

くにさき

社協だより



平成28年度くにさき福祉のつどい並びに高齢者大学地方リーダー研修会

平成29年2月20日発行

No.45

社会福祉法人
国東市社会福祉協議会



～地域福祉活動を支援し、支援が必要な人とともに歩む団体～

社会福祉法人 国東市社会福祉協議会

国東市社会福祉協議会

検索



社協だよりには皆様よりお寄せいただいた赤い羽根共同募金の配分金が使われています

くにさき福祉のつどい並びに高齢者大学地方リーダー研修会

◆ 11月26日(土) 武蔵センターホールで、「くにさき福祉のつどい並びに高齢者大学地方リーダー研修会」を国東市社会福祉協議会と国東市老人クラブ連合会の主催で行いました。

◆ 今年度は合併10周年ということもあり、参加者を広く募集したほか、オープニングの演出や参加された方への記念品など、これまでとは違った大会となりました。

つながりの芽生えをテーマに

◆ 今年度も、住民同士のつながりが感じられる地域の実現に向けて、

- ① 協働の地域づくりの現状
- ② 地域ぐるみで高齢者を支えあうボランティア活動

◆ 今年度も、住民同士のつながりが感じられる地域の実現に向けて、

◆ これからの地域づくりを進めていく上で、実り多い研修となったのではないだろうか。



オープニング
会のオープニングでは、安岐中学校吹奏楽部の皆さんに、合併10周年記念大会を飾る素晴らしい演奏を披露していただきました。



研修
国見町竹田津地区、国東町上国崎地区より協働の地域づくりの現状を発表していただきました。また、臼杵市の老人クラブ清流会より地域ぐるみで高齢者を支えあうボランティア活動の先進的な取り組みをご紹介していただきました。



表彰行事
各分野の福祉事業にご尽力された個人・団体の皆さまに対し、表彰状・感謝状が贈られました。※受賞者は以下のとおり

まごわやさしい

食事から健康に

◆ 会の最後には、健康食の紹介として、「まごわやさしい」について管理栄養士が講話を行い、そのレシピをもとに作ったパンを健康食として配布し、合併10周年記念大会の幕を下ろしました。

※「まごわやさしい」とは健康な食生活に役立つ和の食材の最初の文字を覚えやすく言いあらわしたものです
(3ページで紹介)

国東市社会福祉協議会会長表彰

社会福祉事業関係功労者

- 【国東町】宮永ミヨシ
- 【武蔵町】古城靖子
- 【安岐町】吉武未友
- 平山亮子
- 塚原真理子
- 浅井純子
- 西和徳
- 加藤哲也

模範介護者

- 【国見町】小西勝代
- 【安岐町】溝部義隆
- 藤本良子
- 植田明

国東市社会福祉協議会会長感謝状

社会福祉事業奉仕者・団体

- 【国見町】中島澄江
- 【杵築市】吉美会
- 中田洋介
- 北川京子

社会福祉事業協力者

- 【国見町】堤 誠一
- 【国東町】小野宗範
- 【武蔵町】徳丸 将
- 藤原和敏
- 【大分市】清末和之
- (掲載辞退者一名)
- 藤原利雄
- 馬場典子
- 志丸信昭
- 元村寅彦
- 古城晋一
- 西田トシ子
- 糸永和人

国東市老人クラブ連合会会長表彰

優良老人クラブ

- 【国見町】向田老人クラブ
- 【国東町】原老人クラブ
- 【武蔵町】志和利老人クラブ
- 【安岐町】弁分上老人クラブ
- 富来老人クラブ
- 上油留木老人クラブ

老人クラブ功労者

- 【国見町】豊田宏治
- 【国東町】金丸淑子
- 【武蔵町】成原昭雄
- 【安岐町】笠置一彦
- 藤川利之
- 佐木隆
- 松原知弘
- 加藤哲也
- 安部秀寿

※敬称略順不同



(国東市食生活改善推進協議会武蔵支部健やか会)

国東市食生活改善推進協議会武蔵支部健やか会は、国東市ボランティア・市民活動センター(ボランティアセンター)の登録団体です。ボランティアセンターは、ボランティア活動をしたい人とボランティア活動に来てほしい人を繋げる働きを持ち、国東市社協内に設置しています。

厚生労働大臣表彰受賞

◆ 国東市食生活改善推進協議会武蔵支部健やか会では、昭和59年の発足以来30年以上にわたり、地域サロンでの栄養指導や小学校・中学校での料理教室、町内の一人暮らし高齢者を対象としたお弁当づくりなど、地域福祉に根差した食育活動を展開しています。今回の受賞にあたり、会の

