この広報紙は、みなさまから寄せられた共同募金や企業広告料などで作成しています。
また、各自治会へは市内のシニアグループにご協力いただきお届けしております。

もりやま MORIYAMA SHAKYO-DAYORI

# 社協だより

社協シンボルマーク

No.72
平成24年3月発行

## かけがえのない時間

川本 祐介

「居心地がいい」

自分がそう感じるのは、家のほかにボランティアに参加しているときです。どこが居心地がいいのか自分でもはっきりとわからない、それが自分にとってかけがえのない〝時間〟になっているのだと思います。

自分にとってボランティアとは何か、自分と並行しているもので〝生きがい〟に近いものと今の自分は考えます。

ボランティアを始めたのは中学三年の夏でした。きっかけは部活を引退し、することはなくなった、というものでした。

そんな軽い気持ちで始めたボランティアが今の自分を創る大きな出会いになりました。世間で「障害がある」と言われる子たちと関わることに不安がたくさんありましたが、関わってみると不安は一掃され、一緒に一日を楽しむことに忙しかったです。

地元である守山と大学近くのボランティアに参加していますが、それぞれに特徴があります。ボランティアの士気や行政の協力などに違いがあるものの、ボランティアに手本はなく、活動に対する思いが何よりも大切だと考えます。

私はボランティアを「奉仕活動」だと思っていません。そこで過ごす時間を通して代えがたい〝何か〟を得る機会だと考えます。

## 目次

2 3 平成23年度 赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金実績報告
4 5 福祉の風 ～活動の報告～、日赤チャンネル
6 地域支え合いづくり促進事業／介護者希望会ご案内／「ささなみ会」作品展開催／「ボランティア保険」の更新・新規加入について
7 ファミサポ通信／自治会子育てサロン紹介／善意銀行だより
8 介護インフォメーション／チャレンジクイズ／編集・発行



前号のご意見・ご感想

情報いっぱいの社協だよりを読ませて頂くと、心が温かくやさしい気持ちになります。（木浜町Tさん）

『ふくし川柳』募集！　みなさんの身近な福祉を川柳にしてください。投稿をお待ちしております。ご投稿は、本誌8頁のチャレンジクイズの応募と一緒にお願いします。

平成23年度

# 赤い羽根共同募金
# 歳末たすけあい募金

## 滋賀県共同募金会守山市共同募金委員会

昨年末まで実施しました「赤い羽根共同募金」および「歳末たすけあい募金」に、みなさまの温かいご理解とご協力を賜り誠にありがとうございました。平成23年度の実績がまとまりましたので、ご報告いたします。

心温まる善意をお寄せいただいたみなさま、また自治会長、民生委員児童委員、福祉協力員、赤十字奉仕団をはじめ募金啓発活動にご協力をいただきましたみなさま、ありがとうございました。

| 一般募金実績 | 10,588,940円 |
|---|---|
| 戸別募金 | 9,491,322円 |
| 街頭募金 | 74,827円 |
| 法人募金 | 265,354円 |
| 学校募金 | 147,136円 |
| 職域募金 | 333,235円 |
| イベント募金 | 157,075円 |
| 個人募金 | 24,400円 |
| その他(募金箱等) | 95,591円 |

| 歳末たすけあい募金実績 | 3,809,209円 |
|---|---|
| 戸別募金 | 3,255,827円 |
| 街頭募金 | 170,691円 |
| 法人募金 | 39,974円 |
| 学校募金 | 77,121円 |
| 職域募金 | 128,750円 |
| イベント募金 | 12,643円 |
| 個人募金 | 16,105円 |
| その他(募金箱等) | 108,098円 |

なお、平成23年度の一般募金については滋賀県共同募金会より平成24年度に地域配分として守山市共同募金委員会に配分を受け、計画に基づき地域の福祉事業に助成を行います。

## 赤い羽根共同募金 歳末たすけあい募金

ご協力いただき、誠にありがとうございました。

（順不同・敬称略）

### 戸別募金

**市内全70自治会**

自治会長様をはじめ、市民のみなさまのご協力をいただきました。

### 学校募金

守山保育園
若鮎保育園
古高保育園
吉身保育園
浮気保育園
守山幼稚園
物部幼稚園
速野幼稚園
河西幼稚園
吉身幼稚園
玉津こども園
河西小学校
吉身小学校
物部小学校
小津小学校
速野小学校
立入が丘小学校
玉津小学校
明富中学校
守山中学校
守山北高等学校

