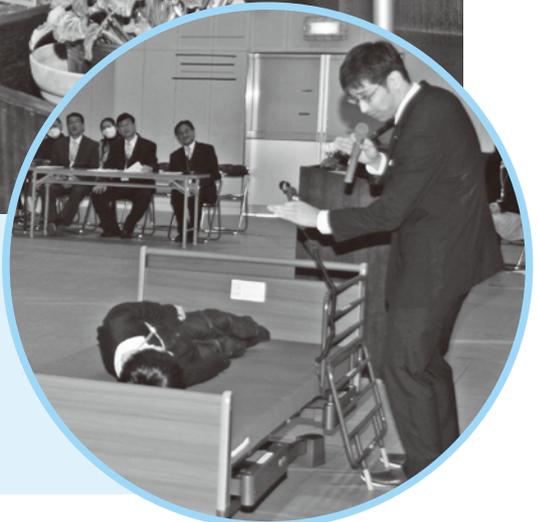


# 社協だより

4月号  
No.61

- 車いす(介護ベッド)贈呈式
- 3市合同避難所運営訓練
- サロンの活動紹介
- 三浦小 エコキャップ運動
- 地域包括支援センター通信
- 心配ごと相談
- 災害時避難行動計画作成研修会
- 福祉機器無料貸出し
- 香典返し・一般寄附のお礼

## 戴星学園 介護用ベッド1台、ご寄附 ありがとうございます!



2月19日(木)第24回車いす(介護ベッド)贈呈式が戴星学園で行われました。全校児童・生徒や地域の方たち等と集めたアルミ缶回収の収益で、今年も介護用ベッド1台を寄附していただきました。今回も入れて、今まで本会に車いす43台・介護用ベッド10台・テーブル2台を寄附していただいています。

式典後、本会職員より介護用ベッドの使い方等の説明もあり、皆さん、熱心に聞いていました。

## 戴星学園

# 車いす(介護ベッド) 贈呈式・学習発表会



戴星学園では毎週水曜日を「アルあるの日」としアルミ缶の回収を行っています。

そのアルミ缶がリサイクルされる工程を、学習発表会の中で、5年生より発表がありました。「回収したアルミ缶はどのような?」と題して、リサイクル工場に直接取材へ行き、みんなでそれぞれ役割分担をして発表していました。



## 三浦小学校

# エコキャップ運動



2月24日(火)三浦小学校(大波多正子校長・全校児童29名)でエコキャップの贈呈式が行われました。地域の方々の協力もあり、1年間で集まったエコキャップが約88.45kgになりました。このキャップは、発展途上国の恵まれない子どもたちのワクチンを買うために使われます。皆さん、ご協力ありがとうございます。



# 災害時避難行動計画作成研修会

災害時避難行動計画作成研修会が平成27年1月27日(火)に健康交流センター花いろ軽スポーツルームで開催されました。各地域の自治委員、民生委員等の方々28名で、災害時に「一人も見逃さないように」するためには、どう準備し支援していくかを話し合いました。研修では、あらかじめ地域での災害に応じた色々な約束事を決めておけるよう、知識や手法も学びました。



・地図も見ながらどの辺りを確認。  
・トリアージの方法を用い達がこの基準では何色にか、まずは各自、リストの欄にメモしながら聞



# 3市合同避難所運営訓練



県北ブロック避難所運営訓練が平成27年2月17日(火)にかんぼの郷宇佐 体育館で開催されました。中津市、宇佐市、豊後高田市の3市から130名が参加し、大規模災害時、避難所では様々な混乱が生じることを訓練を通じて体験し、避難所運営の心構えや必要となる体制など備えておくべきことを学びました。





