



# 御坊市社協だより

秋号 2022年10月



【発行】社会福祉法人 御坊市社会福祉協議会

〒644-0002 御坊市藪 350 番地 御坊市福祉センター内

URL <http://www.gobo-shakyo.jp/>

TEL 0738-22-5490 FAX 0738-22-9991



サロンボランティア研修会を開催しました。  
(内容は2ページ目に)

## 御坊市地域デイケアサロンボランティア研修会

コロナ禍でサロン活動が制限されるなか、ゲームやプログラムを考えるのが大変という声から、令和4年7月20日に医療法人裕紫会 御坊市在宅介護支援センター藤田 介護福祉士 玉置 哲也 氏を講師に迎え、御坊市地域デイケアサロンボランティア研修会を実施しました。研修会では「**コロナ禍でも出来るレクリエーション**」を学び、21名のボランティアさんが参加されました。



### 第3回 地域のお宝発見隊

このコーナーでは社協職員が地域に出向き、地域のお宝（人・物・集いの場など）を発見し、紹介しています。今回は、**いきいき百歳体操**を実施している集いの場を紹介します。

#### らくらくクラブ

らくらくクラブでは、毎週月曜日13時から熊野会館でいきいき百歳体操を実施しています。参加者の多くはもともと家庭菜園や農作業をしている方で元気な方が来られています。皆さん予防のために来られており実施してから3年ほどになりますが現在も元気なままで過ごせているとのこと。

皆さんの元気の秘訣はグラウンドゴルフ（以下GG）です！いきいき百歳体操をされた後はそのまま近くのグラウンドへ向かいGGをされるのです。むしろいきいき百歳体操は準備運動でGGがメインであり一番の楽しみとまで言われるほどです。参加者の中には90代の方も元気に参加されています。特にホールインワンをとった方には景品がもらえますので皆さんやる気いっぱいです！

※**いきいき百歳体操**とは・・・

30～40分の運動で椅子に腰を掛けテレビ(DVD)を見ながら行う体操です。運動に慣れてきたころにはおもりを巻いて負荷をかけます。

近くにお住いの方でちょっとした健康運動に興味を持たれた方は、毎週月曜日13時から熊野会館にて行ってまいりますのでぜひお越しくださいとのこと。また、代表の松坂さんは熊野老人親交会老人クラブの会長をしており、現在会員を募集していますので、興味のある方は、事務局（社協 ☎22-5490）までご連絡ください。

いきいき百歳体操は他の地域でも実施しています。お問い合わせは御坊市地域包括支援センター（☎23-5851）までお願いします。



らくらくクラブの皆さん

# 赤い羽根共同基金にご協力お願いします

赤い羽根共同募金運動は、誰もが住みやすい町づくりを進める地域福祉の推進と時代のニーズに沿って広がってきました。

寄せられたご寄付は、地域での様々な福祉活動の向上に役立てられます。

## 赤い羽根共同募金とは

10月1日から赤い羽根共同募金運動が全国一斉に行われる、地域福祉の推進を図るための募金運動です。

## 赤い羽根共同募金のつかいみち

地域で集めた寄付金は集めた地域で使われており、一部は市区町村を越えた県内の広域での活動に使われています。

## 災害支援

大規模な災害が起こった場合に備えて、共同募金の一部を「災害等準備金」として積み立てています。

災害が起きた時には、被災地の災害ボランティアセンターの設置や運営など、被災地支援にも役立ちます。



老若ふれあい事業(焼き芋大会)

## 心配ごと相談所のご案内

日常の様々な悩みごと、心配ごとの相談を経験豊富な相談員がお受けします。一人で抱え込まずに、どうぞお気軽にご相談ください。個人情報保護を厳守します。

- ❖日時：毎週水曜日（祝日休所）  
午後1時～4時まで
- ❖場所：御坊市福祉センター3階  
会議室2
- ❖相談所直通電話：  
22-9665（開設日のみ）

奇数月の第3水曜日は、法務局相談員による相談も行なっております。



## 車椅子貸出しします

料金：無料

貸出期間：短期

詳細は社協まで

☎22-5490



## 手軽に始められる「収集ボランティア」

ボランティアをしたいけどなかなか時間がとれない・・・家にいて気軽にできる「収集ボランティア」をしませんか。御坊市社協では、使用済古切手の収集、御坊市身体障害者福祉協会では、プルトップの収集を行っています。

業者で換金し地域福祉に活用

約700kgで  
車椅子に交換



福祉センターロビーに設置しています

## 「高齢化社会の課題研究」に 学生さんが御坊市社協を訪問



自らの事業を通じて高齢者福祉を实践しようと、御坊市内のボナペティヤナギヤさんが高齢者に焼きたてパンを届けるのをテーマに「できたてパン宅急便」の実証実験を行っているところ、これに賛同し、高齢化社会の課題とその解決を研究テーマに、津田塾大学（東京都）から3名の学生さんが御坊市を訪れ、御坊市社協にも来所された。対応した職員は当地域の高齢者福祉の実情を説明し、御坊市社協の取り組みについて紹介した。学生さんからも様々な意見が出され、交流を深めました。学生の皆さんの前向きな姿勢に私たち職員も元気づけられました。



御坊市社会福祉協議会では、福祉団体（御坊市身体障害者福祉協会、御坊市母子寡婦福祉連合会、御坊市老人クラブ連合会、御坊市障害児者父母の会、御坊市遺族会）の育成と事業推進を行っています。



## 御坊市障害児者父母の会

御坊市障害児者父母の会では、障害児者をもつ父母の互助激励を図るとともに関係機関の協力と指導に基づいて障害児者の福祉増進を図ることを目的に活動しています。

主な行事として、毎年夏に和歌山県障害児者父母の会が主催する「親子のつどい」へ参加しています。親子のつどいは県内の障害児者や保護者が一堂に会し、お互いの親睦を深めるとともに日頃の疲れをいやし、また療育相談、意見交換等を通じて福祉の向上に資することを目的にしています。会員募集していますので興味のある方は事務局（☎22-5490）までご連絡下さい。



## 善意のご寄付

（令和4年3月1日～令和4年7月31日）

＜現金＞ 川東三千代様（島）（亡母龍田君枝様の相続人 龍田篤様、龍田豊様、川東三千代様、龍田仙太郎様）、匿名1団体様

ありがとうございました。地域福祉推進のため、有効に使わせていただきます。

▶善意銀行に寄付していただくと、確定申告をすることにより、税制上の優遇措置が受けられます。（所得控除）

## デイケアサロン紹介

- ☆開催日 毎月第1、第3水曜日 午後1時30分～
- ☆開催場所 さざなみ会館（旧さざなみ保育園）
- ☆活動内容 歌を歌う、ゲーム、お手玉、ぬり絵等々

### 🌸代表者よりひとこと🌸

私達のサロンは18年目に入りました。利用者の皆さんとボランティアが一体となって楽しいひと時を過ごしています。

65歳以上の方なら参加できますので、一緒に遊びにきませんか。みんな仲良しです。

## Vol.23 さざなみサロン



ハンドベル・木琴を奏でました