

# 社協 みうら

179

Nov. 2017

地域福祉の総合情報誌

三浦市総合福祉センター

〒238-0102 三浦市南下浦町菊名 1253-3

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：出口道夫

## ダンスで元気に。

### 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、「ダンスガーデンひろ」の湯山ひろみさんです。三浦市と都内で社交ダンスの普及に努める傍ら、本会の介護予防インストラクター養成講座を修了し、現在三浦ふれあいサロンにおいて、ボランティアで介護予防のダンスを教えてくださっています。「認知症予防によい社交ダンスは、相手とコミュニケーションをとる楽しさがあります。椅子に座ったまま楽しめるダンスや、ダンスセラピーもあります。これからも皆さんが元気で楽しいシルバーエイジを送るお手伝いをしていきたいです。」

### 特集 三浦市社協未病センター 登録者数が 300 名を突破しました

みうらの至福人—湯山ひろみさん

特集・三浦市社協未病センター 登録者数が 300 名を突破しました

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はつらつ

福祉施設訪問記—豊夢三浦海岸

元気！社協の職員

狩倉弁護士のワンポイント法律相談

ノーリフトケアコーディネーター ベーシック養成講座

第7回介護フェスタ

「未病」を通じた災害に強いまちづくり

福祉カレンダー



三浦市社協イメージキャラクター  
健康戦隊ミウレンジャー



三浦市社協未病センター

登録者数が三百名を突破しました



10月11日に実施した「未病ウォーク」の様子です。NPO 法人小網代野外活動調整会議のガイドで小網代の森を歩きました。



初声町の福泉寺において、「ミニ未病サロン」を開催したときの様子です。サロンは自治会館やご自宅のリビングなど、様々な場所で実施できます。

「三浦市社協未病センター（以下「センター」）」は、「未病を治すかながわ宣言」に基づき、身近な場所での、「未病を改善」する取り組みを、継続的に体験、実践できる施設です。開所からわずか八ヶ月で、登録者が三百名を超えるほど好評を博しています。まだセンターを利用されたことのない皆様へ、どこでどのように利用できるのかをご紹介します。

① センターで受けられる測定や健康指導  
脂肪・筋肉・水分など身体を組織する成分を測る  
体組成や、骨密度、血圧を測定することによって、利用者の身体状況を可視化しています。利用者からは「気軽に体の状況を知ることができる。」「食生活や運動習慣のちよつとした緩みがわかるので、定期的に利用している。」との声が寄せられています。

② 未病サロンにおける測定と介護予防体操  
本会では、歩いて行ける距離に介護予防の拠点がある社会を目指しています。その実現のために、市内各所の住民と力を合わせ、順次「未病サロン」を開設しています。同サロンでは各種計測の他に、介護予防体操や脳トレ、ミニ健康講座などを実施しています。

③ 未病に関するイベントや研修の実施  
サロンの開催日時は、本紙最終頁の福祉カレンダーに掲載していますので、ぜひご確認ください。

共に未病改善に取り組む担い手を増やす活動にも力を入れています。この度、十一月三十日（木）十四時から「未病サポーター養成研修会」を開催いたします。未病の概念や未病改善の意義について学び、「かながわ健口体操」及び認知症を予防する「コグニサイズ」を体験できます。場所は合同庁舎四階会議室です。

ここで掲載した取り組みに興味のある方は、八八・八七・三四七（成田・長までご連絡ください。

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  
▽中澤一江▽匿名（敬称略）  
ありがとうございます！



潮風アリーナにおいて開催される「みうら市民まつり」に、今年も出展します。三浦市ボランティア連絡協議会は、就労支援センターどんまいと協働してからあげを販売します。ぜひお越しください。

十一月十九日 みうら市民まつり  
ボラ協・三浦市社協が出展します

合福祉センター三階多目的ホール▼講師・青木一男先生（社会福祉法人神奈川総合リハビリテーション事業団七沢自立支援ホーム副所長）▼参加費・無料▼持ち物・筆記用具、昼食▼申込み・問合せは左記☎（杉崎）までお願いします。



