

● 今、できること

● ボランティアセンター
だより

● 地域歳末たすけあい見舞金
申請受付

私たちの 福祉

隔月1日発行
この機関誌は共同募金の配分を
受けて発行しています

2020 11
No.264

Welfare



老人クラブ「花街道コンクール」の審査風景。どの地区も力作ぞろいでした。

「コロナウイルス」とも共存して生きる 今、どうもなろうよ

事例①

仕事と趣味の両立

町内在住 矢島直美さん



自粛生活が始まり、新型コロナウイルス感染症対策もさまざまな情報が飛び交う中、命に直結することもある移動入浴サービスの介助職員、ケアマネージャーとして勤務している矢島さん。厳しい感染症対策やウイルス感染の恐怖と隣り合わせの仕事は、20年前に受講した講習会をきっかけに選んだものでした。子育てがひと段落したあと、人とふれあう仕事もいかなど始めた数年後、それまで好きだったガーデニングから、亡きお姑さんの畑を引き継ぐ形で家庭菜園を趣味として同時進行。まわりに農家さんが多かったこともあって、通りすがりの人や、テレビ、本を利用し、独学で勉強したそうです。

趣味も仕事も持ちつ持たれつ

近隣の移動入浴サービス提供事業所が減ったこともあり、仕事は多忙で、夏は暑さとの戦いでもあります。さらに、ケアマネージャーはサービス提供の計画を立てたり、本人やご家族との面談や調整会議など、細かな神経を使う仕事です。家庭のことを詳細に聞かれるのを好まない方とのやり取りに、趣味の家庭菜園のことを話題にすると、スムーズに信頼関係を築ききっかけになり、偶然ですが、趣味が仕事にも生かせる形になりました。



▲▶撒いた種がこぼれて芽が出て、それはそれでかわいい。プロックリーもできてくると嬉しくなり

新型コロナウイルス感染症拡大が報道されてから約10ヶ月、生活は一変、前例のない自粛生活も経験してきました。依然、終息することなく、今後も未知のウイルスが発生する可能性もあり、自分たちの生活を改めて見直さなければならぬ時期となっています。そうした中、今、できることを身近で頑張っていることや人を取り上げたいと思います。



▲今は冬野菜の準備に忙しいそう

また、丹精込めてできたお野菜を、退勤後、暗闇の中でヘッドライトをつけて収穫することもありますが、仕事で疲れたあとの食事作りが楽しくなったり、おいしく食べられて元気の元になったりします。

「コロナ禍で家庭菜園が流行ったのはわかる」

今までになく、家庭菜園が流行った理由は分かります。プランターと土さえあれば、始められますから。それに、自分で作ったお野菜は、愛着がわくので無駄にすることなく、大切に食べますし、格別においしく感じます。苗を植え、収穫する事から始めても、よりおいしくするため、

支柱やネットを設置したり、口コミでよりよい苗を探したり。ほとんど農業も使わないので虫取りも手作業でした。時間がないので今は出来ませんが、種から苗を育ててみたいという思いもあり、やることは尽きないです。でも、手をかけた分だけ返ってくるので、やりがいがあります。

今では、ふとつぶやいた「〇〇の苗が欲しいな」という言葉を聞いたご主人が探してきてくれたり、できたお野菜をおいしく食べる方法を息子さんがネットで調べてくれたりと、家族みんなが協力してくれるそう。家族の絆づくりにも一役買ってってくれているようです。

将来の夢

自分の作ったお野菜を、販売してみたいです。今は一年中、どんな野菜も流通していますが、旬のものをおいしく食べられたら、例えば食卓がほうれん草のフルコースでも心も体も豊かになれると思うので。

いろいろ大変な時期ですが、家庭菜園に限らず、身近にある、できることから何かを始めてみるのに良い時期かもしれません。



事例② 高齢者の自粛生活下で 身体能力低下を予防する ために みちくさの広場再開 みちくさの広場とは

寿荘に軽運動室が出来たのをきっかけに、介護施設に通うほどではないけれど、今後介護が必要になりそうな方の予防を目的に、「みちくさの広場」という事業が始まりました。各行政区年3回、寿荘で企画した軽体操教室や手先を使うモノ作り教室に、楽しい食事も加え、民生委員さんの協力のもと、15人〜30人前後の参加者が集まっていました。