代表である清末京子さんは、「これまでの活動が認められ、このような素晴らしい賞をいただいたことは、これからの活動の活力になります。今後この賞の名に恥じないような活動を続けていきたいと思っています。」と、今後の意気込みについて話されていました。

ま (大豆・豆腐・あずき・黒豆など)



大豆は、良質のタンパク質、ミネラルが豊富。栄養バランスが良く、生活習慣病予防に効果的。

ご (ごま・ピーナツ・くるみ・栗など)



ごまは、タンパク質・脂質・ミネラルがたっぷり。老化の原因となる活性酸素を防ぐ抗酸化栄養素も含む。

わ (わかめ・のり・昆布・もずくなど)



カルシウムなどのミネラルが豊富。海藻類は酢や油と組み合わせると栄養を効率よく摂取できる。

や (ほうれん草・トマト・セロリなど)



β-カロテンやビタミンCが豊富。皮膚や粘膜を健康に保ち、抵抗力を維持する。野菜は1日350g(1/3量は緑黄色野菜、2/3量は淡色野菜)が目安。

さ (青魚や鮭など)



あじは、DHAやEPA・タウリンが豊富で、血中のコレステロールを減らし、血液をサラサラにする働きと、疲労回復に効果あり。

し (しいたけ・しめじ・なめこなど)



しいたけは、カルシウムの吸収を助けるビタミンDが豊富で、カルシウムを骨に定着させるのに有効。きのこ類は、食物繊維やビタミン・ミネラルの宝庫で、たっぷり食べても低カロリーなので安心。

い (さつまいも・山芋・芋類など)



炭水化物・糖質やビタミンC・食物繊維が豊富。根菜類は腸内環境を整える。

豆知識

「まごわやさしい」って?

◆ 2ページでも紹介しましたが、「まごわやさしい」という言葉は健康な食生活に役立つ和の食材の最初の文字を言いあらわしたものです。しかし、その食材がどんな食材なのか、わからないことには食べられませんね。ここでは、「まごわやさしい」の代表的な食材を紹介します。

ほんの少しの工夫で食事はもっと健康的

いつまでも健康でいたいとは思っても、毎日これだけの食材を使ってご飯を作るのも大変です。

しかし、ほんの少しずつでも毎日続けることが健康な暮らしへの近道で、手の込んだ料理を作らなくても、健康食材を食べることはできます。

忙しい時には、冷ややっこにすりゴマとしらすをのせて、付けあわせにワカメを添えるだけでも十分。

簡単なことでも毎日コツコツ続けることが大切です。



国東市社会福祉協議会
管理栄養士 古林沙織

福祉ふれあいスポーツ大会



◆ 毎年恒例の福祉ふれあいスポーツ大会は、児童から高齢者、障がい者など、幅広い層にわたり参加者を募ることでお互いの交流を図り、それぞれの福祉の増進に繋がることを狙って開催しています。

また、誰でも簡単にできる軽スポーツなどを大会競技にすることで、普段から運動をしていなくても、気軽に汗を流し、楽しみながら健康的に過ごすことができるのも、この福祉ふれあいスポーツ大会の特徴です。

今年度は、国見・国東・安岐の3地区で開催し、地域の保育所などの児童や高齢者、障がい者などが軽スポーツや簡単な競技内容を通じて汗を流し、笑顔が絶えない一日となりました。

福祉の手に感謝

◆ 福祉ふれあいスポーツ大会の運営は、民生委員・児童委員やボランティアの手によって成り立っています。

また、国東地区については母子寡婦福祉会の有志の方に、参加者の昼食づくりをご協力いただいています。

たくさんの方が集まるこの大会、多く福祉の手に支えられていることに、心より感謝します。



国東市営体育館



11月9日



国見B & G体育館



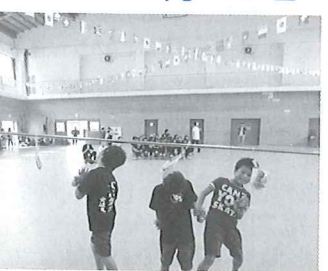
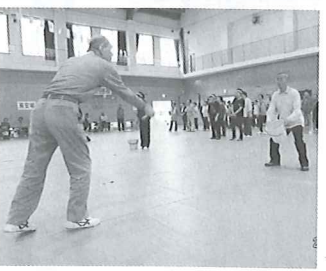
11月8日



