

4 ほったやまつうしん

vol.135

北塩原村社協広報誌



2024.3.9~10 EN RESORT Grandeco

5年ぶり!

ブラインドスキー 裏磐梯ツアー

コロナ禍で4年連続で中止となっていましたが、ついに開催することができました。東京から視覚障がい者9名、サポーター12名が来村。地元サポーターは2日間で16名が集結！暖冬が嘘のように雪が降り、「これぞ裏磐梯！」といったグレンデコンディション。最高の2日間となりました。サポーターのみなさま、そして2日間ご理解ご協力をいただいたEN RESORT Grandeco様、ありがとうございました！

IPに写真いっぱいあります!

能登半島地震災害義援金募集中

日本赤十字社

共同募金会

①ゆうちょ銀行
記号番号 00150-7-325411
加入者名 日赤令和6年能登半島地震災害義援金

②東邦銀行
支店名 南福島支店
口座番号 普通預金 612587
口座名義 日本赤十字社福島県支部
支部長内堀雅雄

①三井住友銀行
支店名 東京公務部
口座番号 普通預金 0162530
口座名義 (福)中央共同募金会

②りそな銀行
支店名 東京公務部
口座番号 普通預金 0126815
口座名義 (福)中央共同募金会

村内募金箱の設置場所

役場本庁/裏磐梯合同庁舎/桧原出張所/デイサービスセンター

おめでとう!

日赤村分区有功会から

卒業記念品贈呈



裏磐梯中学校



第一中学校

星源嗣会長が中学校を訪れ、卒業生にハンドタオルやボールペン、献血についてのパンフレットを贈呈しました。献血は16歳からできますので、ぜひ協力をお願いします。春からの高校生活、楽しんでください！応援しています！

発行・編集

社会福祉法人
北塩原村
社会福祉協議会

〒966-0402
福島県耶麻郡北塩原村大字大塩字堀田山8518-93
mail hottayama3757@gmail.com
H P https://kitashiobara-shakyo.or.jp

地域福祉係 0241-28-3757
訪問・通所介護係 0241-28-3756
居宅介護支援係 0241-28-3755
地域包括支援センター 0241-28-3766
FAX(共通) 0241-33-2070



facebook

社協HP

この広報は、皆様からお預かりした会員会費を財源に発行しています。

2日間、裏磐梯の冬を思いっきり楽しみました！



また来年、お待ちしております！

第4回

いきいき村民 フェスティバル

役場コミセンホール
2024.3.15

第1部 芸能発表



松原長寿会



北山スポーツ民踊愛好会



大塩長寿会



裏磐梯長寿会

午前中は、唄や踊りの発表。この日のために練習を重ねてきたとあって、素晴らしい発表の数々に会場は拍手や歓声であふれていました。全部で16のプログラム。登壇いただいた皆様、ありがとうございました！

① ほったやまつうしん4月号

体験ブース 楽しいことがいっぱい！



手わっさの会



北山茶/湯愛好会

物品販売 美味しいものがいっぱい！



昼食休憩時には、会津ヤクルト販売株式会社さん、いいで工房さん、ひだまりさんによる商品販売が行われました。どこも大盛況！

第2部 講演会



「地域を支える
アクティブシニアを目指して」

福島学院大学 福祉学部 福祉心理学科 教授 日下輝美氏

高齢者ではなく「幸齢者」になるために、大切なのは社会参加！地域活動に積極的に参加して、いつまでも役割を持って過ごすことが大切。参加された方はうなずきながら聞いておられました。

第3部 活動報告 (SC)

松陽台地区のみなさんと一緒に考えてきた「地域づくり」について、生活支援コーディネーターが報告。

第4部 講話 (包括)

村内の介護保険サービスの状況や、自宅のできる指体操を認知症地域支援推進員がご紹介。 [3Pに詳細あり](#)

今年度2回目

老連若手委員会主催

ボウリング大会

2024.3.8

スターボウル（喜多方市）

今回のボウリング大会は33名が参加。初めて参加された方も多く、大変盛り上げていただきました。主な結果は下記のとおりです。



男性の部

- 第1位 小椋 章雄さん（細野）
- 第2位 鈴木 吉仲さん（大久保）
- 第3位 二瓶 紀夫さん（松原）
- 第4位 水澤 三郎さん（剣ヶ峯）
- 第5位 星 源嗣さん（谷地）



女性の部

- 第1位 渡部喜代子さん（北山）
- 第2位 伊藤 淳子さん（大塩）
- 第3位 渡部ひとみさん（大塩）
- 第4位 小椋ヨリ子さん（蛇平）
- 第5位 金子とく子さん（松原）



