

社協 みうら

189

July. 2019

地域福祉の総合情報誌

三浦市社会福祉協議会安心館

〒238-0102 三浦市南下浦町菊名 1258-3

事務局（総務課・地域福祉課・事業課）

TEL 046-888-7347 / FAX 046-889-1561

発行責任者：川崎喜正

編集人：成田慎一

楽しい朗読のために。

みうらの至福人

「福祉、ふくし」と言い続けるといつの間にか「至福」になる。みうらの地域福祉を優しく支える「至福人」をシリーズで紹介するコーナーです。今回ご紹介するのは、ひばりの会会長 脇坂清子さんです。「声の便り」「ひばり」の作成や『社協みうら』の音訳、保育園等における読み聞かせ、発表会など、朗読に関する様々な活動をしています。最近、特に力を入れているのは、三崎弁を音声で遺す活動です。日々練習と勉強が欠かせませんが、会員は皆、楽しく取り組んでいます。お陰様で、発表を聴きに来る方が増えています。これからも、聴く人に『楽しい』と思っただけの朗読をしていきたいです。」

みうらの至福人— 脇坂清子さん

特集・平成30年度事業報告書並びに収入支出決算書について

三浦市ボランティア情報

介護支援最前線—小規模多機能型居宅介護事業所 湯ころ

サロン訪問記—星和サロン

元気！社協の職員

HUGくみ ご利用者様募集

家族介護教室のお知らせ

皆で海に親しむ会のお知らせ

教えて！山田さん—理学療法士・山田泰之の「介護ワンポイント・アドバイス」

福祉カレンダー



三浦市社協イメージキャラクター
健康戦隊ムラレンジャー

集

平成三十年度事業報告書並びに収入支出
決算書について

【重点目標の要旨】

一 地域包括ケアシステムの構築に向けた取り組みの推進

① 小地域における地域診断の実施

平成三十年度に実施した東岡区における地域踏

査は、地域住民を巻き込んで進めていることが、これまでの地域踏査と大きく異なる点です。これには、「わが町を知る」行為を通じて、自助や互助に関する地域力を醸成する狙いがあります。地域包括ケアシステム（以下「システム」とする。）の構築には、住民自らの「気づき」が欠かせません。引き続き、気づきを促し、地域に合ったシステムを構築していくべきであると考えます。

② 専門職（理学療法士・

管理栄養士・看護師・歯科医師など）による介護予防リハビリデイサービスの充実

③ 未病センターと未病

サロンの充実

④ 介護予防インストラ

クターの養成と活動支援

⑤ CHO構想の推進と

理念の普及

⑥ 高齢者栄養改善事業

の充実

⑦ 共生型サービスの実

践

②⑦は、当法人が自ら

取り組みべき重点事業であり、それぞれが密接に関連しています。平成二十九年の介護保険法改正で、システムの強化に向け、高齢者や障害者、障害児が共に利用できる「共生型サービス」が新設されました。これを受け当法人では、児童発達支援事業所HUGくみとそれいけ！デイサービスセンターにおいて、共生型サービス事業の展開を図りました。また、未病改善の取り組みを、システム構築の土台作りであると考え、出張型未病センター（未病サロン）の充実を図りました。

二 総合相談機能の充実

利用者の「たらい回し」

を回避すべく、相談関連事業所共通のフェイスシー

トを設けました。今後の課題は、医療職をはじめとしたマンパワーの確保です。

これは当法人に限らず、三浦市における最も重要な課題であると考えます。

三 研修制度の充実

福祉教育の学び・気づき

こそが、住民主体の地域福祉推進につながると考え、介護職従事者等人材育成・研修センターを運営しました。同センターはその中核を担う存在であり、先に述べたマンパワー確保策でもあります。

四 地域福祉活動計画の策定

地域福祉推進を目的とした民間の行動計画を、地域住民と当法人の職員全体に参加を呼び掛けることで、一緒に策定作業に取り組ましました。

決算概要

一般会計歳入歳出決算	
歳入	332,120,786円
歳出	338,098,501円
公益事業特別会計歳入歳出決算	
歳入	22,741円
歳出	4,059,527円
収益事業特別会計歳入歳出決算	
歳入	6,720,006円
歳出	0円