### 街頭募金

守山市ボランティア連絡協議会
守山市民生委員児童委員協議会
守山市施設連絡協議会
守山市赤十字奉仕団
吉身学区福祉協力員
河西学区福祉協力員
速野学区福祉協力員
中洲学区福祉協力員
守山市仏教会

### 街頭募金運動にご協力いただいた店舗

平和堂守山店
西友守山店
丸善スーパー守山店
ピエリ守山店
スター守山水保店
セブンイレブン近江大橋東口店
フレンドマート守山水保店
ららぽーと守山店
ドラッグユタカ守山店
本のがんこ堂守山店

〈街頭募金運動の様子〉

〈明富中学校生徒会のみなさまより〉

戸別募金…自治会の協力を得て各世帯に募金をお願いするものです。守山市では募金全体の約９割を占めています。戸別募金は共同募金を支える大きな柱です。

街頭募金…守山駅周辺などで通行人の方へ運動のPRと募金にご協力いただくものです。

学校募金…市内の保幼小中高のみなさんに募金を呼びかけて協力いただいているものです。生徒会や福祉委員、JRC（青少年赤十字）等の生徒や児童のみなさんが中心となって呼びかけていただいています。

**前号のご意見・ご感想**

昨年守山に嫁にきてから、少しずつ環境に慣れ、周りの方々のあたたかさに感謝しています。この町がどんどん好きになってきました。これからも「もりやま社協だより」を毎号楽しみにしています。（勝部町Kさん）

**自治会・学区での高齢者サロン（すこやかサロン）に回想法ボランティアを派遣しております。**
詳しくは**社会福祉協議会　電話・有線（583-2923）**にお問い合わせください。

## 法人募金　職域募金

有料老人ホーム　ケアフル楠の葉
デイサービスあかり家
内科胃腸科井上クリニック
峯森内科医院
新庄コスモス
魚和
㈲アイリスケアサービスセンター　こころ居宅介護支援事業所
守山市健康推進員連絡協議会
守山市民生委員児童委員協議会
拡大図書グループ
守山市身体障害者連合会
守山市ボランティア連絡協議会
守山市手をつなぐ育成会
お話相手ボランティア「やすらぎ」
守山市地域里親会
ライフカウンセラー友乃会
あいリーガルいしべ事務所
旭オイル㈱守山給油所
㈱ヤマダ
平和堂守山店
フレンドマート河西店
平和堂アル・プラザ守山
フレンドマート守山水保店
碧水会守山こころのクリニック
金崎産業㈱
㈱モリヤマスポーツ
大崎設備工業㈱
守山タクシー㈱
守山環整㈱
大橋医院
佐竹医院
㈱川嶋機械
三和精機㈱滋賀製作所
守山市有線放送農業協同組合
守山包装㈱
田中生コン㈱
㈲金森製作所
㈱三社電機製作所滋賀工場
神港精機㈱滋賀守山工場
㈲双栄自動車工業所
㈱酒井工業所
山中紙器㈱
川北塗料㈱守山営業所
㈶守山野洲市民交流プラザ
トーヨーケム㈱
橋本不動産㈱
高橋歯科医院
㈱清原
ＪＮＣファイバーズ㈱守山工場
中西建設㈱
旭化成㈱
森田水道㈱
㈱田中水道
吉身学区ＰＴＡ
守山市母子福祉のぞみ会
㈳守山野洲医師会
守山市遺族会
ＮＰＯ法人ｓｔａｎｄ．コミュニティひろばもみの木
物部小学校ＰＴＡ
守山市職員互助会
㈱守山輸出玩具製作所
小林金属㈱守山工場
日本コカ・コーラ㈱
桜宮化学㈱守山工場
㈱琵琶湖プラザ
㈲エム・イー・システム技研
びわこみみの里
特別養護老人ホームゆいの里
㈲ゆうすげ介護
滋賀中央信用金庫
㈱ラポール
おうみ冨士農業協同組合
㈱北川建設
ガールスカウト日本連盟滋賀県第15団

法人募金…市内の法人や企業に募金をお願いするものです。
職域募金…市内の事業所などを通じて募金をお願いするもので、従業員さんに募金箱をまわし、呼びかけていただいた事業所もありました。