祝百寿

穴澤サク子 様（松原）

2024.3.1

賀寿伝達式は、松原のご自宅で行われ、当会からは賞状と記念品の金盃を贈呈させていただきました。

この度は誠にありがとうございました。益々お元気で、長生きしてください！

おめでとうございます

民生児童委員協議会 3月定例会



3月12日、保健センターで開催されました。2月の活動報告のほか、令和6年度の事業計画、予算について審議。



北山/大塩地区



松原/裏磐梯地区

高齢者世帯への買物支援

2ヶ月に1度、車を所有していない高齢者世帯を対象に、買物支援として送迎車の運行をしています。スーパーや薬局、ホームセンターなどを周り、みんなでお昼ご飯を食べることも！外出支援にもなっています。

3月15日に開催された「第4回いきいき村民フェスティバル」の様子をご紹介します！



まずは、村内における介護保険サービスの状況等を認知症地域支援推進員が報告。



脳トレに効果抜群の指体操。職員が前でお手本を見せようと思いますが…できてるのか怪しいですね。



思うように指が動かず、笑い声がこぼれてきました。ぜひ家でも取り組んでみてください！



最後はみんなで「きよしのズンドコ節」の曲にあわせて介護予防体操！

参加者募集

令和6年 4月13日(土)

① 13:00~14:30

認知症サポーター養成講座

② 14:30~15:30

認知症カフェ(相談会・脳トレ等)

①又は②の参加をご希望の方は、前日までに電話でお申し込みください。

休日相談窓口

4月13日(土)

もの忘れ、足腰の弱り、介護保険手続きやサービス利用生活の困りごとなど、ご相談ください。

電話・来所での相談お待ちしております。

☎0241-28-3766

引き続き募集しておりますので、どしどしご応募ください。

● 湯治場や メス跡有りし 人集う

(春夏秋冬 80才北山)

● 嫁姑 心ひらけず 朝がきた

(スラン 86才北山)

エトセトラ川柳

● 墓参り じいちゃんニコニコ 手を合わせ

(京子ちゃん 84才松陽台)

● 誰だっけ? 聞けずに笑顔で ごまかして

(ぬーまー 社協職員)

● 煮物する 火を消し忘れ こげおかず

(ムク 91才秋元)

● 手をかりて あきらめないで できること

(ゆきんこ 上川前)

● おさんどん これが私の ポケ防止

(むかしの姉ちゃん 76才早稲沢)

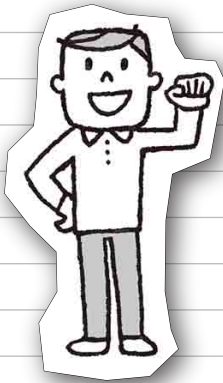
認知症川柳

おしえて!

ケアマネジャーさん!!

「介護保険サービスを使いたい!」

そんな時は **凄腕ケアマネジャー** がお手伝いします!



先月号は、高齢期に必要な運動について説明しました。
今月は、「閉じこもり予防」のお話。
外出することは、とても大事なことですよ〜。

~~ダメ!ゼッタイ!~~ ~~閉じこもり~~

外出の機会が減ると、心身の機能が低下して **フレイルの状態**が進行し、**認知症のリスク**も高くなることがわかっています。

「外出すること」は、頭と身体を活性化させる重要な役割がありますので、1日1回は外出するようにしましょう!

積極的に

地域参加・社会参加

難しく考える必要はありません。
「外に出る用事を増やすため」と考え、友人や地域の人との付き合い、習い事、ボランティア活動などに積極的に参加するようにしましょう。こうした活動は、寝たきりのリスクを3~4割も減らすといわれています。



社会奉仕

ボランティア活動などに積極的に参加!



自己啓発

パソコンなど、新たな分野にチャレンジ!



趣味・交流

共通の趣味を持つと新しい仲間ができるかも!



家庭での役割

孫の子守、ペットの世話、家事など。

居宅介護支援係(小林・赤城) 0241-28-3755 / 080-9425-7758

どうなの?

ヘルパーさん!!

訪問介護サービスでは、「できること」と「できないこと」があります。

「これはできる?」その疑問 **敏腕ヘルパー** がお答えします!

【相談者】

aさん(仮名) 81歳 男性ひとり暮らし
春よこ〜い

そろそろ冬も終わりだね〜。
雪が少なかったから、今年の冬は楽しかったな〜。
ところでヘルパーさん、薪ストーブの煙突掃除はしてくれるの?

できません!