三浦市
ボランティア
情報

☎888-7347



寄託

社会福祉事業のために
▽株式会社リビエラリゾート代表取締役会長兼社長渡邊昇様▽かながわ信用金庫理事長平松廣司様▽匿名
ありがとうございます！

は、特定非営利活動法人YMCACAコミュニティサポート（☎八四五・九九一九）まで。



六月九日、市民の自発的な活動等の場として活用できるセンターの開所式に出席いたしました。同センターに関するお問い合わせ

三浦市民交遊センターがオープンしました

しく収穫できました。三浦ライオンズクラブの皆さま、大変お世話になりました。



六月二日、「じやがいも収穫祭」に、どんまいから三名参加させていただきました。とても楽しかったです。

三浦ライオンズクラブ主催じやがいも収穫祭



五月十九日、（株）リビエラリゾート主催「キスマスター二〇一九」において、釣り上げられた鱈をご寄付いただきました。ありがとうございました。

リビエラリゾート キスマスター二〇一九

訪問歯科診療

歯のお医者さんと歯のヘルパーさんがお宅に伺います！

- 訪問歯科診療を通して、高齢者の口腔衛生の向上を支援します。
- 歯科治療でお困り的高齢者と家族をサポートします。身体介護が必要な高齢者や障害者のために往診します。往診のご用命はお電話で！

大矢部歯科医院 046-833-5809

238-0024 横須賀市大矢部 2-5-20 あづまビル（Ⅱ）1階



介護付有料老人ホーム

そんぼの家 三浦

入居一時金無料

17万8300円～（税込）

家事、食事（30日の場合）、管理費込み。介護サービスの1割負担金、居室電気代、居室上下水道代、おむつ代などは別途必要となります。

徹底した個別ケア。キッチン・浴槽等を完備した完全個室。

■ ご見学 随時承っております

■ 傾聴ボランティア 募集中です

お問い合わせ先：TEL046-880-0711 担当・高倉

仏壇・仏具・お数珠・線香

藤田仏具店

お使いの物用から、ご自宅用まで100種類のお線香からお好みの香りを見つけてください。

市内配送無料！

〒238-0235
TEL/FAX 881-4714
木曜日定休/営業時間午前9時～午後7時

未病サロン

星和サロン



サロン訪問記 第7回

〒238-0101
三浦市南下浦町上宮田 1528-74
サロンに関するお問い合わせは
☎046-888-7347 (三浦市社協)

日時：毎月第三月曜日の十時半から十一時半まで、対象は星和住宅在住の方に限りです。歩いて行ける星和サロン。男性の参加者も募集中です！（齋藤）

ツチ、口腔体操、脳トレなど、活動にはパリエーションを持たせています。最近では、防災講座をおこないました。今後は、お茶会やフレイルチェックにも取り組んでみたいと思います。参加者の皆さんには、無理せず、自分のペースで顔を出してもらえると嬉しいですよ。



村井信子さん・宮川純子さん

星和サロンは、介護予防インストラクターの村井さん、宮川さんが中心となり、二年前に開始しました。「毎回楽しんでもらうため、ラジオ体操やストレッチ、口腔体操、脳トレなど、活動にはパリエーションを持たせています。最近では、防災講座をおこないました。今後は、お茶会やフレイルチェックにも取り組んでみたいと思います。参加者の皆さんには、無理せず、自分のペースで顔を出してもらえると嬉しいですよ。」

三浦市三崎町在住

福永福子さん(九十三歳)



新元号「令和」となり大正、昭和、平成と四つの時代を歩んでこられた福永さんは、家でもデイサービスでも「自分のことは自分で！」と、いつも笑顔で元気に過ごされています。三崎生まれの三崎小学校出身。女学校では洋裁やスポーツなど色々なことを勉強されてきたそうで、とても器用です。折り紙はもろろのこと、「目が疲れちゃうよ」といいながらも、デイサービスで取り組んでいる塗り絵はいつもきれいで、