## イベント募金

守山市赤十字奉仕団一日研修会
守山学区ふれあいフェスタ
吉身学区福祉の心を育てるつどい
玉津学区民のつどい
河西学区民のつどい
速野学区民のつどい
守山市更生保護女性会記念式典
守山市社会福祉大会
中洲ふれあいの灯実行委員会
第４回夢農園収穫祭

〈河西学区民のつどい〉

〈守山市社会福祉大会〉

イベント募金…イベント時に募金グッズの販売や募金箱を設置していただいています。

## 募金箱

守山市役所
７学区地区会館
おうみんち
喫茶ふうせん
すこやかセンター
守山市市民サービスセンター
滋賀銀行守山支店
滋賀銀行木浜支店
滋賀銀行守山東出張所
滋賀銀行守山北支店
滋賀銀行播磨田支店
守山市たばこ小売人連盟会
ハートイン守山店
守山商工会議所
守山野洲市民交流プラザ
守山駅前総合案内所
もりやまいち嬉羽屋
京都信用金庫守山支店
アヤハディオ守山店
丸善スーパー守山店
守山市民ホール
㈱明富の郷しがそせい苑

## 個人募金

窓口へ募金をお持ちいただいたみなさま



**前号のご意見・ご感想**
これからもボランティアグループの紹介や簡単にできて長続き出来る運動を紹介してください。（金森町Iさん）

# ～活動報告～

## 玉津学区地域福祉活動計画 ～絆（きずな）でつどう玉津の「わ」～

玉津学区地域福祉推進員　和田正治

玉津学区社協では、昨年、学区の福祉の現状や地域の困りごとなどの把握のため、学区社協の役員や自治会、各種団体長等が参加して「福祉を語るつどい」を開催しました。その結果を基に平成24年度から4年間の「玉津学区地域福祉活動計画」を策定いたしました。

【絆（きずな）でつどう玉津の「わ」】をテーマとし、玉津学区の特色を活かしながら改めるべきところを改善し、とくに新たな組織づくりを進めることになりました。昨今では、住民同士のつながりが希薄化していますが、大震災以降、地域の絆がより一層大切に感じられます。学区のみなさま方のご理解とご協力をいただきながら誰もが安心して暮らせ、信頼し合える福祉のまちづくりを目指し、この計画の実践に取り組んでいきます。

玉津学区地域福祉活動計画策定委員会の様子

「福祉を語るつどい」の様子

## 12/17～1/21 お話し相手ボランティア養成講座 終了

講師の扇田先生

「お話し相手ボランティア養成講座」では、講師に介護支援専門員（ケアタウンからさき）兼龍谷大学社会学部非常勤講師の扇田宗親（おおぎたむねちか）先生による講義と演習を実施しました。受講生40名は、ボランティア活動を実践するために必要な知識や技術、そしてお話し相手ボランティアの本質や奥深さを学びました。今後は、現在活動中の方と同じく、市内の高齢者宅や福祉施設へ訪問し活動を実施されます。

## 1/11・18 シニア応援事業交流会「餅つき大会」開催

市内の障害者福祉施設で、シニア団体が餅つき大会を開催しました。昨年12月に1箇所、今年1月に2箇所で実施し、シニアの参加者からは「訪問してみて初めて福祉施設を利用されている方々のことが理解できた。餅つきを楽しみながら福祉施設と繋がることを続けられたら」との感想をいただきました。

ワークショップぷくぷく（立田町にて）

びわこみみの里（水保町にて）

**前号のご意見・ご感想**

地域の子育てサロンに参加しています。お母さん達とお話を少しするだけで、すごくリフレッシュできます。子どもも、他のお子さんを見て機嫌良くしているので楽しいです。（勝部五丁目Tさん）

ペットボトルのキャップ回収にご協力下さい！

回収箱は、すこやかセンター2階（社会福祉協議会内）に設置しております。

# 福祉の風

## 1/17 福祉教育

中洲小学校6年生では、総合学習の一環として、授業や高齢者疑似体験を通して、児童の福祉理解の促進に努めています。その取り組みについてご紹介します。

1月17日に「福祉、高齢者福祉」をテーマとして総合学習を開催しました。高齢者疑似体験を実施し、日常の中で高齢者が感じておられる思いを少し体感することができました。また、中洲学区の地域の福祉課題についても学習することができました。