自粛中の身体機能の低下も 命につながる

感染リスクの高い高齢者は自粛生活中、外出を控えず「生活不活発」による健康への影響が懸念されている、という記事を、「私たちの福祉9月号」で掲載しました。日常生活を送る上で必要な行動さえも控えてしまったら、足腰が弱くなったり、認知能力も衰えてしまったりという心配があります。



みちくさの広場を再開

こんな状況下だからこそ、感染対策として、会場を広い所に変更し、会食をなくし、時間を短く、参加者数も減らして再開しました。楽しい内容は減っていますが、少しでも介護予防につながれば、と思っています。

再開第1回目は、椅子に座ったの軽い体操でしたが、マスクをしたままの楽しい言葉のやり取りも垣間見え、明るい雰囲気みなさん楽しんでいました。

事例③ 寿荘食堂再開 食堂再開と運営協力も 持ちつ持たれつ

寿荘を利用する際、より安心に安全な食事をお手頃に提供できるよう、町地域活動支援センターの協力で食堂が再開しました。

地域活動支援センターは、障がいのある人を対象として創作的活動・生産活動・社会との交流促進などの機会を提供する支援機関ですが、現在、コロナウイルス感染症により、請け負っている作業が少なくなっています。そのため、自立支援にもつながるお給料も減っているため、寿荘を利用する方が安心して食事を摂れ、地域活動支援センター利用者の作業を確保することもでき、協体制を築くことが出来ました。



現在、寿荘は入場人数や入浴人数など、一部制限がありますが、利用される方が気持ちよく過ごせるよう、細心の注意を払って営業をしています。

食堂運営も、不慣れなことからお待ちいただくことや、ご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、皆さんのご意見を取り入れ、随時メニューの追加も予定しています。

最後に

コロナウイルス感染症拡大予防は、ひとりひとりが基本を忘れず守ることが重要です。

- 1、3密を避ける
- 2、マスク着用
- 3、手洗い・うがいの徹底

しかし、いつ終息するかわからない状況で、極端な自粛生活は健康にも影響がでてしまう恐れがあるため、まずは身近な、できることをやってみるのは、重要かもしれません。

前例のない感染症拡大を予防するため、新しい生活様式を取り入れたことを良い機会ととらえ、今できることを考えてみましょう。

チエアヨガ&健康講座 参加者募集

【対象】県内在住の概ね55歳以上の方で、3日間すべて受講可能な方
【定員】40名（応募多数の場合は抽選、参加決定の可否は締め切り後全員に通知）

【参加費】500円

★チエアヨガ

体が硬い人でも簡単にでき、高齢者はもちろん、マットいらずなのでいろいろな場所で行えます。

日時 11月30日(月)、12月3日(木)

13時30分～15時30分

★健康講座

日時 12月7日(月)

13時30分～15時30分

講師 キュルピー株式会社社員

内容「楽しく食べて健康に！」

健康長寿について・高齢期の食事の摂り方・食欲を維持するには

【締め切り】 11月16日(月)

【申し込み・問い合わせ先】

所定の申込書に記入の上、電話、郵送、FAXで申し込み

〒371-8517 前橋市新前

橋町13-12「セカンドライフ講座

(桐生会場)」係

電話：027-255-6511

FAX：027-255-6166

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により開催が困難な場合は、延期または中止することがありますのでご了承ください。

理容ボランティアさん ありがとうございました

毎年、県理容生活衛生同業組合 邑楽支部の方が、散髪ボランティアとして地域活動支援センターに来てくださいます。

今年カットを希望した施設利用者さんは、「けっこう短く切りましたが、おかげですっきりしました」とか、「すっきりしたのでお願いして良かった」と話していました。

ありがとうございました。

新型コロナ お悩み相談電話

新型コロナウイルスまん延により、すべての生活が一変してしまいい大なり小なり不安を抱えている方も多いと思います。司法書士と精神保健福祉士が寄り添い、一緒に考えます。