安岐中央小学校



10月21日



ありがとうございました

国見地区の大会では以下の企業様よりたくさんのご協力をいただきました。改めてお礼申し上げます。

- ・フレッシュマートつや
- ・カラオケBOX絆
- ・深弘産業㈱
- ・大分銀行国見支店
- ・九州労働金庫国東支店
- ・A O I サプライセンター
- ・ホテル芳泉鶴・いけす料理 源
- ・野田石油
- ・はるかぜ醫院
- ・国見病院
- ・堤 株式会社
- ・国見郵便局
- ・旅館 すえよ志

※敬称略順不同

一口メモ

軽く息が上がるぐらいの適度な運動は体力、免疫力を高めるなどの良い効果をもたらす、毎日を健康で元気に過ごす助けとなります。
また、同じように笑顔にも免疫力を高めるなどの良い効果をもたらす研究結果が報告されています。
普段の生活から笑顔と適度な運動を心がけ、健康で明るい毎日を過ごしましょう。



挽き立ての
コーヒーで
おもてなし

みんなの居場所 オースン!!

◆ 今まで7年間、外出は自宅からデ
イケアのみだったという92歳(女性)
の方が、初めて食事を利用され、
「楽しかったあ〜!!」とうれしい感
想をいただきました。他の方に迷惑
をかけるのではないかと外出するの
に自信がなかったとの事ですが、「
送迎がある」という事が、外出への
ひとつの大きなきっかけとなったそ
うです。カフェの居場所が地域の人
と人を結び、社会参加、そして元気
な地域へとつながる事が見えてきま
した。

楽しかったあ〜!!

◆ 竹田津地区、上国崎地区で住民の
方による地域支え合い活動が始まり
ました。住み慣れた地域でいつまで
も明るく、いきいきと安心して暮ら
していけるように、お互い支え・支
えられながら、まず、みんなが気軽
に集える居場所づくりから取り組む
事になりました。今後は、つながり
を強くしながら具体的な生活支援に
広がっていきます。



カフェ



レク・体操



食事会



送迎

竹田津暮らしの サポートセンター・「かもめ」

- カフェ (13:00 ~ 15:00)
第2、4週 火・水・木
(祝日は除く)
コーヒー (菓子付) 100円
- 食事会 (10:00 ~ 13:00)
第2、4週 木 (祝日は除く)
昼食代 400円
(要予約・希望者には送迎あり)

竹田津地区公民館



カフェ



レク・体操



食事会



送迎

サポートセンター あらたにカフェ

- カフェ (9:00 ~ 12:00)
第1~4週 火・水・木・金
(祝日は除く)
コーヒー (菓子付) 100円
- 食事会 (9:00 ~ 15:00)
第1、3週 木 (祝日は除く)
昼食代 400円
(要予約・希望者には送迎あり)

あらたにふれあい館
(旧上国崎幼稚園)

ぜひ遊びに来てくださーい♪

※カフェはどなたでもご利用できますが、食事・送迎は各地区限定です。
※参加についての詳細は下記までお問合せください。

【問い合わせ先】

国東市社会福祉協議会 福祉支援課

☎0978-74-0333

民生委員・児童委員って？

◆ 平成28年12月、民生委員・児童委員が任期満了のため一斉改選されました。

民生委員・児童委員とは、3年を一期とし、社会奉仕の精神をもって地域社会の中で住民の福祉に関する相談援助活動を行うほか、包括支援センターなどの関係行政機関に対する協力活動を行い、社会福祉の増進に努める厚生労働大臣から委嘱された地域の委員さんです。

国東市では、国見地区・国東地区北・国東地区南・武蔵地区・安岐地区の5地区に分かれて、それぞれの協議会が存在し、民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき職務を遂行し、守秘義務に則って地域の身近な相談相手として、市民と行政を結び住民の福祉向上に向けて活動しています。

**民生委員・児童委員
1110名**

◆ 民生委員・児童委員は、民生委員法に基づき厚生労働大臣より委嘱されています。1110名がそれぞれの担当区域で、身近な相談相手として、生活上の問

題から援助を必要としている方の相談に広く応じ、社会福祉の制度やサービス、相談窓口の紹介を行うとともに、必要に応じて市やその他の関係機関と連絡・連携を取りながら解決に向けて努力をしています。

主任児童委員 9名

◆ 9名が厚生労働大臣より主任児童委員の指名を受けて、児童に関することを専門的に担当しています。担当行政区域を持たず「いじめ」や「不登校」、「非行」、「子育て不安」、「虐待」など、主に子どもに関わる相談に応じています。また、児童委員とともに学校、児童相談所、教育委員会などの関係機関と連携を図りながら、児童の健全育成や児童福祉の推進に努めています。