「これからも元気で素敵な笑顔で、色々なお話を聞かせてください。そして、百歳のお祝いをするのを職員一同楽しみにしています。（丸茂）」

また、大正生まれとは思えないほど足腰もしっかりしていて、杖があるにも関わらずシヤシヤキと歩き、体操なども積極的に取り組まれています。その姿を見て、職員も見習わないといけないなと思うほどです。

介護支援最前線—小規模多機能型居宅介護事業所湯ごころ

地域包括支援センター「おまかせ」へのお問い合わせは☎046-876-7557

Special report

HUGくみ ご利用者様募集

この記事へのお問い合わせは… ☎876-8105まで

児童発達支援事業所HUGくみは、障害児が日常生活における基本動作を習得し、集団生活に適應することができるよう、当該障害児の身体及び精神の状況並びにその置かれている環境に応じて適応かつ効果的な指導及び訓練をおこないます。

お誕生日会・四季イベント・講師を招いてのダンス教室・遠足等、毎日様々な体験をとおして、ご利用者様の成長につなげていきます。ご利用者様の意思と人格を尊重して、常にご利用者様の立場に立ったきめ細やかなサービスを提供します。学校と家庭を結び第三の居場所を三浦市に創造します。



食べて、観て、元気！地域をつなぐはつらつフェスタの開催

地域福祉の振興、住民間の交流・連携を図ることを目的としたお祭りです。▼日時：9月15日(日)10:30~14:30▼場所：三浦市社会福祉協議会安心館(菊名1258-3)▼内容：音楽とアート、グルメ、健康測定ほか▼その他：お得な前売り券を販売します。お問い合わせは事務局(☎888-7347)まで。

元気！社協の職員 File No. 38



齋藤あゆみ

(地域包括支援センター「おまかせ」管理者)



たくさんありますが、計画相談に応じてご利用者様が、サービスを利用することで体力を取り戻し、地域のサロンに参加して元気に体操する姿を見せてくれたときは、とても嬉しかったです。「おまかせ」では、できるだけ介護保険に頼らず、住民間の支え合いで安心して暮らしていきたい地域づくりをお手伝いしています。これは、地域住民の皆様のご協力なしには実現し得ないことです。ぜひ一緒に取り組んでいきましょう。また、日々寄せられるさまざまな相談にもお応えできるよう、職員一同スキルを高めて参ります。よろしくお願いたします。(本人談)

趣味は料理で、調理師免許を持っています。冷蔵庫の余り物から一品作るのが得意です。でも最近は、作るより食べる方が好きかもしれません。また今年、自己研鑽のために「精神保健福祉士」の資格を取得しました。

「おまかせ」で仕事をしていてよかったことは

福祉カレンダー

2019年7月

- 4日 どんまい市立病院弁当販売
- 11日 家族介護教室
- 24日 どんまい市役所弁当販売
- 25日 遊びの広場きらきらキッズ
- 26日 無料法律相談

2019年8月

- 1日 どんまい市立病院弁当販売
- 2日 皆で海に親しむ会
- 21日 どんまい市役所弁当販売
- 22日 遊びの広場きらきらキッズ
- 23日 無料法律相談

未病サロン情報

下記以外の地区でも不定期開催しています。詳しくは下記までお問い合わせください。

2019年7月

- 2日 シーアイ
- 2・16日 飯森中区
- 4日 海外区
- 5・12・19日 老人福祉保健センター
- 9・16日 小網代区
- 10・24日 入江区
- 11日 宮川区
- 19日 メガロン
- 26日 三崎口

2019年8月

- 1日 海外区
- 6日 シーアイ
- 6・20日 飯森中区
- 8日 宮川区
- 9・16・30日 老人福祉保健センター
- 13・20日 小網代区
- 14・28日 入江区
- 23日 三崎口

みうらふれあいサロン情報

2019年7月

- 5・19・26日 岬陽小
- 8・22日 初声市民センター
- 9・23日 上宮田県営団地
- 9・23日 南下浦市民センター
- 10・17・24日 城ヶ島区民センター
- 11・18・25日 勤労市民センター

