

社協 みうら

186

Jan. 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

みんなが助け合う平和な町に。

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、福祉用具アイデアコンクールで最優秀賞に輝いた歌川煌さんです。「『町そうじおたすけロボット』を考えました。これは、道に迷った人の案内をしたり、障害のある人やお年寄りの人の荷物を持ってあげるロボットです。色々な人に使ってもらえると思います。」何と足もとが掃除機になっているので、ロボットが歩いたところがきれいになるそうです。「これからの三浦市は、みんなが助け合う平和な町になればいいと思います。」

みうらの至福人—歌川煌さん
特集・暖館が「福祉避難所」になりました
三浦市ボランティア情報
自立支援最前線—就労支援センターどんまい
サロン訪問記—永寿会サロン
元気！社協の職員
どんまい★クッキング
未病ウォーク城ヶ島「水仙まつり」と「恋する灯台」
生活支援サービス担い手養成研修
研修「虐待事例を通して考える成年後見制度」
食べて、観て、元気！地域をつなぐはつらつフェスタ
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

未病サロン 永寿会サロン



サロン訪問記

第5回

〒238-0114
和田 2752-14 赤羽根会館
サロンに関するお問い合わせは
☎046-888-7347 (三浦市社協)

健康長寿の素は『運動、栄養、社会参加』である、フレイル(虚弱)予防の講習で学びました。サロンはとも理に合っていると思います。これからは健康で、この地域の皆さんと仲良くやっていきたいというところが、私の一番の望みです。高齢者の楽しみと居場所づくりのために、永寿会の活動をいつまでも続けていきたいです。

と自体も運動になります。体操以外にゲームを用意して取り組むこともありますが、お茶を飲み話しているときに、最も盛り上がりがあります。



熊谷末男会長

年をとると一人暮らしの世帯が増え、話し相手もいなくなってきましたが、このサロンにあれば、話して情報交換もできます。歩いて会館へ集まること

三浦市三崎町諸磯在住 直井浩一さん(五十四歳)



どんまいに通い始めて五年目、職員も頼りにしている直井浩一さんです。直井さんの一日は、社協事務局での注文取りから始まり、注文を取るためならトイレの中までも追っかけていってしまうほど。追っかけられた職員はビックリ！直井さんの一生懸命さをよく表しているエピソードですね。どんまいの作業で一番のお気に入りは、フードプロセッサを使った野菜切り

で「作業の後は清々しい気持ちになる。」とのこと。直井さんのどんまいでの活躍は多岐にわたり、野菜の下処理から簡単な調理作業、盛り付けまでこなします。どんな作業も大きな体をかがめて、一生懸命に取り組む姿はとて可愛らしく、誰からも親しまれる存在です。本人曰く、「これからもどんまいで働き続け、美味しいお弁当を作っていきたい。」とのことです。(藤村)

自立支援最前線―就労支援センター―どんまい

自立相談支援センター「いっしょ」へのお問い合わせは☎046-888-7347

Special report

どんまい★クッキング

管理栄養士田村がご紹介するレシピです。お試しあれ

お正月のお餅が余ったら… 「簡単もちもちケーキ」(8人分)

- 【材料】
- ・ホットケーキミックス 200g
 - ・餅 90g (切り餅2個)
 - ・牛乳 大さじ7
 - ・水 大さじ2~3
 - ・バター 10g (常温に戻す)
 - ・卵 1個



【作り方】

- ①餅を半分切って大きめの耐熱容器に入れ、牛乳大さじ5をかけ、ふんわりとラップをかけます。
- ②①を600wの電子レンジで1分30秒加熱して取り出し、スプーンでつぶしたりグルグル混ぜたりして柔らかい餅にします。固くて混ぜにくいようなら、さらに10~20秒加熱します。
- ③なめらかになったら牛乳大さじ2を加えて混ぜ、バターを加えてグルグル混ぜます。さらに水大さじ2を加えてとろとろにします。
- ④ボウルにホットケーキミックスと③、卵を入れスプーンで混ぜます。
- ⑤水分が足りないようなら水大さじ1を足し、ぼったりした餅状にします。
- ⑥均一に混ぜたら、炊飯器の内釜に流し入れ、真ん中を少し凹ませて炊飯ボタンを押します。(くっつきそうなら内釜に油を塗りましょう。)
- ⑦炊飯が完了したら蓋を開け、焼きあがったケーキに楊枝を刺し、何も付いてこなければ完成です。
- ⑧内釜からケーキを取り出し、冷めます。(火傷にご注意!!)
- ⑨粗熱が取れたら切り分けて、いただきます♪

ポイント★お餅は小さく切りすぎない方がいいです。もしもケーキが生焼けになったら、そのままもう一度炊飯するか、ひっくり返して追炊きしましょう。

どんまいの日替わり弁当1食から配達します！
「飲み込みにくい」など、食事にお困りの方のご相談に乗ります！
お問い合わせは☎888-7655 (山中) まで

元気！社協の職員 File No. 35

新倉史穂

(自立相談支援センターいっしょ相談員)



