

Facebookにて情報発信中
フォローをお願いします!



3 ほったやまつうしん

vol.158

北塩原村社協広報誌



裏磐梯中学校除雪ボランティア

ブラインドスキー 伴走ボランティア募集中

3/4
まで

2026

3/7 出 PM
8 日 AM

EN RESORT Grandeco

福島県耶麻郡北塩原村
大字松原字荒砂沢山 1082-93

視覚障がい者のスキーをサポート！
T.A.B.S.(Tokyo Assosiation for Blind Skiers)さんの
スキーツアーにおいて、視覚障がい者の方が安全に
スキーができるようにサポートするボランティアです。
初めての方へは親切丁寧にサポート方法をレッスンし
ますので、初参加の方でも大歓迎です！

現地集合・現地解散

参加費無料(昼食代・駐車料は自己負担)

どちらか1日だけの参加もOK

ボランティア保険に加入(保険料は当会負担)

日程詳細は、参加者へ後日お知らせします

申し込み・問い合わせは社協事務局まで！

災害義援金 受付中

日本赤十字社及び共同募金会
では、国内災害義援金を募集
しています。

みなさまの温かいご協力を、
よろしくお願いいたします。

受付中の国内災害義援金

令和7年11月18日大分市佐賀関
の大規模火災義援金

令和7年8月6日からの大雨災害
義援金

令和6年9月能登半島大雨災害
義援金

令和6年能登半島地震災害義援金
ほか



日本赤十字社



共同募金会



発行・編集
社協HP

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

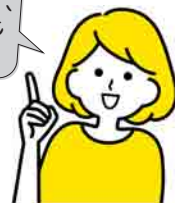
H P https://kitashiobara-shakyo.or.jp

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
F A X(共通) 0241-33-2070

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。

包装食袋を使った 蒸しパン作り

「まさか」の事態に備えて、「いつも」の生活の中でも体験して備えておこう



日時：令和8年2月7日 場所：猪苗代町体験交流館「学びいな」

猪苗代町、磐梯町、北塩原村の3つの社会福祉協議会が協同し、非常食作りの体験ブースを出展しました。

今回は、ホットケーキミックスを使った蒸しパン作り。使用するのは、どのご家庭にもあるであろう「アイラップ」です。たくさんの方に体験していただきました！

作り方

水のかわりに牛乳を使ってもOK！

- ✓ アイラップにホットケーキミックス 150g、水 150cc を入れる。
- ✓ できるだけ空気が入らないように口を縛り、よく混ぜる。
- ✓ 沸騰した鍋に入れる。再沸騰したら中火。
- ✓ 入れてから 30 分経ったら完成！



フォーラムの様子



小学生も挑戦してくれました



鍋に入るとどんどん膨らみます

令和7年度 喜多方方部赤十字奉仕団 連絡協議会研修会

日時：令和8年2月10日
場所：喜多方市総合福祉センター

今回の研修には北塩原村赤十字奉仕団の委員長（佐藤文子氏）、副委員長（遠藤由美子氏）と参加してきました。

日本赤十字社福島県支部より野崎謙司氏が講師として来てくださり、グループワークにてミニゲーム「みんなで分けよう」を通して、避難時の限られた物資をどう配分するかについて話し合いました。それぞれの立場や状況を考えながら意見を出し合い、支え合いの大切さを改めて感じるとても良い機会になったと感じます。



■ 講義の様子（全体研修）



■ グループワーク「みんなで分けよう」

令和7年度 地方郡市町村老人クラブ連合会 会長・事務局長合同会議

県内各地より老人クラブ連合会の会長が出席し、今後の地域での活動等について話し合う会議が開催されました。

【主な議題】

- ・令和8年度事業計画
- ・活動報告
- ・講演 「フレイルに負けない身体づくり」

講師：内柴佑基 氏(学校法人こおりやま東都学園)

北塩原村老人クラブ連合会では、いきいきと活動できる地域づくりを目指していきます。今後とも地域の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



日時：令和8年2月12日-13日
場所：ホテル華の湯(磐梯熱海)