2019年8月

- 2・23日 岬陽小
- 8・22日 勤労市民センター
- 21・28日 城ヶ島区民センター
- 26日 初声市民センター
- 27日 南下浦市民センター
- 27日 上宮田県営団地

掲載予定は、予告なく変更になる場合があります。

お問い合わせは…
☎888-7347

家族介護教室のお知らせ

Information

「エンディングノートについて～願いや希望をノートにたくす～」がテーマの教室です。これは、利用者家族から実際に聞いた「通帳を仕舞ってある場所がわからない」「意思疎通が取れなくなってしまったが、延命治療に関する本人の希望がわからない」…などの困りごとの予防策として実施します。ご家族のために、今自分にできることを考えてみませんか？

日 時：7月11日（木）14～15時 場 所：勤労市民センター2階

講 師：行政書士 秋山徳子氏

対象者：三浦市民（高齢者とその家族）、高齢者支援関係者など

参加費：無料

お申込み・お問い合わせ：☎876-7557（地域包括支援センターおまかせ）まで。

皆で海に親しむ会のお知らせ

Information

障害者の社会参加と、普段なかなかできないマリンスポーツ・海遊びを通じ、豊かな三浦市の自然を体験することを目的としたイベントです。

日 時：8月2日（金）11～15時

場 所：荒井浜海上亭

対象者：障害者（18歳以上）、当事者家族など

参加費：1,500円（当日徴収）

お申込み・お問い合わせ：☎888-7347（杉崎）まで。



教えて！山田さん一理学療法士・山田泰之の「介護ワンポイント・アドバイス」

テーマ「立位姿勢②」



今回は、立位姿勢から安全に動くポイントです。止まっている状態から動き始める準備のために必要なのは、バランス感覚と制御です。まず、安定して立っている状態から、腰を前後左右に曲げたり伸ばしたりして、倒れず元の姿勢に戻れる範囲で動いてみましょう。（写真①②）そのときに大切なのは、自分の体重がかかる感覚を意識することです。前方に体重をかけたときはかかるとが、後方にかけてときはつま先が浮いてくる感覚を確認しましょう。併せて、足の指で踏ん張ることができているかを確認しましょう。足の親指・小指など、それぞれに神経を集中して、徐々に踏ん張る範囲を大きくしていきます。次に、腰を曲げずに、足の裏だけで前後左右に体重をかけてみましょう。（写真③④）注意するポイントは、腰の運動の時と同じです。こういったバランスの制御は無意識におこないますが、高齢になると、制御が苦手になることが多いといわれています。先の方法で練習を重ね、この感覚を取り戻すこと、転ばないように反応できるようにする必要があります。どんどん！デイサービスセンターでは、

個々人の姿勢の評価をおこない、体幹と骨盤の運動、足の裏の感覚やバランスを強化するプログラムを実施しています。ぜひお気軽にご相談ください。※お話しと訂正：前回「立位姿勢①」の写真①、②について、掲載の順番が逆でした。



株式会社 ルナランド
三浦の介護はルナランドにお任せください！

- 訪問介護は…
ルナランド介護センター **889-1088**
- デイサービスは…
ルナランドデイサービス **874-8014**
- 居宅介護支援は…
居宅介護支援事業所ルナランド **874-8015**

*デイサービス、ボランティア募集中！
お気軽にお問い合わせください。

かながわ信用金庫
かなしん
年金のお受取りはかなしんで！！

ちょっとお得な5大特典♪

- 【特典1】定期預金に金利を上乗せ
- 【特典2】定期積金に金利を上乗せ
- 【特典3】健康・介護の無料相談や見舞金制度あり
- 【特典4】お誕生日プレゼントがもらえる
- 【特典5】年に一度のバス旅行のご案内

ASKUL AGENT
アスクルエージェント

RICOH

株式会社 **マツザキ**

横須賀店 〒238-0023 横須賀市森崎1-17-21
Tel. 046-835-8171 Fax. 046-836-9291

三浦店 〒238-0243 三浦市三崎2-11-1
Tel. 046-882-3111 Fax. 046-882-3922
E-mail kmatsuzaki@matsu-zaki.co.jp