

社協 みうら

204

Jan.2022

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

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

発行責任者：川崎喜正

編集人：日景永子

観光と漁業のまちの、一つの企業として。

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、三崎魚類株式会社代表取締役社長篠田和也さんです。同社は魚市場の荷受け業務、卸販売をおこなう会社で、地域貢献にも取り組んでいます。「三崎下町環境美化促進連絡会やお祭りなどに参加しています。これからも社を挙げて、地域の活性化に参画していきたい考えです。赤い羽根共同募金にも、長年協力しています。実際に市内でも募金が活かされていることを知って、改めてやりがいを感じています。」

みうらの至福人—篠田和也さん
特集・地域の支え合い 東岡区の活動をご紹介します
三浦市ボランティア情報
サロン訪問記
自立支援最前線—相談支援事業所エール
狩倉弁護士のワンポイント法律相談
三浦市社協ってどんなところ？—どんどん！
赤い羽根共同募金のご寄付ありがとうございました
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
健康戦隊ミウレンジャー

集

地域の支え合い
東岡区の活動をご紹介します

平成三十一年に住
民有志と地域を調査
し、地域の強みや課
題をとりまとめた地域診
断書を作成した東岡区
その後の活動をご報告い
たします。

地域診断書の中で、「区
民会館がないことから気
軽に利用できる居場所が
ない」ことを課題の一つに
あげていましたが、令和三
年十一月、新たに「東岡区
民会館」が完成しました。
写真①は内覧会の様子で
す。

蔵を改装した二階建て
の建物で、一階はおしゃれ
なカフェのような内装に
なっていますが、二階には
広くて実用的な会議室が



※これまでに作成した「地域診断書」は、本会HPからご覧いただけます。

あります。今後この会館を
活用し、さまざまな区の行
事や活動が広げられてい
くとのことでした。

中でも、令和二年六月に
新たに結成された老人会
「東岡GアンドB」は、お
茶会や年に一度のフレイ
ルチェック(写真②)を実
施してきましたが、今後は
さらに、会館を活用し、体
操教室等も開催していく
そうです。この老人会に
は、区民であれば誰でも加
入することができます。

この老人会から派生し
て、区民を対象とした「東
岡区GアンドBおたすけ
隊」という有償のボランテ
ィア団体の活動が令和三
年四月から本格的に始ま

りました。おたすけ隊は、
助け合い、支え合いの精神
に則り、区民誰もが元気で
安心して暮らすことができ
るよう、住民同士の支え
合いによる生活支援サー
ビスをおこなうことを目
的としています。日常のゴ
ミ出しや電球の交換、ボタ
ン付けなどの裁縫、話しや
囲碁将棋の相手といった
お手伝いを、十分あたり百
円でおこないます。今まで
に、ちよつとしたスペース
の草刈りや、部屋の片づけ
などの依頼を受けたこと
です。

本会では、このような活
動が、市内のさまざまな地
域において活性化するよ
うに、お手伝いをしており
ます。「地域の課題を解決
できるよう住民有志で考
えていきたい」「地域の助
け合い活動を始めたい」な
どのご相談がありましたら、
生活支援コーディネー
ター(齋田)までご相談く
ださい。

防災ボランティア交流会を開催しました

市防災課と共催で、十一月二十日に市民
交流センターニナイテにおいて開催しまし
た。防災課の災害ボランティア、三浦市ボ
ランティアセンターの登録者を中心に、十
四名が集まりました。

参加者間で防災への思いを話し、今取り
組む活動に関する情報交換をおこないまし
た。また、上宮田六区自治会の防災や、そ
なえるネットワークみうらの取り組み報告
も実施しました。防災について思いを持つ
皆さんと交流する貴重な機会となりました。
今後も開催していきます。

スマホ体験会を開催しています!



「スマートフォンは
難しそう：」「使ったこ
とがないから、心配」と
いった高齢者の声が多
く聞かれたことから、市
内の老人会やサロンに
おける、出張型のスマホ

体験会を始めました。スマフォオンを片
手に、ドコモショップ三浦店(株)エムエ
ム)のスタッフから使い方を教えてもらい、
インターネット検索を試してみるなど、楽
しく体験することができます。体験会を希
望する老人会やグループの方は、左記☎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

- ▽立正佼成会三浦支
部様▽天理教横須賀
支部三浦地区代表鈴
木寧夫様▽故西崎喜
美子様▽高橋世風様
▽匿名希望
ありがとうございます!