活動発表



会議の様子

老人クラブの仲間になりませんか？

🏌️ グラウンドゴルフ（飯舘村老連交流会）



🎳 若手委員事業（ボウリング大会）



会員募集中！！

地域の仲間と楽しく交流しながら、健康づくりや趣味活動に参加しませんか？
老人クラブ連合会では、新しい会員さんを募集しています。

グラウンドゴルフや研修会、ボランティア活動など、さまざまな活動を通して、仲間づくりと生きがいを応援しています。

【対象】村内在住の概ね65歳以上の方

お気軽にご連絡ください。
北塩原村老人クラブ連合会事務局
TEL：0241-28-3757

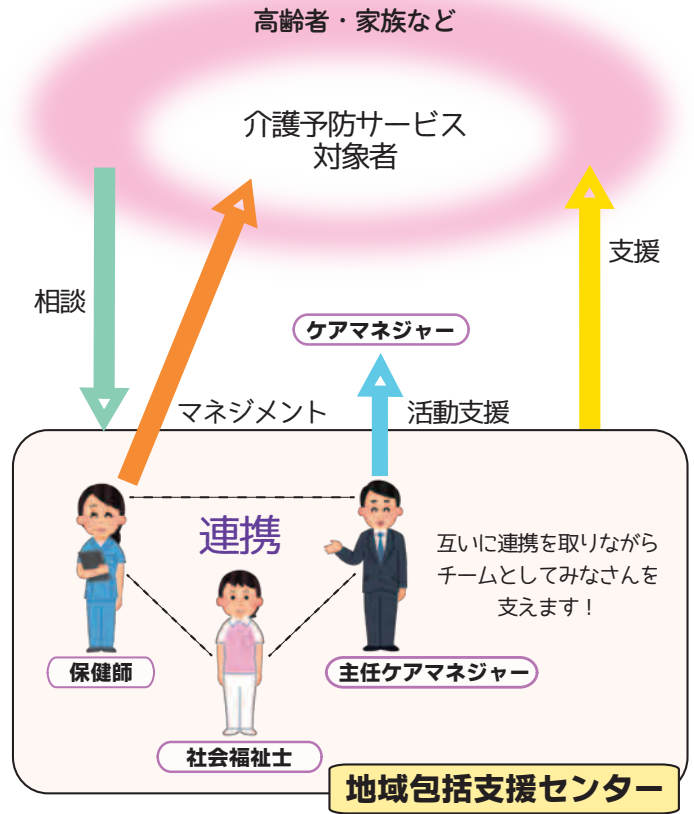
「地域包括支援センター」は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、必要な相談や支援を行う拠点として設置されています。保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーを配置し、高齢者のみなさんやそのご家族の生活を、さまざまな面から総合的に支援しています。

高齢者のいろいろな相談ごと

本人や家族、地域住民、ケアマネジャーなどから受けた様々な相談ごとを適切な機関と連携して解決に努めています。困ったことがあれば、地域包括支援センターまで相談ください。

例えば…

- 近所に住む一人暮らしの高齢者が最近閉じこもりがみで心配…
- 引越してきたばかりで知り合いがいないので友人をつくりたい…
- 近所にある高齢者の活動サークルを知りたい…
- 介護予防についての相談をしたい…
- 最近、体調が悪く寝たきりにならないか不安…
- 財産の管理に自信が無い…



大募集 認知症川柳 投稿者募集

応募資格：北塩原村に在住、または勤務している方。
 応募方法：お名前(ペンネーム) 年齢、行政区名、電話番号を明記のうえメール、FAXまたは手書き用紙で受け付けています。



休日相談窓口

3月14日(土)

