

えがお みんな笑顔  さと もやいの郷 なんかん

# 社協だより

『社協』とは、『社会福祉協議会』の略称です。

社会福祉法人

## 南関町社会福祉協議会

南関町小原1405 (旧老人憩いの家)

TEL 69-9020 FAX 53-2744

URL <http://www.nankan-shakyo.or.jp>

平成28年  
12月31日発行  
**105号**



人探し競技



食欲の秋



〇×クイズ



## 南関町福祉スポーツ大会開催

参加人数368名

10月26日  
農村広場

10月26日(水)、農村広場において「福祉スポーツ大会」を開催しました。町内の福祉団体が集まり、全員参加のクイズや

食欲の秋などの競技に参加され、みなさん、スポーツを通して親睦と交流を深めることができました。



今日からできる・続けてできる・だれでも参加できる

なんかんファミリー・サポート・センター

# ココロとカラダを整える 今日からできるセルフケア講座



家事、出産、子育て、仕事、介護、結婚・・・環境の変化とともに家庭の中で増えていく役割。ココロとカラダを整える実践的なセルフケアのアイデアが学べます。

**1/20** **① アロマでセルフケア**  
**心と身体の変化**

講師：子育てサポートセンター  
ぽっかぽか代表  
岩崎有子さん

10:00～12:00

お申し込み期限  
**1月13日(金)**

参加費：オイル代 100円 / おひとり  
会場：南関町交流センター ☎53-2007

**2/2** **② ベビービクス&**  
**ボディポテンシャル**

講師：河野産婦人科医院  
ボディポテンシャル  
インストラクター河野尚子さん

10:00～12:00

お申し込み期限  
**1月27日(金)**

参加費：無料  
会場：南関町交流センター ☎53-2007

今日からできるホルモンバランスの調整法  
教えます。ひえ、肩こり、疲れ、体調不良  
対策にいかがでしょう。

—講座のみの参加も可能です。  
各講座動きやすい服装、タオル持参でお気軽にご参加ください。

**ベビービクスとは**…マッサージとエクササイズによるスキ  
ンシップで赤ちゃんの発育や発達を促す効果があります。

**ボディポテンシャルとは**…骨格をイメージして体が本来持っ  
ている能力を引き出すことで、痛みの改善、効率のよい動きへの改  
善を図っていくものです。

お問い合わせ 申込み先：なんかんファミリー・サポート・センター ☎070-4722-3114

## なんかんファミリー・ サポート・センター からの寄贈のお礼

なんかんファミリー・  
サポート・センターで、  
チャイルドシートの募  
集を呼びかけたところ  
たくさんのご寄付をい  
ただきました。



ご協力ありがとうございました。  
大切に使用させていただきます。



参加した住民の中には、土  
のう作りを初めて体験した方  
も多く、実りある訓練となり  
ました。  
社会福祉協議会では、炊出  
し訓練に使用した釜の貸出  
や、地域福祉活動助成金で協  
力させていただきました。

11月13日(日)、久重南区で防  
災訓練が行われました。  
自主防災組織が中心となり、  
大雨災害を想定した避難訓  
練、ハイゼックスを使用した  
炊出し訓練、消防団指導のも  
と、土のう作り訓練が行われ  
ました。

平成24年から継続しています！

## 今年も開催 久重南区防災訓練

# 認知症家族支援の会 活動紹介 Q&A



この会は、認知症の方を介護しているご家族の交流、意見交換の場として、2ヶ月に1回程度、情報交換会を開催しています。現在は介護者と介護を卒業された方が参加され、4~5名程度で活動されています。

## Q 家族会に参加しての感想

- A**
- 自分の思いを包み隠さず話せる場所だと思います。
  - 1人で悩んでいたことが、会に参加している周りの人も同じように悩んでいると解っただけでも、頑張る元気が出ました。



## Q どんなことで悩んでいる方に参加して欲しいですか？



- A**
- 認知症は初期が大変です。人に相談出来ないことや、分かってもらえない事が沢山なので、出来れば介護を始めた方に参加して欲しいです。
  - 介護疲れや、家族だからこそ家族には言えない愚痴があると思うので、この会で言って欲しい。
  - 介護生活で孤独を感じている方、気持ちがいっぱいいっぱい、気持ちの持っていくようがない方、話すことで楽になると思います。