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

17万9060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

線香と日本の銘木仏壇

篠田仏具店



〒238-0235 城山町 2-3
TEL・FAX 881-4714
shinodabutuguten.com



三浦市初声町在住
後藤 洋介さん(四十四歳)

平成二十三年から、三浦創生舎で手先を使った創作作業等に取り組んできました。同施設が餃子の専門店「餃子いちばん」を開店する際、「餃子を作りたい！」と希望し、それから一年が経ちました。当初は、ハサミで切っていたニラは、今では包丁で刻むことができるようになりました。餃子も、機械ではなく手で包むことができるようになりました。「毎日の積み重ねで、いつの間にかできることが増えています、期待のエイズですよ！」とのスタッフの言葉に、照れ笑う後藤さん。

「お客様に『美味しかったよ』と喜ばれることが励みになっています。将来の夢は、店長さんになりたい！自分のお店も持てたら…」と意欲を語ってくださいました。これから応援しています。(山中)



三浦ふれあいサロン
城ヶ島サロン

開館時間：第2～4水曜日
10:00～11:30

お問い合わせは…
〒238-0102
三浦市南下浦町第名 1258-3
☎ 876-7557 (おまかせ)

城ヶ島のサロンは、地域包括支援センター「おまかせ」が市の委託を受けて実施している「三浦ふれあいサロン」の一つです。第二、四水曜日、十時～十一時半に、城ヶ島区民センターで開催しています。

毎回十数名の方が参加して、ストレッチ体操、認知症予防運動プログラムの「コグニサイズ」、口腔体操などをおこなっています。地元のボランティアも積極的に運営に参画し、一緒にサロンを盛り上げてくださっています。

参加している方から「サロンで覚えた体操を、バスや病院の待ち時間でやることもあります。体調の維持に役立っていますよ。」と教えていただきました。

また、休憩時間の会話も、皆様の楽しみとなりました。ふとしたことで大きな笑い声に包まれる、温かな交流の場となっています。

市内の地域包括支援センターがおこなう「三浦ふれあいサロン」や、三浦市社協が各地区や住民有志のご希望を受けてお手伝いする「未病サロン」の日程については、本誌最終ページの「福祉カレンダー」をご参照ください。(植村)

三浦市社協ってどんなところ？

事業紹介「とんとん！デイサービスセンター」



三浦市初声町下宮田 601-6 ☎854-5820

「とんとん！デイサービス」は、三崎口駅から徒歩三分の場所にある「リハビリ特化型」のデイサービスです。午前と午後の部に分かれて三時間ずつ、理学療法士等の専門職が「床上動作」「運動療法」「温熱療法」「作業療法」を組み合わせてリハビリをおこないます。期間を設定して病院退院後や介護状態の改善をめざす、目標志向型のサービスを提供しています。単にリハビリをおこなうことが目的ではなく「近所のスーパーまで買い物に行けなくなった」などの具体的な生活上の困りごとを解消できるように、リハビリと生活を関連づけた支援を提供していることが大きな特徴です。

また、三浦市社協では、未病サロンなどの立ち上げ、運営支援をおこなっています。「とんとん！」を卒業しても、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、法人として地域づくりにも取り組んでいます。

「とんとん！」は、開所から四年が経ちます。ご利用者様からは、「リハビリはもちろん、休憩中の会話や情報交換もできるので、日々の楽しみになっています。」とお声をいただきました。見学・お問い合わせ等、随時受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。(下里)

狩倉弁護士のワンポイント法律相談

法律相談は1月28日・2月25日。予約制 ☎888-7347



Q:十五年住んだアパートを退去しました。大家さんから連絡がきてクロスの張り替え費用十万円を負担してほしいと言われました。クロスを傷つけたたりせず綺麗に使っていたと思うのですが、この費用は私が負担すべきものでしょうか。賃貸借契約書を確認しましたが、費用についての記載はありませんでした。

A:賃貸借契約終了に基づく原状回復にあたり、通常損耗(賃借人が社会通念上通常の使用をした場合に生ずる賃借物の劣化又は価値の減少)については、原則として、賃借人は原状回復の義務を負いませんので、落書き等の故意による物の毀損や通常の清掃を怠ったため物の汚損部分が拡大した場合など、賃借人の故意・過失が認められるような場合でない限りは、原則として賃借人は原状回復義務を負いません。賃借人が通常損耗について原状回復義務を負うのは、補修費用を負担することになる通常損耗の範囲が賃貸借契約書に具体的に明記されているなど、その旨の特約が明確に合意されていることが必要であると考えられています(最判平成十七年十二月十六日)。ただし、当事者間で、通常損耗についての特約が結ばれていたとしても、補修費用が賃料と比べてあまりにも高額である等、その内容が、賃借人に不当な不利益を負わせるものであると認められる場合には、特約は無効となります(消費者契約法十条)。ご相談者のケースでも、賃借物の通常損耗といえる部分については、原則として原状回復義務を負いません。この点、クロス等の張り替え費用につきましては、テレビ、冷蔵庫等の後部壁面の黒ずみや日照などの自然現象による変色等は、通常損耗にあたるかと判断されますが、タバコによる変色、臭い移り等は通常損耗にあたらないと判断される場合がありますので、まずは、大家さんに対し、クロス等の張り替えが必要ない理由を確認するのがよいと考えます。なお、令和二年四月一日施行の改正民法では、上記の裁判所の考えを明文化し、「賃借人は、賃借物を受け取った後にこれに生じた損傷(通常の使用及び収益によって生じた賃借物の損耗並びに賃借物の経年劣化を除く。)がある場合において、賃貸借が終了したときは、その損傷を原状に復する義務を負う。」と明記されました(民法六二二条)。(担当弁護士 木村悠)