おじいちゃん、おばあちゃんと仲良くなるのが得意だと気付いたことから、福祉の世界に入りました。デイサービスで働いてみたらすっかりハマり、「プロフェッショナルになりたい！」と考えました。介護福祉士資格を取得するために、毎日鬼のように勉強しました。とはいえ仕事も家庭もあつたので、一日二時間程度でしたが、ニンテンドーDSの学習ソフトをやり返み、何とか合格できました。今後の目標として、社会福祉士資格と、五十歳までに精神保健福祉士資格も取得したいです。実は、他にも目標があります。半年の間にくびれをつくり、ゆくゆくは十キログラムの減量を目指しています。今は筋トレにハマっていて、背筋には自信あり！です。

私は現在、生活困窮などのご相談に乗るお仕事をしています。難しいケースも多く、悩み考える仕事です。しかし、ご利用者様が光を見出した顔をすぐ隣で見られるという、他にはない感激があります。ご相談に来る方は、「何をいわれるのかな？」、「どんな人かな？」と、不安だと思います。私はまだひよっこですが、一緒に悩み考えていきますので、まずお話ししてみませんか？(本人談)

福祉カレンダー

2019年1月

- 10日 認知症予防講話と体操
- 20日 未病ウォーク
- 21日～ ノーリフト研修(3日間)
- 22・23日 生活支援担い手研修
- 24日 遊びの広場きらきらキッズ
どんまい市立病院弁当販売
- 25日 無料法律相談
- 30日 どんまい市役所弁当販売

2019年2月

- 15日 無料法律相談
- 21日 どんまい市立病院弁当販売
- 22日 虐待研修
- 27日 どんまい市役所弁当販売
- 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。

2019年1月

- 8日 シーアイ
- 8・15日 小網代区
- 10日 海外・宮川区
- 11・18・25日 老人センター
- 15・29日 飯森中区
赤羽根・菊名区
星和住宅・向ヶ崎区
- 23日 入江区
- 25日 三崎口

2019年2月

- 1・8・15日 老人センター
4日 赤羽根区
5日 シーアイ
- 5・19日 飯森中区
- 6・20日 入江区
7日 日の出・海外区
- 12・19日 小網代区
14日 宮川区
15日 三崎口
18日 星和住宅・向ヶ崎
菊名区

みうらふれあいサロン情報

2019年1月

- 8・22日 上宮田県営団地
南下浦市民センター
- 9・16・23日 城ヶ島区民センター
- 10・17・24日 勤労市民センター
14日 初声市民センター
18・25日 岬陽小

2019年2月

- 1日 岬陽小
- 11・25日 初声市民センター
- 12・26日 南下浦市民センター
上宮田県営団地
- 13・20・27日 城ヶ島区民センター
- 13・20・28日 勤労市民センター

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

未病ウォーク城ヶ島「水仙まつり」と「恋する灯台」

Information

水仙の香りあふれる城ヶ島を歩いて、水仙まつりと2つの恋する灯台を巡りましょう。体組成測定もおこないます。(主催：みうら観光ボランティアガイド協会、協力：三浦市社会福祉協議会)

▽日時：1月20日(日)9:20~12:30(雨天中止)▽集合場所：城ヶ島バス停(終点)▽コース概要：バス停~城ヶ島灯台~長津呂の磯~水仙ロード~ウミウ展望台~城ヶ島公園~安房崎灯台~イベント会場にて解散▽参加費：小学生以下300円、大人500円▽持ち物：歩きやすい靴、飲み物▽お問い合わせは…☎888-7347(成田)

生活支援サービス担い手養成研修

Information

自分の暮らす地域に関心を広げ、多様な人々や組織の豊かなつながりを創り、小地域で「見守り」「買い物支援」「外出支援」の生活支援サービスの担い手となる人材を養成し、地域の人々の暮らしを支えることや新たな活動が創出されることを期待して実施します。奮ってご参加ください。

日時：1月22~23日(火・水)13:30~16:30(両日参加必須)

場所：南下浦市民センター講堂

対象：地域における活動に興味ある方

講師：NPO法人よこはま地域福祉研究センター 佐塚玲子氏・吉川典子氏

内容：講義、映像鑑賞、ワークショップ、演習

その他：受講後、任意で担い手登録を受け付けます。

お申込み・お問い合わせは…☎888-7347(齋田)

研修「虐待事例を通して考える成年後見制度」

Information

三浦市では「住み慣れた地域社会の中で暮らしていきたい」という高齢者の願いを守るために、地域包括支援センターが中心となって、「虐待防止ネットワークづくり」を進めています。今年度の虐待防止ネットワーク事業は、成年後見制度を利用することにより、いかに被虐待者の権利を守ることができるのか?事例から検証していきます。関係各位の参加を心よりお待ちしております。

日時：2月22日(金)14:00~16:00

場所：南下浦市民センター講堂

対象：ケアマネジャー、民生委員、福祉関係者等(30名)

講師：弁護士 千木良正氏(神奈川県弁護士会)

事例：養護者に障害の疑いがあり、虐待が疑われる複合課題世帯

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

食べて、観て、元気!地域をつなぐはつらつフェスタ

Information

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：3月10日(日)10:30~13:30

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、未病ウォークほか

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

▽くろば亭「おやじ」こと山田芳央さん作「曼陀羅ぼっち」展示予定です(右写真)

▽9・10日は安心館ほか引橋近辺において「創ろう!

三浦のパビリオン みんなの文化祭@引橋(三浦市主催)が開催されます。両イベントへの参加がお勧め

です。※「みんなの文化祭」に関するお問い合わせ

は三浦市役所(☎882-1111内線311)へ



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

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。

初回お試し 担当大関
を御利用ください。

☎046
849
2263