# 地域包括支援センター通信

豊後高田市地域包括支援センター ☎️23-4370



## こんにちは!地域包括支援センターです



みなさんの身近な  
相談窓口として  
ケアマネージャー、  
社会福祉士、保健師が  
活動しています。

## どんなときに相談すればいいの?



### 健康を応援します

- いつまでも健康でいたい
- 介護予防に取り組みたい
- 介護保険のことを知りたい

### 「困ったなあ…」を一緒に考えます

- もの忘れが心配
- ひとり暮らしが不安になってきた
- 誰かに相談したい



### “まさか”“もしも”のときの相談

- 財産の管理に自信がなくなってきた
- 介護のことで悩んでいる
- 虐待をされている人がいる



### 地域のつながりを強めます

- 地域にはどんなサービスがあるの?
- 地域の力になりたい
- わが地区を盛りあげたい

秘密は守られますので、窓口や電話で気軽にご相談ください。

豊後高田市地域包括支援センター ☎️23-4370



入学、就職、引越など4月は節目の季節です。気づかないうちにストレスや肉体疲労をためてしまいがちです。

そんな時、ちょっと歩いてみませんか。ウォーキングは自然とふれあい、景色をながめ、草木の香りを感じ、五感を刺激します。それは脳のリフレッシュや身体の血流を改善させ疲労回復に効果がありますよ。



話題

ちょうど10年後の2025年(平成37年)、団塊世代(昭和22~26年生まれ)が75歳を迎えます。一方、働く世代の人口は減少していくことが予想されています。今の住みよい社会を維持するには団塊世代が生活支援の担い手として生涯現役で活躍することが期待されます。まずは自分の健康を守り、子どもも高齢者も障がいがあってもお互い支えあう地域づくりを考えてみませんか。

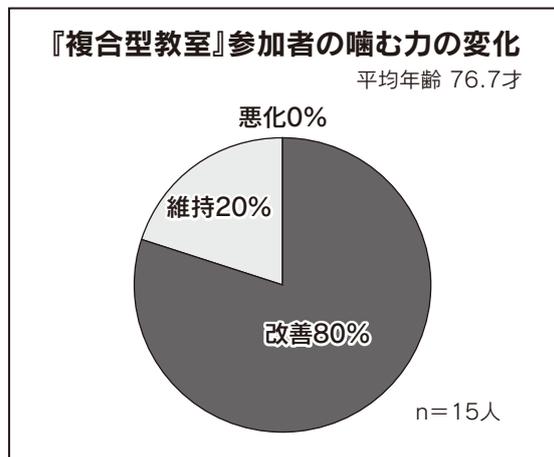
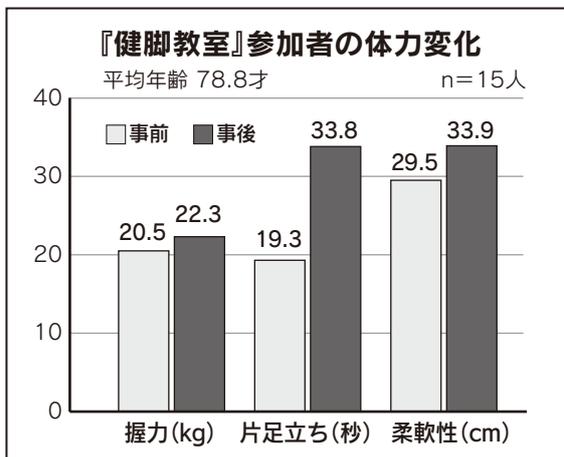
# あの頃は若かった!?

あきらめないで!!

いくつになっても  
身体は変わるんです!



## 平成26年 介護予防教室 参加者の3ヶ月後の変化



65歳以上の方では片足立ちが20秒以上できれば安全に歩行できるといわれています。また、しっかり噛むことは、脳の活性化とリラックス作用、肥満の抑制、糖尿病治療効果の向上、運動機能の向上などにつながるとされています。(「健康日本21」「日本補綴歯科学会」より)

豊後高田市では65歳以上の方を対象とした健康づくり教室を開催しています。そのなかの介護予防教室をご紹介します!