ページをめくったり、小さな文字を読むことは大変でした

コップに水を注ぐ時、こぼれそうになりました

高さのある階段では、ひざが動きづらく、支援役に助けてもらえると「ありがとう」の気持ちを感じました

## 2/21 第2回　学区社協連絡会議を開催しました。

学区社会福祉協議会（学区社協）連絡会議は、市内７学区社協関係者（学区長、学区民生委員児童委員協議会会長、地域福祉推進員、地区会館長）および市社協会長による会議で、市社協からの連絡・提案や、学区間の情報交換を目的に開催しています。２月21日、市コミュニティー防災センターにおいて今年度第２回目の会議を開催しました。今回の内容は、玉津学区地域福祉活動計画策定の取り組み発表、福祉協力員制度の成果と課題、また、市社協の次年度の事業等について説明を行い、意見交換を行いました。今後も市社協と学区社協の双方向性を大切にし、いただいたご意見を市社協の事業に反映してまいりたいと考えております。

## 日赤チャンネル『赤十字県民大学』平成24年度 受講生募集のご案内

日本赤十字社滋賀県支部では、地域や法人のみなさまからお寄せいただく事業資金（日赤社資）を財源に、赤十字病院の医師を講師として「赤十字県民大学」を毎年開講しています。一人でも多くの県民の皆様が受講され、病気の予防や健康の増進に役立てていただければと思います。

○**対　象**…18歳以上
○**定　員**…約200名
○**受講料**…無料
○**期　間**…平成24年4月21日～平成25年3月16日（右記参照）
　受付 9:10 ～9:40　講演 9:45 ～11:30
○**場　所**…ピアザ淡海　県民交流センター大会議室（大津市におの浜）
○**修了証**…所定の講座回数を受講された方にお渡しします。

《申し込み》
●**申込期間**…平成24年３月１日～３月23日
●**申込方法**…**往復ハガキ**に郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をご記入の上、下記に郵送してください。

〒520－8511　大津市長等一丁目1－35
大津赤十字病院　医療社会事業部

※ 応募者多数の場合は抽選となります。

**お問合わせ：日本赤十字社滋賀県支部（077）522－6758**
※ 守山市社会福祉協議会にもパンフレットを設置しております。

| 開講日 | テーマ |
|---|---|
| ４月21日(土) | 【開講式】「大津赤十字病院の過去・現在・未来」 |
| | 心臓病の予防のために |
| ５月19日(土) | 見逃しやすい手指の外傷とよくある手指の痛みについて |
| ６月16日(土) | 肝臓がんと膵臓がん |
| ７月21日(土) | 血液がんとつきあう |
| ８月18日(土) | がん診療には不可欠な“放射線”について |
| ９月22日(土) | 緩和ケアを学ぼう |
| 10月20日(土) | パーキンソン病について |
| 11月17日(土) | QOL（生活の質）を考慮した肺がん診療の最近の動向 |
| 12月15日(土) | いつまでも丈夫な足・腰で長生きするために～ロコモティブシンドロームの予防と治療について～ |
| １月19日(土) | 高齢者の目の病気とその治療法 |
| ２月９日(土) | 胃腸の健康を守るために～感染症予防からがん検診まで～ |
| ３月16日(土) | メタボリックシンドロームと言われないために～今年こそやせよう～ |
| | 【閉講式】 |



前号のご意見・ご感想　黄色いハンカチを振っている人を見かけたら援助したく思います。（洲本町Mさん）

**個人ボランティア登録募集**　地域の皆さん、個人の特技を活かして自治会のサロン等の地域福祉活動に活かしませんか？　問合せ　守山市ボランティアセンター事務局　電話･有線（583-2923）まで

# 地域支え合いづくり促進事業補助金で災害時要援護者支援ネットワークシステムを整備

市社会福祉協議会では、地域支え合いづくり促進事業補助金を受け、災害時要援護者支援ネットワークシステム（仮称）を導入します。

近年、地震や台風等による災害が全国各地で起きています。こうした災害時において、社会福祉協議会は、災害対策本部等の要請により災害ボランティアセンターを設置し、ボランティアの受け入れや調整を行うことが求められています。行政関係機関や民生委員児童委員、福祉活動者と連携を密にし、とりわけ、いち早く災害弱者等の状況を把握し、効果的な支援体制がとれるよう、システムおよび機器を整備するものです。