ファイブピクチャーズ研修を開催します  
アセスメントの技術を深めるための研修です。利用者のストレングス（いいところ）を見出すための勉強やグループワークをおこないます。高齢者・障害児者などその利用者層を問わず、あらゆる事業において役立つ内容となっています。▼日時・十二月十六日（土）十時～十六時  
▼対象・三浦市内の福祉施設等関係職員▼場所・三浦市総合福祉センター三階多目的ホール

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。  
○歯科治療でお困りの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。往診のご用命は電話で！

大矢部歯科医院 046-833-5809

238-0224 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

17万200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。

■お問い合わせ先：TEL046-880-0711

担当・高羽

仏壇・仏具・お数珠・線香

篠田仏具店

お使いの物から、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



# 小規模多機能型居宅介護 豊夢三浦海岸



## 福祉施設訪問記

第27回

〒238-0101  
三浦市南下浦町上宮田 527-5  
ヒロナガビル3階  
☎046-888-8300

「若い頃はたくさん流行歌を聴いていたよ。大人達は手と手を合わせて踊っていたけど、私は恥ずかしくて、とても踊れなかったわ。」と、ちよっと照れながら教

「お泊まり・通い・訪問のサービスを一括して提供しています。三つのサービスを自由に組み合わせる使用が可能で、小規模多機能型居宅介護のいいところだと思っています。本事業所は海のすぐそばで、房総半島が見える素晴らしい眺望です。デイルームではカラオケができ、歌が好きな方に喜ばれています。実は、本事業所のオリジナルソングがあり、ときどき皆様と一緒に歌います。わいわい市に遊びに行ったり、地域の避難訓練や餅つき大会にも参加しています。今後も、高齢の方が独居や認知症であっても、地域で暮らしていけるような社会をつくるお手伝いをさせていただきたいと思っています。」

福田順之理事長



三浦市南下浦町松輪在住  
草間典子さん(八十九歳)



冗談大好き！草間さん

樺太生まれの草間さんは、音楽が大好きです。お父様の影響で、幼い頃からたくさんのお友達と音楽で囲まれて育ったそうです。レクリエーションで合唱するときには、皆さんを引っ張って気持ちよく合唱できる雰囲気をつくつてくださいます。

「若い頃はたくさん流行歌を聴いていたよ。大人達は手と手を合わせて踊っていたけど、私は恥ずかしくて、とても踊れなかったわ。」と、ちよっと照れながら教

「若い頃はたくさん流行歌を聴いていたよ。大人達は手と手を合わせて踊っていたけど、私は恥ずかしくて、とても踊れなかったわ。」と、ちよっと照れながら教

介護支援最前線—小規模多機能型居宅介護事業所はつらつ

児童発達支援事業所 HUG くみへのお問い合わせ ☎046-876-9941

## Special report

### 狩倉弁護士のワンポイント法律相談

法律相談は11月24日・12月22日。予約制 ☎888-7347

Q: 最近この町に引っ越してきました。近所付き合いをしたくないので町内会への加入を拒んだところ、当該地域のゴミの集積所にゴミを出せなくなりました。

A: ゴミの収集方法は各市町村が定める一般廃棄物処理計画によって、住民は居住する市町村が定めている方法に従ってゴミの回収を求めることになります。建物ごとには、ゴミを収集していく戸別収集によらず、集積所から収集することとを定めている市町村では、集積所を使用しない場合には廃棄物の処分場に直接ゴミを持ち込むことにならざるをえません。

集積所は、町内会が管理をしている所が多いのですが、市町村が設けている集積所の設置基準では、集積所の使用と管理の主体は地域の住民ですので、町内会へ加入しなくても集積所の使用と管理

に参加できるよう近隣の住民の理解を得ていくことが考えられます。町内会に加入していないことに対する嫌がらせと評価される場合には、集積所の使用を認めないことが違法とされる場合もあります。