◆ 昭和23年に現行制度となった民生委員制度は、大正6年5月12日に岡山県で生まれた「済世顧問制度」に始まります。そして平成29年は民生委員制度(旧済世顧問制度)が創設されて100年の節目です。

～市民と行政を結ぶパイプ役～

健全育成の応援



子育てのこと
子どものこと
妊産婦のこと
家族や親子関係のこと

地域の相談



高齢者のこと
障がい者のこと
生活にお困りのとき

関係機関との連携



市役所
社会福祉協議会
包括支援センター
保健センター

ご存知ですか？地区の民生委員さん お気軽に下の事務局へお問い合わせください (市報 No.129 号 14 ページにも掲載されています)

国東市	民生委員児童委員連合会	国東市武蔵町古市 1086-1	電話 0978-68-1976
国見地区	民生委員児童委員協議会	国東市国見町伊美 2225-1	電話 0978-82-1107
国東地区北	民生委員児童委員協議会	国東市国東町浜崎 2757-5	電話 0978-74-1151
国東地区南	民生委員児童委員協議会	国東市国東町浜崎 2757-5	電話 0978-74-1151 (同国東地区北)
武蔵地区	民生委員児童委員協議会	国東市武蔵町古市 1086-1	電話 0978-68-1976 (同国東市)
安岐地区	民生委員児童委員協議会	国東市安岐町下山口 38-1	電話 0978-67-1283



善意の気持ちをありがとうございます

国東市社会福祉協議会へ次の方々から心温まるご寄付をいただきました。皆様のご厚情に
対しまして厚くお礼申し上げます。故人のご冥福をお祈り申し上げます。

(掲載に同意された方のみご紹介しております。)

受付期間：9月1日～12月31日

◇香典返し寄付

(地区)	(寄付者名)	(故人名)	(金額)	(地区)	(寄付者名)	(故人名)	(金額)
国見町	福田 信 広 様 (故 英子 様) 金一封	武蔵町 三浦 裕 永 様 (故 文吉 様) 金一封	100,000 円	武蔵町	三本 浦 裕 永 様 (故 文吉 様) 50,000 円	本 刀 秀 幸 様 (故 則幸 様) 金一封	帯 田 秀 也 様 (故 元敏 様) 金一封
	溝 綾 佐 藤 義 彦 様 (故 健三 様) 金一封	岡 部 信 男 様 (故 緑 様) 金一封	50,000 円		岡 野 京 進 様 (故 彌生 様) 金一封		
	正 野 照 子 様 (故 荒卷フサ子 様) 金一封	河 野 隆 義 様 (故 トシ子 様) 30,000 円	正 紀 幸 夫 様 (故 寅夫 様) 金一封		植 田 位 一 様 (故 田鶴子 様) 金一封		
	森 広 義 和 様 (故 スマ子 様) 金一封	松 本 啓 司 様 (故 ミネコ 様) 金一封	田 中 清 照 様 (故 エミ子 様) 金一封		友 枝 昇 幸 様 (故 達男 様) 金一封		
	箕 迫 文 雄 様 (故 啓 様) 金一封	末 廣 直 子 様 (故 裕治 様) 金一封	吉 良 明 代 様 (故 小野 聰 様) 金一封		上 田 まゆみ 様 (故 朝則 様) 金一封		
	高 根 香 素 美 様 (故 坂本恒康 様) 金一封	安岐町 平 吉 今 富 部 恵 静 清 子 豊 勉 仁 章 喜 悦 正 生 名 成 子 一 子 久 友 準 一 孝 晋 司 卓 見 様 (故 信幸 様) 金一封	朝 津 崎 平 弘 一 様 (故 喜久子 様) 金一封		安岐町 平 吉 今 富 部 恵 静 清 子 豊 勉 仁 章 喜 悦 正 生 名 成 子 一 子 久 友 準 一 孝 晋 司 卓 見 様 (故 英子 様) 50,000 円		
	国東町 匿 野 賢 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 匿名 サツキ 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 シンノ 様) 金一封	大 坂 本 石 田 文 竹 俊 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 福丸博憲 様) 金一封		大 坂 本 石 田 文 竹 俊 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 佐藤喜美子 様) 金一封		
	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 實男 様) 金一封	池 田 文 竹 俊 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 沖子 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 文體 様) 金一封		山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 ミツ子 様) 金一封		
	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 ツヤコ 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 セツ 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 洋忠 様) 金一封		山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 匿名 様) 金一封		
	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 利子 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 ハツ 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 小野宗徳 様) 金一封		山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 末巳 様) 金一封		
	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 源兵 様) 金一封	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 恒子 様) 30,000 円	山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 隆士 様) 金一封		山 正 敏 敏 子 子 美 夫 文 利 彦 薫 郁 名 浩 夫 幸 雄 哲 子 様 (故 ソノ子 様) 金一封		
	武蔵町 照 山 新 一 様 (故 恒子 様) 30,000 円	難 波 直 利 様 (故 隆士 様) 金一封	田 城 擴 様 (故 ソノ子 様) 金一封		大分市 富 田 峰 子 様 (故 廣石博志 様) 金一封		