薪ストーブの煙突掃除は、残念ながらできません。ご自分で少しずつ行ってください!



お知らせ

現在、登録ヘルパーさんを募集しています。介護福祉士、ヘルパー2級などの資格をお持ちの方、スキマ時間を活用しませんか?

問い合わせ: 28-3757 (遠藤)

訪問介護係(穴澤・奥山・加藤) 0241-28-3756

楽しいっばい!

デイサービス

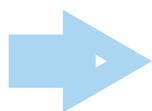
食事代金100円値上げいたします

昨今の食材及び消耗品費等の価格高騰に伴い、当デイサービスの昼食およびおやつ代金（食費）について下記の通り値上げをさせて頂くこととなりました。

（利用中の飲み物、レクリエーションの物品・材料費を含みます。）

まことに不本意ながら諸事情をご賢察のうえ、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

550円



4月より 650円

（昼食・おやつ・飲み物・レク費込み）

デイスタッフ
おすすめ

好評！『白熱レクリエーション』

その名は「まきまきお手玉」。手首や腕の筋力アップに効果的！さらに笑い声、ギャラリーの声援、喜びのアクション、悔しい叫び、表情もゆたかになり、おまけにからだもあたたまる人気のゲーム。毎回おおいに盛り上がるのは、ストレス発散もあるのでしょうか？



介護職員 募集中

介護のお仕事をしてみませんか？

経験や資格のない方、ブランクのある方も、勉強してみたいと思う方もまずは気軽にご相談ください。☎28-3757（岡田）

通所介護係（佐藤・赤城） 0241-28-3756

「野焼き」からの 火災に注意しましょう



空気が乾燥する時期は、火災が発生しやすくなります。屋外での火の取扱いには十分注意しましょう。

注意点

- ・屋外での焼却行為は法律で禁止されています
- ・田畑の火入れは、役場に許可を取り、十分に注意して行いましょう
- ・強風時や乾燥時は、火入れ・たき火は行わない
- ・たばこのポイ捨てはしない



喜多方消防本部管内では例年4月から5月にかけて、野焼きからの火災が多く発生しています。とくに、令和5年はごみの焼却から8件の火災が発生し、建物に延焼する火災も発生しています。

屋外での焼却行為は絶対行わないようお願いします。

なにかご不明な点や質問等がありましたら、最寄の消防署にご連絡ください。

喜多方消防本部 22-6213 喜多方消防署 22-6211
北塩原分署 32-2020



善意のひろば

R6.2.16~3.15

御遺志

五十嵐 松男 様 (上川前)
故 五十嵐 恵子 様

物品の御寄附

小椋 栄子 様 (蛇 平)

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

- 4/1 赤十字奉仕団総会 (保健センター)
- 4/1 日赤北塩原村分区有功会総会 (保健センター)
- 4/9 民協役員会/定例会 (デイサービスセンター/保健センター)
- 4/13 認知症サポーター養成講座 (デイサービスセンター)

松原
裏磐梯

高齢者世帯 | 防火訪問

2024.3.6

喜多方消防署北塩原分署の署員さんと合同で実施しました。火災警報器の設置状況や火の元を確認。どちらさまも、火の取り扱いにはご注意ください！



米寿祝

- 4/1 五十嵐 ミツノ 様 (大久保)
おめでとうございます。

福祉の仕事相談会

日時 4/17(水) 10:00~15:00

場所 会津若松市社会福祉協議会
会津若松市追手町5-32



問合せ 社会福祉法人 福島県社会福祉協議会 人材研修課 福祉人材センター
TEL024-521-5662 FAX024-521-5663

村人コレクション

村内で、素敵な活動をしている方々をご紹介します！

File no.35

再結成しました/ 大正琴愛好会

内容 大正琴
会員 7名
活動 通年
場所 自然環境活用センター



大正琴愛好会は、昨年一度解散しました。しかし、代表の小椋さんは「メンバーが自宅で練習を続けていることを知り、またみんなで集まって活動したいと思ったんです」と話されます。メンバーも「再結成の提案は嬉しかった」と笑顔。これまでに練習した曲は、50曲を超えるとか！？



再結成するには、先生がしていた調律をどうするかが問題でした。今は先生から頂いた調律器で、それぞれが合わせられるようになったそう。

再結成後初の練習日は、新年を迎えたので「1月1日」を合奏しました。3月のいきいき村民フェスティバルでは、3曲披露してきました♪



小椋三枝子さん (細野)

解散後も、みんなが自宅で弾いていることを知り、再び活動したいと集まりました。今後も楽しみながら続けていきます。