集積所が私有地にあり、土地の所有者が町内会の会員の使用にしか同意しないような場合など、集積所を使用できないようなときも、理解し、協力してくれる住民とともに、新たに市町村の設置基準を満たす集積所の設置を目指すことも考えられます。

なお、各市町村の廃棄物に関する条例は、廃棄物の排出に関し清潔の保持などに住民の相互協力義務を定めていますので、集積所を使用する以上は、その管理に必要な範囲での近所付き合いは必要です。(担当弁護士) 加藤修一

### 元気！社協の職員 File No. 28

### 島田美智恵

(児童発達支援事業所 HUG くみ職員)



こんにちは。「HUGくみ」の島田です。今年で八年目になります。障害児についての知識が全くなかった私が、今まで続けることができたのは、子供達の純粋さと、周りの方々の寛容な気持ちを支えになっています。ゆっくりと時間がかかっても確実に成長していく子供の力。私も一緒にまだまだ成長(?)していきたいと思っています。

少し前まで、私よりずっと背の低かった子が、今では私を見下ろしています。ひょいと抱き上げていた子が重くて抱き上げられません。複雑な心境。でもとっても嬉しいです。

これからも、続けることができる限り、子供達のエネルギーをもらいつつ、一緒に元気に楽しみながら働いていこうと思います。

「やさしさ」「ほほえみ」「思いやり」をモットーに。(本人談)

第42回横須賀三浦地区障がい児者ふれあい作品展  
日時: 11月7~10日 10~20時(10日は18時まで)  
場所: ショッピングプラザ横須賀2階センターモール  
内容: 施設等で制作した作品等の販売・展示  
問合せ: ふれあい作品展実行委員会事務局(鎌倉清和園内)  
菅原・古舘 ☎0467-46-8700/FAX0467-46-4830

## 福祉カレンダー

2017年11月

- 8日 一級建築士住宅改修相談
- 8日 どんまい市役所弁当販売
- 11日 介護フェスタ
- 24日 無料法律相談  
(総合福祉センター)
- 30日 ノーリフト講座開始
- 30日 未病サポーター養成研修会

2017年12月

- 6日 一級建築士住宅改修相談
- 14日 養育支援講演会
- 16日 5ピクチャーズ研修
- 22日 無料法律相談(はにかみ屋)
- 28日 遊びの広場きらきらキッズ

### 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。

2017年11月

- 2日 日の出・海外区
- 6日 赤羽根区
- 7日 シーアイ
- 9日 宮川区
- 7・21日 飯森中区
- 14日 小網代区
- 8・22日 入江区
- 20日 向ヶ崎区
- 22日 栄町
- 24日 三崎口

2017年12月

- 5日 シーアイ
- 5・19日 飯森中区
- 7日 日の出・海外区
- 8日 引橋区
- 12日 小網代区
- 13・27日 入江区
- 14日 宮川区
- 18日 向ヶ崎区
- 22日 三崎口
- 27日 栄町

### みうらふれあいサロン情報

2017年11月

- 9・16日 勤労市民センター
- 8・15・22日 城ヶ島区民センター
- 14・28日 上宮田県営団地
- 14・28日 南下浦市民センター
- 13・27日 初声市民センター
- 17・24日 岬陽小

2017年12月

- 14・21日 勤労市民センター
- 13・20日 城ヶ島区民センター
- 12・26日 上宮田県営団地
- 12・26日 南下浦市民センター
- 11・25日 初声市民センター
- 1・15・22日 岬陽小

掲載予定は、予告なく変更になる場合があります。

各予定のお問い合わせは…

☎888-7347

## ノーリフトケアコーディネーター ベーシック養成講座

Information



「ノーリフトケア」とは、「持ち上げない・抱え上げない看護や介護」のことです。このケアの導入を学ぶ研修を開催いたします。本研修は①腰痛予防とよりよいケアが可能となる「ノーリフト」を体験すること②介護・医療の職場に、働きやすさをもたらすきっかけとなること③全市的に取り組むことで「介護者に優しいまち」を目指します。詳細は、介護職従事者等人材育成・研修センターのホームページに掲載します。奮ってご参加ください！3日間の受講で協会認定ベーシック資格が得られます。