もの忘れ、足腰の弱り、生活の困りごと
 介護保険の手続きや介護サービス利用等
電話・来所での相談お待ちしております。

☎0241-28-3766

認知症川柳

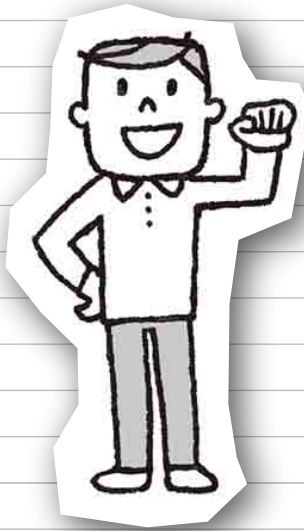
- デイの朝 早おき身支度 うす化粧
(京子ちゃん 八六才 松陽台)
- 老二人 八十路語りて 露天風呂
(春夏秋冬 八二才 北山)
- 「ごめんね」と 言いつつ買物 小銭出す
(むかしの姉ちゃん 七八才 早稲沢)
- 大笑い 中に吾いる 年齢忘
(ガハク 九二才 蛇平)
- 物忘れ 自覚があるうち 予防して
(昔は女学生 社協職員)
- ボケ防止 こまめに動く 母の知恵
(スズラン 八八才 北山)

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 **ケアマネジャー** がお手伝いします!



「介護保険サービスは、いっぱいありすぎてわかりにくい!」
訪問先で、そんな厳しいお言葉を頂戴することが時々あります…。
今月から数回にわけて、介護サービスの種類を紹介します!

サービスを受ける場所

自宅 ◀
施設
地域密着型



サービスの種類

訪問系サービス ◀
通所系サービス
短期滞在系サービス
福祉用具レンタル・購入
施設・居住系サービス

「在宅サービス」の中の「訪問系サービス」

訪問介護	訪問リハビリ	訪問入浴介護	居宅療養管理指導	訪問看護
ヘルパーさんが自宅を訪問し、調理やお掃除などの日常生活のサポートを受けることができます。	理学療法士や作業療法士が自宅を訪問し、リハビリを受けることができます。 *主治医が必要と判断した場合に限られます。	専門のスタッフが専用の浴槽を持参し、脱衣やバイタルチェックなど、自宅での入浴をサポートしてくれます。	医師や看護師、薬剤師、歯科衛生士などの専門職が訪問し、療養上の指導や健康管理、アドバイスをを行います。	看護師が訪問し、健康状態の悪化防止や、回復に向けたお手伝いをします。主治医の指示を受け、病院と同じような医療処置も行います。

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】

Lさん(仮名) 70歳 女性 ひとり暮らし
『ひな祭り料理を孫に食べさせたい!』

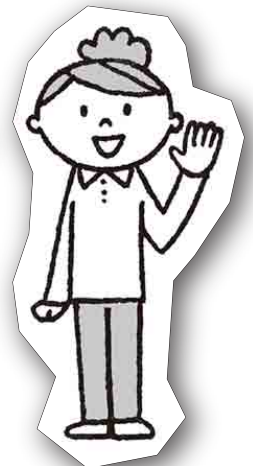
3月はひな祭りでかわいい孫が遊び来るの!

ヘルパーさん!!米麴からの甘酒やご馳走を沢山作ってほしいの!

孫の喜ぶ顔が見たくて~

できません!

特別な行事食は作れないです。この機会にお孫さんと一緒に作ってみてはいかがですか?



訪問介護係(加藤・穴澤・内堀) 0241-28-3756

節分



まだまだ寒い日が続いた2月3日節分。無病息災を願って「豆まき」を行いました。突如ホールに現れたのは迫力満点の赤鬼！利用者みなさまは「鬼は外！福は内！」と元気な掛け声とともに、豆に見立てた新聞紙を力いっぱい投げられました。