しかし、災害時の支援体制は、一朝一夕にできるものではありません。継続的な見守りや支援活動など、日常の地域での支え合いが重要です。市社協では今後とも、住民のみなさまの参加を得ながら地域福祉活動に取り組んで参りますので、ご協力をお願いします。

## 在宅などで介護されている方へ

# 介護者希望会（のぞみかい）ご案内

**《年会費1,200円/途中加入は月割り》**

希望会では、日頃の介護疲れを少しでも癒せるよう、また心身をリフレッシュすることを目的に、毎月行事を実施しています。あなたも一度参加してみませんか。

**次回は…**
3/17（土）13:30～　茶話会と1年間の振り返り
すこやかセンターにて

**お問い合せは…**
電話･有線 **583-2923**　守山市社協まで

**平成24年度の行事計画を立てました！**
・あくまで計画ですので、都合により変更の可能性があります。
・時間や会場など詳細について、会員さんには随時お知らせしています。

| | |
|---|---|
| 4月23日（月） | 総会、介護保険のお話 |
| 5月19日（土） | 介護食講座（とろみ食） |
| 6月25日（月） | サロン（茶話会） |
| 7月21日（土） | 排泄講座 |
| 8月27日（月） | バス研修 |
| 9月15日（土） | サロン（茶話会） |
| 10月22日（月） | 料理教室 |
| 11月17日（土） | 臨床美術体験 |
| 12月 | 守山市介護者のつどいに参加協力 |
| 1月19日（土） | サロン（茶話会） |
| 2月25日（月） | 百歳体操 |
| 3月16日（土） | 1年間の振り返り |

# 「ボランティア保険」の更新・新規加入について

平成24年度のボランティア保険加入の受付を開始しました。万が一に備えて、加入をご検討ください。

**◆ボランティア活動保険**
ボランティア活動中の事故によるケガや損害賠償責任を補償する保険です。

**◆ボランティア行事保険**
さまざまな行事における参加者のケガや主催者の賠償責任を補償する保険です。

**◆お問合せ**
**守山市ボランティアセンター**（社会福祉協議会内）
TEL：583-2923　FAX：582-1615

## 速野学区　ネオ・ベラヴィータ守山自治会
# ★「さざなみ会」作品展開催★

50歳以上の自治会員で構成される、「さざなみ会」が、1月21日から29日まで作品展を開催されました。

会場である第1集会所には、さざなみ会の活動風景写真をはじめ、お花の寄せ植え、絵画、書道、能面、絵手紙、手芸作品など、会員の方々の思いがこめられた素敵な作品が並び、華やかな展示会となりました。

今回の作品展は初めての取り組みであり、会員同士の交流を深めながら、これからも継続して実施される予定です。

**前号のご意見･ご感想**　奉仕団の方々が皇居勤労奉仕されたことを知り、毎年実行されていることに感心しています。ご苦労さまでした。（守山三丁目Mさん）

広告募集！ 発行日 奇数月の第２木曜日 発行部数 28,500部 ※守山市内の各戸（自治会を通じて配布）と市内企業・福祉施設等
広告寸法・料金 基本枠（縦60㎜×横 56㎜） 10,000円 大 枠（縦60㎜×横117㎜） 20,000円

# ファミサポ通信

## 会員さんの声を紹介します

### 「人の力を借りるのも悪くないな」

**おねがい会員 水保町Yさん**

私には６歳の娘と今年３歳と２歳になる息子の、３人子どもがいます。５月頃からファミサポを利用しています。幼稚園の行事の時に下の子２人を預けたり、真ん中の子があゆっ子教室に通っているためその時に下の子を預けたりしています。私は、実家が遠くて両親を頼ることがあまりできません。今までは用事があるときはなるべく主人に休みをとってもらっていました。主人だけが頼りでしたがそんな主人も病気になり入院生活をすることになりました。そんな時あゆっ子教室の先生にファミサポを教えてもらいました。初めは、保育所でもない所に子どもを預けるなんて・・と正直不安もありました。でもきちんと面談もしてくれてサポートも良いので安心できました。今では子どもたちもすっかり、まかせて会員さんになついています。預ける理由は人それぞれ違うと思いますが、私は幼稚園の行事の時はすごく助かっています。下の子を連れて行くとどうしても下の子の世話に追われてしまい、お姉ちゃんに寂しい思いをさせてしまうので、預けることにより私もゆったりとした気持ちで参観できるので本当によかったと思いました。いざという時に子どもを預かってもらえる場所があるんだと安心できます。ファミサポさんとの良い出会いに感謝しています。