◇一般寄付

(地区)	(寄付者名)	(金額)
安岐町	清 末 千恵子 様	金一封
国東町	無相教会安国寺支部 様	19,470 円
国東町	くにさきカラオケ同好連盟 会長 富 重 克 昭 様	70,788 円

◇物品寄付

(地区)	(寄付者名)	(物品)
国見町	江 藤 要 範 様	油絵
国東町	猪 俣 訓 生 様	手芸用毛糸 他
大分市	日産プリンス大分販売株式会社	様 電動ベッド 1台
	日産プリンス大分販売労働組合	様

平成 28 年 11 月 22 日、大分市の日産プリンス大分販売株式会社様並びに日産プリンス大分販売労働組合様より介護用電動ベッドを寄贈いただきました。

本会の福祉用具無料貸与事業では、介護用電動ベッドや車イスの需要が高く、常に在庫が間に合わない状況が続いていることもあり、この介護用電動ベッドの寄贈は大変ありがたいもので、早速、福祉用具無料貸与事業で使わせていただきました。

また、その他にもたくさんのご寄付を下された皆さま方に、今一度重ねてお礼を申し上げます。

本当にありがとうございます。



ベッドを設置した際の利用者さまの笑顔。こんなところに幸せを感じる社会福祉協議会です。

ほっこり温まる

お昼ごはん

社会福祉協議会 デイサービス



管理栄養士が
利用者様の健康を
考えた献立

現在、低栄養状態の高齢者が増えていることが問題となっており、社協では利用者様の健康を一番に考え、デイサービスにいられた時も十分な食事を召し上がっていただきたいという思いから、各事業所とも管理栄養士が献立作成を行っています。

品数を7品に統一し、カロリー計算をしっかりとしながら普段の食事で摂りにくい食材を多く使い、体にうれしい内容で提供しています。もちろん、おやつも手づくりで、なおかつ栄養満点です。



昔懐かしいおやつや、オシャレなケーキなどバリエーションも豊富で、四季折々のおやつも楽しむことができます。

目で見ておいしい
食事へのこだわり



おいしさとは舌で感じるだけでなく、五感で感じるものでもあります。その中でも見た目は特に大切です。高齢になると食欲が低下することがありますが、少しでも「食べよう!」と思えるように、彩りよい仕上がりをお心がけています。

私たちは、食事の時間が楽しい時間となるように、そのひと手間を大切にします。

安心・安全な食事

飲み込む力が弱くなった方も安心して食べられるように、食材や調理方法を工夫しています。



心とお腹がいっぱいに満たされる食事を用意しています!

社会福祉法人 国東市社会福祉協議会 【代表メール】 head.office@kunisaki-wel.or.jp

お問合せ

本所【くにさきケアセンターなのはな】〒873-0412 国東市武蔵町古市 1086-1 電話 0978-68-1976 (総務福祉課)
電話 0978-68-0605 (在宅福祉課)
国見支所【くにさきケアセンターたんぼほ】〒872-1401 国東市国見町伊美 2225-1 電話 0978-82-1107
国東支所【くにさきケアセンターなのみ】〒873-0644 国東市国東町浜崎 2757-5 電話 0978-74-1151
電話 0978-74-0333 (福祉支援課)
安岐支所【くにさきケアセンターやすらぎ】〒873-0222 国東市安岐町下山口 38-1 電話 0978-67-1283

おしらせ
参加者募集

第49回「耳の日記念」大分県ろうあ者福祉大会inくにさき

とき：平成29年3月5日(日) 午前10時～午後3時 場所：アストくにさき 大ホール
内容：午前の部 大会式典 / 午後の部 ①講演 ②お楽しみ抽選会
お申込み・お問い合わせ：大会実行委員会事務局 【電話】090-9598-0610 【FAX】0978-63-8016