福祉カレンダー

- 2022年1月
 14日 表彰式典
 28日 無料法律相談
 2022年2月
 25日 無料法律相談

未病サロン情報

その他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。

- 2022年1月
 11日 シーアイ・小網代会館
 11・18日 飯森中区
 13日 海外会館・宮川会館
 18日 暖館
 26日 ポラセン三崎
 28日 市民交流センター
 毎週金曜日 老人福祉保健センター

- 2022年2月
 1日 シーアイ
 1・15日 飯森中区
 2・23日 ポラセン三崎
 3日 日の出会館
 8日 小網代会館
 10日 海外会館・宮川会館
 15日 暖館
 25日 市民交流センター
 毎週金曜日 老人福祉保健センター

みうらふれあいサロン情報

- 2022年1月
 10・24日 初声市民センター
 11・25日 上宮田県営団地
 南下浦市民センター
 城ヶ島区民センター
 12・19・26日 勤労市民センター
 13・20・27日 岬陽小
 21・28日 岬陽小

- 2022年2月
 4・18・25日 岬陽小
 8・22日 上宮田県営団地
 南下浦市民センター
 9・16日 城ヶ島区民センター
 10・17・24日 勤労市民センター
 14・28日 初声市民センター

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

事務局において、在宅勤務を実施して
 おります。御用の方は、お越しになる前
 にお電話にてご予約ください。

生活福祉資金（新型コロナウイルス関
 連の貸付）に関するご相談も、まずはお
 電話くださいますようお願いいたしま
 す。同相談スペースの確保と感染防止の
 ため、三浦市社会福祉協議会安心館会議
 室等の貸し出しを休止しております。

本件に関するお問い合わせは…
 ☎888-7347 までお願いいたします。

赤い羽根共同募金のご寄付ありがとうございました

Report



左から、初声小学校児童会の青木副会長、
 畑岡会長、大井会計と一緒に

写真は、初声小学校児童会三役の皆
 様からご寄付いただいたときの様子で
 す。「多くの生徒が参加してくれて、私
 たちとしても嬉しかったです。」「集ま
 った募金は、地域の高齢者や、身体
 の不自由な方々のために使ってほしい
 です。」といったコメントをいただき
 ました。ご協力ありがとうございました。

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「筋肉のけいれん②」

今回は脚がつかれることを予防する方
 法と、つったときの対処法をご紹介します。

予防の方法として、十分な筋肉の
 ストレッチにより、感覚や柔軟性を確保
 しておくことが挙げられます。ストレ
 ッチの代表的な方法をあげます。①脚
 の後ろ側②ふくらはぎ③太ももと、つ
 りやすい部位の筋肉を二十〜三十秒
 かけてしっかりと伸ばすことを数回繰
 り返します。（写真と解説参照）この
 ときは、筋肉が伸びていることを感じ
 る程度に伸ばすようにしてください。
 就寝中につりやすい人は、寝る前にお
 こなうと効果的です。

筋肉がつってしまったときは、急に
 ストレッチをおこなうのではなく、ま
 ずリラクゼーションした姿勢をとれる状
 態にします。次に、つっている筋肉周囲
 をもみほぐすようにします。その後、
 ゆっくり患部を伸ばします。
 どんどん！デイサービスおよび未
 病センターでは健康相談を受け付け
 ております。この記事に関するお問い
 合わせは：☎八五四一五八二〇「どん
 どん！」までお願いいたします。



②ふくらはぎ…足の裏に引っかけたタオル
 を引っ張ることで伸ばします。



①脚の後ろ側…いすなどに腰掛けて、手
 でつま先を掴んで手前に引きます。この
 とき、膝をしっかり伸ばしましょう。



③太もも…太ももの前側を
 伸ばします。寝た状態で、
 かかとを尻に近付けるよう
 に曲げます。このとき、腰
 が反らないよう、背中と腰
 は床から浮かないようにし
 ましょう。

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

スタッフ、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

年金のお受け取りは「かなしん」で！

うれしい特典があります

- ◎お得な定期預金「ねんきん定期500」
- ◎お得な定期積金「ひまわり倶楽部」
- ◎お誕生日プレゼントがもらえる！



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