**おねがい会員 吉身Sさん**

２月に2人目を出産し、上の子の幼稚園の送り迎えができなかったので依頼をしました。「毎日の連絡に何かと手間がかかるかな。」と思っていましたが、サポーターさん、センター共にメールだったので負担がありませんでした。上の子はまだ３歳でサポーターさんと幼稚園に行けるかな？と気になりましたが、子どもと丁寧に接してくださったので毎日安心して通っていたようです。私自身ももっと人の助けを借りて育児をしようと思うきっかけになりました。

**子育てのお手伝い応援できる方（まかせて会員）募集中　お問い合わせは　☎ 582-2220**

## 自治会 子育てサロン紹介

### ふたまち親子 ほっとステーション

二町自治会館

二町自治会では、地域のおっちゃんおばちゃん達の協力のもと子どもと楽しくサロンを開催しています。この日は大寒の中、昔とった杵柄おっちゃんの独楽まわしにママや子どもも挑戦し、大きな紙にお絵かき、かけっこ…家では味わえないひとときはあっという間で、記念撮影となりました。

### いしだばあばくらぶ

石田自治会館
毎月第３火曜日

おはよう!! おかあさんと手をつないだお子さん、抱っこされた赤ちゃんが石田自治会館に集まってきます。「住みやすさ日本一のまちをともに築きま賞」第１号をいただいた自治会サロン、いしだばあばくらぶの様子です。ばあばファームで育てたいちご、サツマイモ等の手づくりおやつをいただき、楽しく交流しながら地域の子は地域で育てる活動をしています。

## ご協力ありがとうございます 善意銀行だより

平成23年12月28日より平成24年2月28日まで（順不同・敬称略）

**金員預託**

杉原 隆司……6,353円
守山カニ市実行委員会……30,000円
野洲組仏婦連盟……50,000円
伊勢町 山本 久子……10,000円
守山市身体障害者連合会……6,020円
正法寺寒修行団……10,000円
本像寺寒修行団……50,700円
滋賀日産自動車株式会社 守山洲本店……6,530円
滋賀日産自動車株式会社 守山店……22,885円
渡辺 忠雄……3,000円
速野会館善意の箱……14,169円
電興会……77,289円
匿名……5,000円
匿名……3,600円
匿名……1,038円

**物品預託**

あじさい園……軍手840双
井入 益美……米60kg
速野仏教会……米15kg
正法寺寒修行団……米8kg
河西学区社会福祉協議会ボランティア部……お弁当42個、マドレーヌ102個
石田営農組合……小松菜6kg、水菜6kg、ちんげん菜16kg
山本 宗明……お菓子1,004個
速野自主教室木目込人形……木目込人形
匿名……チャイルドシート1台
匿名……米5kg
匿名……米30kg
匿名……ベビークーハン1台

**払い出し**

市内15福祉施設へ……タオル251枚、バスタオル5枚、ハンドタオル21枚、雑巾5枚、石鹸200個、洗濯洗剤314個、アクリルタワシ29個、手編み靴下カバー4足
守山学園へ……米120kg
各地区会館へ……軍手各60双
市内3福祉施設へ……お弁当42個、マドレーヌ102個
市内4福祉施設へ……小松菜6kg、水菜6kg、ちんげん菜16kg
市内8福祉施設へ……お菓子1,004個
生活困窮世帯18世帯へ……米140kg

歓・送迎会ご予約受付中!
お料理はご予算に合わせて承ります
お気軽にお問い合わせください
大広間 120名様までOK
マイクロバス 送迎有
ランチ・宴会・法事・仕出し
料亭 魚和
守山市守山1丁目14-11（JR守山駅より徒歩8分）/不定休
ご予約は☎077-582-2242



前号のご意見・ご感想　わが町にも自治会子育てサロンがあればと思います。（三宅町Nさん）

**チャレンジクイズ大募集！** みなさまからクイズやなぞなぞを募集しています。採用された方には素敵なプレゼントをご用意してますのでふるってご応募ください。

# 介護インフォメーション ～守山市社協介護事業部より～

## ■石田デイサービスセンター指定管理を受けました （平成24年4月～27年3月）

現在守山市社協が受けております石田デイサービスセンターの指定管理業務は今年度末で満了します。守山市にて公募され、応募した結果、平成24年度から3年間引き続き運営できることになりました。今後も、多様化するニーズに対応し、質の高いサービスの提供に努めてまいります。