## 介護予防教室の紹介と参加者の声

### 元気アップ教室

日常生活でできなくなったことを、ストレッチや筋力トレーニングによって、できるようにすることを目標とします。

尿もれがなくなった。  
(76才 女性)

家事がリハビリだと思って  
できることを頑張る。  
(91才 男性)

毎日体を動かすことで充実  
感のある生活を送れる。  
(88才 男性)

### はつらつ健脚教室

不活発な生活による心身の機能低下を、運動やレクリエーションによって改善し、寝たきり予防を目標とします。

### 複合型予防教室

『いつまでも美味しく食事を楽しめるお口づくり』と『食事を通じて心身ともに豊かな生活づくり』を目標に口腔機能の向上、栄養改善、運動機能の向上を組み合わせた教室です。

口臭がなくなり、コミュニ  
ケーションで気にな  
らなくなった。  
(72才 女性)

いずれの教室も対象となる地区や定員などがあります。  
くわしくは下記までお問い合わせください。

豊後高田市地域包括支援センター ☎⑦23-4370



# 平成27年度 ボランティア活動保険

ボランティア活動保険とは、ボランティア活動中の事故によるケガや賠償責任を補償するものです。この保険は、年度末(毎年3月末)が期限となります。継続が必要な方は更新の手続きをお願いいたします。

## 補償期間

- 平成27年4月1日～平成28年3月31日の一年間  
年度の途中から加入の場合は、加入手続きの完了した日の翌日からの補償となります。

## 保険料

- 基本Aプラン 300円      ●基本Bプラン 450円
- 天災Aプラン 460円 → 430円      ●天災Bプラン 690円 → 650円



# 福祉機器無料貸出し

## 福祉機器無料貸出事業とは…

市内在住の方で病院等から退院されて寝起きに困っている方・旅行等で短期に車いすが必要な方や骨折をして車いすが必要となった方などに社会福祉協議会が所有している福祉機器を無料でお貸しします。

- 貸出対象福祉機器 ・車いす ・電動ベッド
- 貸出対象者  
・市内に住所を有する在宅の方で、介護保険制度による福祉用具貸与サービスが利用できない方

※なお、現在貸出を受けている方につきましては、4月は申請の更新時期になりますので、生活状況等の確認をさせていただきます。ご理解とご協力をお願いいたします。

■お問い合わせ先 社会福祉協議会 地域福祉係 ☎⑦25-5100



# ヘルパーさん大募集!

経験者はもちろん未経験の方も大歓迎!!  
お気軽にご連絡下さい。  
働ける時間、曜日、地域等は相談に応じます。

## ●問い合わせ先

豊後高田市ペルパーステーション ☎⑦53-6114





# サロンの活動紹介



## 上北サロン(高田地区)

「上北サロン」は毎月第2火曜日午前10時から社務所で活動しています。皆さんでレクリエーションや体操などを行っています。お気軽に参加してください。



救急救命(AEDの使い方)



認知症予防



介護保険講話(レクリエーション)



おくすり講話

## 本町2サロン(高田地区)

「本町2サロン」は本町2集会所を拠点に毎月第3水曜日午前10時から活動をしています。健康に関する講話などを行っています。ご参加お待ちしております。

「サロン」とは、地域の皆さんが集まり易い地域の老人憩いの家や公民館などに集まり、おしゃべりをしたり、体を動かすなどのふれあいを行うことによって、介護予防・閉じこもり防止・孤立化防止を目的としているものです。社会福祉協議会では、サロン活動を推進しています。自分たちの地域でも「サロン」を開催してみたい方は、下記までご連絡下さい。

豊後高田市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎⑦25-5100

## 生活困窮者自立支援制度が始まります

様々な問題により、生活を維持していくことが困難な状況に直面している方に対し、安定した自立生活が行えるよう、関係機関との連携体制により、一人ひとりの状況に応じた相談や支援を4月1日から開始します。

### ◆支援対象者

豊後高田市にお住まいの方で、経済的な問題などにより生活を維持することにお困りの方。(現在、生活保護を受給されている方は除きます。)

### ◆支援内容

- 生活を維持していくことが困難な状況に直面している方の相談に対して、ご本人が抱える問題の把握と解消に向けた支援を行います。
- 離職により住宅を喪失又はそのおそれのある方で、所得が一定水準以下の方に対して、有期で住宅確保給付金を支給します。

◆相談窓口及び問い合わせ先 豊後高田市役所 社会福祉課 ☎⑦22-3100



# 第17回 人権・福祉まつり

平成27年3月15日(日)に人権・福祉まつりが開催され、本会では、福祉体験コーナー等を設置し、多くの方が来場していただきました。ありがとうございました。



## 心配ごと相談



皆さんの生活上の悩みごと、生計・家庭・財産・健康等の問題などの相談を受け付けています。相談は、無料ですのでお気軽にご相談ください。相談所には、2名の民生委員がいます。相談内容等の秘密やプライバシーは、厳守されます。※相談所の時間帯は、午前9時～正午までです。