日 時：11月30日(木)、12月1日(金)、20日(水) 13～18時

※1日のみの参加も可

場 所：三浦市総合福祉センター3F 多目的ホール

講 師：一般社団法人日本ノーリフト協会 代表理事 保田淳子氏 他

受講対象者：高齢者・障害児者福祉関係事業者、介護者

参加費：1日のみ 10,800 円、3日間 21,600～27,000 円

問合せ：☎888-7347 (成田・前川)

## 第7回介護フェスタ

Information



11月11日(土)、有料老人ホーム油壺エデンの園主催・三浦市社会福祉協議会共催「介護フェスタ」のお知らせです。「地域と共に暮らす」をテーマとした、介護福祉に関するお祭りです。ゲームコーナーや脳トレカフェ、NPO 法人ハーベスト・きくなのハーブ製品販売、福祉用具展示などのブースがあります。また、三浦市社協未病センターは、体組成や骨密度の測定をおこないます。どなたでも自由に参加いただけます。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

日 時：11月11日(土) 午前 10～12 時 / 午後 13～15 時

場 所：「油壺エデンの園」南棟 B1 階 ゆうなぎホール 他

問合せ：☎881-2150 (油壺エデンの園 担当 山口・木村)

## 未病を通じた災害に強いまちづくり(第4回)

Series

す。(成田)

民の命を守ることに繋がります。次回最終回です。

共有することが望ましいでしょう。

これまでの連載でお伝えしたとおり、未病を改善することによって「自助」を強化し、これに「互助」を加え、両方の視点から備えておくことが、地域住民の命を守ることに繋がります。

必要とする高年齢者・障害者の状況も日々変わります。ゴミ収集・町内会・地域で対策を練り、必要な情報を共有することが望ましいでしょう。

意点として、「近隣住民」といっても、時間帯や曜日によって、その構成は異なります。また、手助けが必要な高年齢者・障害者の状況も日々変わります。ゴミ収集・町内会・地域で対策を練り、必要な情報を共有することが望ましいでしょう。

自助で避難することが難しい場合は、近隣住民の手助けが必要となります。実際に、市内には、高齢者の避難を手伝う住民の役割分担ができていないところもあるようです。住民間で支援体制を組む上での注

でもあらかじめ検討しましょう。

自力で避難することが難しい場合は、近隣住民の手助けが必要となります。実際に、市内には、高齢者の避難を手伝う住民の役割分担ができていないところもあるようです。住民間で支援体制を組む上での注



教えて！  
成田さん特別企画

事務局次長 成田慎一

今回は『災害を想定した備え』についてお話しします。この秋も、市内各所で様々な防災に関する啓発活動や訓練がおこなわれました。皆様も参加されたでしょうか？

災害はいつ起きるかわからないため、日々の備えが大切です。

まず個人でできることとして、「一時避難場所」と「避難所」、それぞれの道のりを自分の足で確認しておく

## 株式会社 ルナランド

三浦の介護はルナランドに

●訪問介護は… お任せください！

ルナランド介護センター 889-1088

ルナランド介護センター三浦 874-8013

●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。



羽ばたく翼、  
ともに築く未来

かながわ信用金庫

<http://www.shinkin.co.jp/kanagawa>

## 菜の花

## 訪問医療マッサージ院

歩行困難のため、通院が出来ない方が対象です。  
医師の同意書が必要です。用紙は当院にあります。

自己負担料金は1～3割。ディーサー  
ビスとの併用も出来ます。介護保険  
の限度額は関係ありません。

☎046  
849  
2263

担当大関

初回お試し

を御利用ください。