## Q どんな会になって欲しいですか？

- A**
- 今、みんなで和気あいあいと話しています。話をする事でストレス発散することが多いので、とにかく参加して欲しい。会の中での話は外に話すことはないです。
  - 新規の方を募集しています。



会員同士楽しく何でも気楽に話し合う場所となっています。話をしたい、聞いてほしいという方、経験者も参加出来ますので、是非ご参加ください。

## 心配ごと相談のご案内

- 場所 社会福祉協議会 相談室
- 時間 13:00 ~ 15:00
- 日程 1月12、26日  
2月 9、23日



## 善意のご紹介《香典返しの御礼》

平成28年9月1日~平成28年10月30日 受付分  
社会福祉活動資金として、次の方々からご寄付を頂きました。心より厚くお礼申し上げます。(敬称略)

寄付者	故人	住所
境田親族一同	ヨシノ	四ツ原
岩下 昌良	輝 子	玉名市
橋本 賢一	賢	関 町
松本 豊	タマ子	肥猪町
山本 一二	高 枝	宮 尾
橋本 清宏	勝 子	久 重
大谷 静枝	久 継	愛知県

## 一般寄付のご紹介 (敬称略)

上田公明 (関町)

## 絆 トーク No.11

次は山田浩文さんに、バトンタッチします。

どんな時も私のそばにいる絵、いつか私の絵で沢山の人が笑顔になってくれることを、そんな事を考えながら、私は描き続けます。



福田 勇平さん

昔から私は絵を描くのが好きで、ほとんどの思い出は絵を描く思い出でした。

最初は楽しみで描いていた絵でしたが、他の方に描いた絵を渡した時やイベントなどで似顔絵を描かせていただいた時、読み聞かせのボランティアで自分の絵の世界のお話を聞いていただいた時、楽しそうな顔、嬉しそうな顔、たくさん笑顔の頂きました。

お問い合わせ先

南関町社会福祉協議会

南関町小原1405 (旧老人憩いの家)  
TEL 69-9020 / FAX 53-2744



# 「これからの高齢社会における地域の支え合い」

11月25日(金)、南の関うから館において、「健康と福祉のつどい」を開催しました。約320名の参加がありました。

第1部の講演では、講師に熊本県社会福祉協議会 地域福祉課長 川口和博氏より「これからの高齢社会における地域の支え合い」と題して講演をしていただきました。これからは住民相互の助け合いの必要性や介護保険制度の改正や地域包括ケアシステムの構築についての話を聞き、驚きの声やうなずかれたりと最後まで講話を熱心に聞かれました。

また、南関町社会福祉協議会高額寄付者等表彰として、木村稔さん(金丸区)、加藤慧雲さん(久重区)が表彰されました。



講師の熊本県社会福祉協議会 川口和博さん



表彰を受ける  
木村稔さんのご家族

## 《今大会についてのアンケート調査のご報告》

- 例年より参加者の方が多く、賑やかで良かった。(60代女性)
- 医療機関の今後、南関町の今後の医師の確保がどうなっているか心配。(70代女性)
- 初めて参加しましたが、有意義な時間を過ごせました。(60代女性)
- 体操発表の内容が良かったです。(60代女性)
- 寝たきり予防、認知症にならないよう体操に参加したい。(60代女性)
- 初めて参加したが、うすま苑のアトラクションが楽しかった。(60代女性)
- 講演が分かりやすく、自分に出来ることが何か考えさせられた。(60代男性)
- アンケート結果報告を見たことがない。必ず、アンケート結果報告を掲示して欲しい。(80代以上男性)
- 全国各地で行われている事例は出席者が興味を示していた。(40代男性)
- おすそわけ、草刈り機使えます。ボランティア的なことやれます。(70代男性)

## 第2部 健康体操

～南関町から元気を発信～

第2部では、健康体操「地域の力で南関町を元気に！」～元気づくりクラブからの報告～を、A-life なんかん 健康運動指導士の山田健次氏を招いて、高齢者の体力の維持増進を目的とした体操教室等の実施状況を報告され、最後は、体操教室に参加されているみなさんと来場者の全員で音楽に合わせて体操を行い、大盛況で閉会しました。



A-life なんかんの山田健次氏