### ●真玉地区 第2水曜日

4月 8日	真玉庁舎 保健相談室
5月13日	真玉庁舎 機能訓練室 (※通常通り)

### ●高田地区 第3火曜日

4月21日・5月19日	福祉事務所プラチナ支所内
-------------	--------------

### ●香々地地区 第4水曜日

4月22日・5月27日	香々地公民館 和室
-------------	-----------

## ぶんと高田 社協だより No.61

- 編集・発行／豊後高田市社会福祉協議会  
URL <http://www.buntaka-syakyoo.jp/>
- 本所・事業所  
〒872-1107 豊後高田市臼野4335番地3  
【本所】へのお問合せは、  
TEL ⑦25-5100 FAX 53-5755  
【豊後高田市地域包括支援センター】へのお問い合わせは、  
TEL ⑦23-4370 FAX 53-6130  
【豊後高田市介護支援センター】へのお問合せは、  
TEL ⑦53-6111 FAX 53-6113  
【豊後高田市ヘルパーステーション】へのお問合せは、  
TEL ⑦53-6114 FAX 53-6113  
【デイサービスセンター周防苑】  
【訪問入浴センター周防苑】へのお問合せは、  
TEL ⑦53-4666 FAX 53-4710
- 香々地事務所・事業所  
〒872-1207 豊後高田市見目104番地  
【デイサービスセンターふれあい館】  
【高齢者生活支援ハウス】へのお問合せは、  
TEL ⑦54-3110 FAX 54-3192
- 高田事務所(豊後高田市福祉事務所プラチナ支所内)  
〒879-0606 豊後高田市玉津419番地1  
【事務所】へのお問合せは、  
TEL ⑦25-5511 FAX 25-5511
- CATVに加入されている方は⑦をつけてお電話ください

## 香典返し・一般寄付のお礼

温かい善意をありがとうございます。

### ◇香典返し

岩男 昭裕 様	呉崎 3
安藤 英祐 様	大分市
末高 康子 様	呉崎 5
御屋敷智憲 様	千葉県
廣本 勇三 様	佐野大村
安部 勝明 様	古城長添
安藤 満 様	近広
榎本 重勝 様	北九州市
定由 隆則 様	金屋 2
淵 政弘 様	香々地 3
榎本 久光 様	西村磯 2

### ◇2月受付分

藤原 重子 様	浜上
河野 浩二 様	宇佐市
中村 功 様	夏目
秋本 照雄 様	志手町 3
恵良本正一 様	長小野
近藤 光政 様	前田
◇一般寄附	
稲荷醤油(株) 大塚純正様	西新町 1
池田二九實子 様	湯原上
近藤 孝子 様	猫石
竹ノ内利彦 様	西新町 2
山田 正昭 様	白泊 2
安部 一郎 様	東京都

### ◇3月受付分

貞池 佐知 様	大分市
安藤 眞 様	金谷町
方倉 悦子 様	田染小崎
是永 高志 様	金谷町
河野 俊郎 様	池田
伊藤 一博 様	森中北部
河野 高幸 様	大分市
東納 俊明 様	大分市
河野 徳隆 様	田染池部
安永 貢 様	中伏入津原
森若 精一 様	呉崎 4
田崎 幾則 様	愛知県
馬場ヨシエ 様	本町 1
岡本 和徳 様	呉崎 10
是永 裕司 様	新町 4
小原 功士 様	宇佐市
◇一般寄附	
医療法人真萌会 原田医院	
理事長 原田誠一郎 様	浜中
豊後高田市立戴星学園 様	松行
あいおいニッセイ同和損害保険(株) 様	大分市
稲荷醤油(株) 大塚純正様	西新町 1
◇香典返し	
宮永 澄男 様	志手町 1
吉高 彰生 様	上町
中本 康生 様	大分市
中村 初美 様	本村
大津 明 様	呉崎 7・8
財前 勝江 様	田染相原
佐藤元次郎 様	中伏入津原