【実施日】 毎週土曜日

13時～16時

【電話番号】 0800-8001

5665

【相談形式】 電話相談のみ（予約不要）

※平日のお問い合わせ

027-2224-7763（群馬司法書士会事務局）

キッテレ

切手&テレホンカードの寄付ありがとうございます



【切手】

北隅ミツ子様

(株)折峰様

やまぼうし様

よさこい邑楽愛好会様

太田マサ様

東邦車輛(株)様

増尾美津江様

邑楽町役場様

瀬山明宏様

匿名様

横田定雄様

大出陽子様

細谷文夫様

まがたまの里様

【使用済みテレカ・未使用はがきなど】

大出陽子様



皆さんの善意、ありがとうございます

寄付の報告

匿名様	50,000円
匿名様	缶詰・しようゆ
匿名様	米 30kg
よさこい邑楽愛好会様	928円
3区様	駐車場用砂利

義援金募集

現在募集中の義援金です。ご協力をお願いいたします。お寄せいただいた義援金は義援金配分委員会を通じて被災者への配分が行われます。

詳しくは町社協ホームページ、または赤い羽根共同募金会のホームページをご覧ください。

- 平成28年熊本地震
- 平成30年7月豪雨災害義援金
- 平成30年7月豪雨岡山県災害義援金
- 平成30年7月豪雨岡山県災害義援金
- 愛媛県豪雨災害義援金
- 平成30年7月広島県豪雨災害義援金
- 令和元年台風19号災害義援金
- 令和元年台風19号宮城県災害義援金
- 令和元年台風19号長野県災害義援金
- 令和元年台風19号福島県災害義援金
- 令和2年7月豪雨災害義援金
- (熊本県、福岡県、大分県、鹿児島県、岐阜県、島根県、佐賀県、長野県、山形県)

ボランティアセンターだより

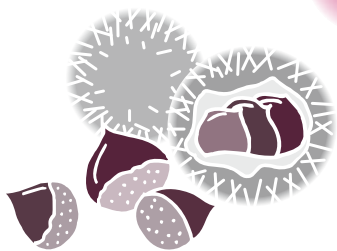
福祉センターだより

みちくさの広場再開

依然、コロナウイルス感染症の収束がみえない状況にありますが、入浴やカラオケのお客さまのほか、教室の会員さんも加わり、館内が明るい雰囲気になってきました。

また、10月からは、今年度の開催が心配されていた「みちくさの広場」を制限付きながら、再開することができ、嬉しく思っています。

これからも感染防止の手を緩めるわけにはいきません。寿荘にお越しの際には引き続き「コロナウイルス対策にご協力ください」をお願いします。



バス送迎の再開予定

【再開日】 12月1日(火)

【定員】 1日先着12名(複数の曜日の申込み可) 要予約

希望される方はお名前、住所、電話番号、希望曜日を電話もしくは寿荘事務局までお申し込みください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により変更になる場合がありますので、ご注意ください。

【問い合わせ】 福祉センター寿荘

所在地：邑楽町中野1343-1

TEL：0276(88)6588

邑楽町高齢者活力センター

ワークだより

Vol.0089

暑さも過ぎて秋風が気持ちよい時期になってきました。安心してどこへでも出かけられる日が、一日でも早く来ることを祈るばかりです。「コロナ終息までまだまだ時間はかかると思いますが、マスク着用、うがい、消毒を一人ひとりが心がけることで道は開けてきます。みんなで頑張りましょう！」

今回は、活力センターの作業手順についてご説明したいと思います。①お客様から作業依頼を受け、作業に入る数日前～前日までにご連絡いたします。

②作業終了後、お客様に確認のチェック印をいただいています。チェック印を記入していただく前に必ず作業内容・作業人数・作業時間が誤って記入されていないか確認をお願いいたします。

③お客様からチェック印をいただいた日報を元に請求書を作成し、郵送いたします。お支払い方法は、事務局に直接来ていただくか、銀行振り込みです。また、交通手段がないなどのお客様がいらっしゃいましたら、集金に伺いいたしますのでご連絡ください。

年末までに障子・網戸の張り替えをして新年を迎えたいとお考えのお客様、11月、12月は混み合いますので早めの予約をお勧めいたします。

- ・障子張り替え 1枚1,650円(標準)
- ・網戸張り替え単価 1枚1,910円(標準)
- (材料・手数料・配達料・消費税込み)

活力センターも出店予定だった「邑多福まつり2020」ですが、新型コロナウイルス感染症の終息が不透明な状況であり、来場者の皆さんの健康・安全を考慮して、中止となりました。開催を楽しみにしていた皆さんには大変ご迷惑お掛けしますが、ご理解の程、よろしくお願い致します。