最初は鬼の迫力に驚かれていた方も豆を熱心に投げつけ鬼を退治しました。

「これで今年も元気に過ごせる」と晴やかな笑顔がこぼれる一日となりました。

みなさまの力強い豆まきで、邪気もすっかり吹き飛んだようです。



鬼は外！
福は内！！



手作り鬼さんの口に豆を投げ入れて！



鬼のみなさ〜ん はいチーズ♪

あなたの命を守る

マイナ救急

マイナ救急の流れ

119番通報時

指令員が通報者に対して
マイナ保険証の準備を依頼

傷病者が情報閲覧に
同意する

救急隊員がマイナ保険証を
読み取り、医療情報などを
閲覧する

円滑な搬送先医療機関の
選定や処置に活用

マイナ救急を利用するために 必要な準備

マイナンバーカード
の取得



マイナ保険証の
登録



外出時には
マイナンバーカード
を持ち歩くこと

出典:政府広報オンライン「マイナ救急で救急搬送がスムーズに！命を守るマイナ保険証の新しい活用法」

喜多方広域消防

新指令センター運用開始！

令和8年4月1日から新消防指令センターを喜多方消防本部内に設置し、運用を開始します。通報要領はこれまで通り119番です。災害情報案内ダイヤルの変更はありません。



災害情報案内ダイヤル

災害発生時、下記番号に電話すると喜多方消防本部管内の災害出動情報が自動音声で案内されます。

050-1720-7311

119番は緊急通報回線です。119番でのお問い合わせはお控えください。

善意のひろば

R8.1.16~2.15

御遺志

- 五十嵐 義宣 様 (故 五十嵐 ハル子 様: 上川前)
築田 多一 様 (故 築田 喜代美 様: 大 塩)
鈴木 恵一 様 (故 鈴木 太井子 様: 北 山)
鈴木 和成 様 (故 鈴木 八朗 様: 大 塩)
丸山 久志 様 (故 丸山 みさと 様: 北 山)

物品の御寄附

- 五十嵐 武子 様 (上川前)
松崎 諭 様 (長 峯)
匿名希望 様

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

- 3/6 老連若手委員会主催ボウリング大会
(喜多方スターボウル)
3/7 ブラインドスキー
(EN RESORT Grandeco : ~8日)
3/10 民協役員会・定例会
(デイサービスセンター・保健センター)
3/18 県身障福祉協会評議員会
(郡山市障害者福祉センター)

米寿祝

おめでとうございます!

- 3/9 栗村 ヒロ子 様 (北 山)
3/21 赤城 嘉久 様 (樟)
3/30 中川 敏子 様 (北 山)

ボランティア募集中!

ブラインドスキーの伴走
表紙をチェック!

デイサービスセンター

お茶出し、レクリエーションの補助、食事の配膳のほか、歌や踊りを披露して下さる方も募集中です。

福祉の仕事相談会

日時
場所

3/18(水) 10:30~14:30

会津若松市社会福祉協議会
会津若松市追手町5-32



楽しみ・つながる シニアeスポーツ講座 ~楽しみながら脳を活性化しよう~

講座 の 内容

- eスポーツに関する講話 (15分)
- 体験ブースでのeスポーツ体験 (90分)
- 温かい飲み物・茶菓子などの
飲食コーナーもあります (随時)

日時

3/14 (土) 10:00 ~ 12:00
大塩会場 活性化センター

3/15 (日) 10:00 ~ 12:00
裏磐梯会場 自然環境活用センター

※両日ともに時間内は出入り自由です

対象

- ① 概ね 60歳 以上の方
- ② 小学生 (保護者同伴)

参加無料

※各会場 15名程度を想定

申込

地域包括支援センター ☎28-3766
※当日参加も可能ですが、参加人数把握のため
事前申し込みにご協力ください。



eスポーツは、パソコンや家庭用ゲーム機を用いて競技性のあるゲームを行う活動です。

近年、eスポーツが持つ、頭を使いながら手指を動かす性質や、参加者同士がゲームをとおして交流する活動が注目されており、認知機能の維持やフレイルの予防につながる事が期待されています。

本イベントは、高齢者の方だけでなく、子どもを含む多くの世代が、年齢に関係なく楽しく交流できる機会を作りたいと考え企画したものです。

やり方が分からないという人でも心配いりません。スタッフが丁寧に説明しますので、一緒にeスポーツを体験してみませんか?



講師 栗林 拓哉 さん

- ・国際アート&デザイン大学校eスポーツ科卒業
- ・年齢や性別、障害の有無にかかわらず楽しむことが出来るeスポーツの普及を推進!