## ■出前講座のご案内

守山市社会福祉協議会介護事業部では、地域のみなさんに介護事業の業務内容を知っていただき、少しでも地域のお役に立ちたいという思いから、地域の集まりやサロン等皆さまのもとに、専門スタッフを派遣したり、情報を紹介させていただきます。お気軽にお問い合わせください。

［内容等の一例］
- 認知症について
- 転倒予防について
- 床ずれの予防について
- 車イス移乗の仕方について
- インフルエンザ予防について
- 介護保険を利用するには

●スタッフ派遣：無料

●実施内容、時間等ご相談に応じます。

お問い合わせ先
（守山市立石田デイサービスセンター担当 平井：TEL 585-5955）

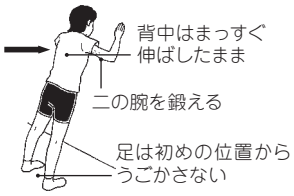
## ■介護予防体操

**［壁立てふせ］** 壁立てふせは、ひじを動かすときに使う二の腕の筋肉（上腕三頭筋）を鍛えるのに役立ちます。腕を曲げて10数えてからゆっくり元に戻しましょう。10～20回繰り返します。

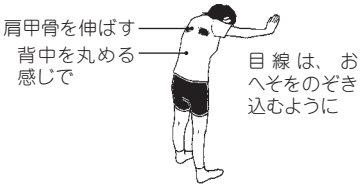
加齢とともに筋肉や腱の伸びが悪くなり、力も弱まります。また、バランス能力も落ちるので転倒・骨折の危険も増えてきます。筋力トレーニングを行うことで、持久力や柔軟さやバランス能力の向上が期待できます。

**1 壁に手をついて立つ**
手は肩幅より少し広めにつきます。

**2 ひじを曲げて上体を倒していく**
使っている二の腕の筋肉を意識しながら行います。




**3 腕をまっすぐに戻し、元の位置に戻る**
そのまま背中を丸めていくと、肩甲骨を伸ばす運動にもなります。さらに運動量を多くしたいときは、壁からもっと離れた位置に立ってから始めましょう。





**編集・発行**

社会福祉法人 **守山市社会福祉協議会**
事務局 〒524-0013 守山市下之郷三丁目2番5号
☎077-583-2923 FAX077-582-1615
✉…mori-s@usennet.ne.jp
fukushi@moriyama-shakyo.or.jp
ホームページ http://www.moriyama-shakyo.or.jp/
守山市社協 検索

**石田デイサービスセンター**
〒524-0014 守山市石田町422番地
FAX077-585-5969 （共通）
♥通所介護事業所（デイサービスセンター）
☎077-585-5955
♥認知症対応型通所介護事業所 ひだまり
☎077-585-2200

**スリーハート社協**
〒524-0037 守山市梅田町5番6号平和堂守山店2階
FAX077-514-0601 （共通）
♥居宅介護支援事業所（ケアプラン作成事業所）
☎077-514-0605
♥訪問介護事業所（ホームヘルプサービス）
☎077-514-0607
♥訪問看護事業所 ☎077-514-0608


# ●チャレンジクイズ●

## ☆ある・なしクイズ☆

**給食にあって 弁当にない**
**竹取物語にあって 源氏物語にない**
**トランクにあって リュックサックにない**
**こたつにあって ストーブにない**

立入町の白田さんからお寄せいただいた作品（一部改）です。
*ヒント：今年は5番目です。

正解者の中から抽選で3名様にプレゼントが当たります♪
はがきに答え、住所、氏名、年齢、電話番号、**感想やご意見**をお書きの上、〒524−0013 下之郷三丁目2番5号 **守山市社協チャレンジクイズ係**までご応募ください。
（4月5日〆切）

**※前月号の答えと当選者**
答 え★ 「ある方には県名が隠れている」でした。
（ギフ・シガ・コウチ）
当選者★ 播磨田町 鶴房 笑子様 勝部3丁目 鈴木 昭一様
三宅町 中井 清恵様

**前号のご意見・ご感想** 災害ボランティアコーディネーターさんの団体があることを知りました。災害だけは何時起こるか解らないので、日々の暮らしに絶対必要だなと思いました。（森川原町Tさん）