきました。



ガラス絵の具教室



ゼリーキャンドル教室

フードドライブご寄付のお礼 8月~10月 (順不同・敬称略)

【団体】

- ・曹洞宗長野県第二宗務所青年会
- ・飯田商工会議所
- ・更生保護女性会
- ・南信濃地区福祉部会
- ・南信濃地区文化祭
- ・鼎地区文化祭
- ・羽場地区文化祭
- ・飯田市役所
- ・鼎自治振興センター
- ・伊賀良自治振興センター
- ・座光寺自治振興センター

※飯田下伊那地域にお住まいの皆様

【企業】

- ・旭松食品(株)
- ・竹村工業(株)
- ・(株)ふくやま
- ・(有)関口鐵工所
- ・小川技研

【学校】

- ・長野県飯田 OIDE 長姫高等学校

【もぐもぐさぼーたー協力企業】

- ・大萬
- ・(株)テンヨ武田
- ・(株)ちさと東
- ・長野メディカル



飯田 OIDE 長姫高等学校様