【問い合わせ】

邑楽町高齢者活力センター TEL：0276(88)0099

URL：<http://oura-syakyojindo.com/> 高齢者活力センター



活力センターだより

情報コーナー

参加申し込み、意見、ご質問等ありましたら邑楽町社会福祉協議会（88-2408）の各担当までお問い合わせください。

歳末たすけあい見舞金等贈呈事業申請受付開始

毎年12月に実施される歳末たすけあい見舞金等贈呈事業の受け付けを11月より開始します。大きく分けて4項目の基準を設け、個人情報保護の観点から本人やご家族からの申請を原則として実施します。詳細は10月に每户配布されたチラシやホームページをご確認ください。

【対象基準】

- 1、準要保護等生活困窮世帯
- 2、ひとり暮らし高齢者
- 3、障がい者
- 4、寝たきり要介護者

※例年対象となっていた「長期入院・入所者」につきましては、コロナウイルスの影響により訪問が困難なため、今年度は対象外とさせていただきます。

【受付期限】 11月20日（金）

【お問い合わせ】

町社協 担当 山田

町地域活動支援センタースイーツ販売日

新たに高島公民館（旧ヤングプラザ）でも販売を始めましたので、ぜひご利用ください。

販売時間	11時30分～12時15分
中央公民館	11月19日（木）
長柄公民館	12月17日（木）
	11月12日（木）
	12月10日（木）
高島公民館	11月11日（水）
	12月9日（水）

歳末たすけあい募金のお祝い

たすけあい・ささえあいの精神で全国的に繰り広げられる歳末たすけあい運動が今年も12月1日から1カ月間にわたり行われます。町内では歳末ふれあいサロンや見舞金などの贈呈事業を実施しております。金品の提供ということから、少しずつ見直しされていますが、慎重に事業をすすめることとして、行政区長さんを通じて各戸別に募金を依頼いたします。ぜひご協力をお願いいたします。

ボランティア福祉バザー中止のお知らせ

毎年11月23日に開催していますが、コロナウイルス感染拡大防止の観点から、来場されるお客さまの健康を第一に考え、中止とさせていただきます。

来場を楽しみにしていた皆さま、品物の提供をご予定されていた皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。

お詫びと訂正

私たちの福祉9月号掲載の内容に誤りがありましたので訂正の上、お詫び申し上げます。

P3の邑楽町の高齢者事情
65歳以上 8,256人
約32.36% 誤（前年29.97%）
↓正（前年30.86%）
80歳以上 1,993人 約7.8% 誤（前年7.1%）↓正（前年7.3%）
町民の平均年齢 48.74歳 誤（前年47.37歳）↓正（前年48.25歳）

虹いろカフェ休止中

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、現在虹いろカフェは休止中です。再開については町社協ホームページや広報誌などでお知らせします。

短編集後記

●世の中の状況が大きく変わり、生活方法にも工夫が必要となりました。自分も変わらなければと努力していますが、なかなか難しいです。（檀山）

●例年なら福祉バザーが開催される月。今年には中止となりましたが、来年にはコロナが終息していればよいな。（坂入）

●子供に、頼むから熱を出さないで！といつも以上にプレッシャーを与えてしまい反省。季節の変わり目、自分自身が気がつけなげや。（川田）

●寒さが増してきた今日この頃。そろそろインフルエンザが流行し始めそう怖い。コロナ予防も併せてマスクは必須ですね。（小早川）

●道に迷って入り込んだ通りには、オシャシなカフェや可愛い雑貨屋さんや沢山並んでいました。方向音痴も悪くない。けど、次いつここにたどり着けるかは神のみぞ知る。（設楽）

●先日実家に帰ったら、まだ夏用のごさが敷いてあって、9月からごさを出している私には信じられませんでした。寒くて辛い毎日です。（山田）

●軒並み行事が中止の今年。中3の一男は部活も早々に引退し、勉強しなげやという気持ちはあるものの…毎日。修学旅行の代替で行く行楽施設を癒しそつに調べているのを見ると、どんな状況の人も我慢の年だと感じます。芸能界からいろいろな計報が届きますが、それでも前向きに生きて、できることを考えたいです。（軽）

