

# ふじのたより

第9号 2008年(平成20年)8月20日

「市社会福祉協議会」は、皆さんの参加と支えあいで福祉のまちづくりを進める社会福祉法に位置付けられた民間の福祉団体です。

〈発行〉社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会  
藤野町地域事務所  
〒229-0292 相模原市藤野町小淵2000番地  
藤野総合事務所2階  
042 687 3361 FAX 042 687 4049  
Eメール fujino@sagamiharashishakyo.or.jp  
ホームページ http://www.sagamiharashishakyo.or.jp/

本紙は、偶数月20日発行です。



## 住民参加型有償家事援助サービス

# ふれあいサービス 募集



『ふれあいサービス』は、高齢や障害、病気、出産などにより、家事援助（買物・調理・洗濯・掃除）や介助（通院の付き添いなど）のサービスを希望される方「利用会員」とサービスを提供する方「協力会員」が会員方式で実施する、有償の家事援助・介助サービスです。現在、利用会員と協力会員を募集しています。

～安心して暮らしていくために“おたがいさまの気持ち”で始めてみませんか～

### ★ふれあいサービスを利用するにはどうしたらいいですか

まず、市社協藤野町地域事務所にご相談ください。職員がサービスの説明に訪問します。

### ★サービスを提供する協力会員はどのような方ですか

市内にお住まいの20歳以上の健康で熱意のある方で所定の研修を修了した方及びホームヘルパーなどの資格がある方です。

### ★利用料「利用会員」及び謝礼「協力会員」はいくらですか ※利用料及び謝礼は同額です。

利用時間 利用日	〈基本時間〉 午前9時～午後5時	〈超過時間〉 左記以外
平日	30分 350円	30分 425円
日曜日・祝日 及び年末年始	30分 425円	30分 425円

※年会費は利用会員・協力会員とも1,000円です。  
※協力会員の活動に伴う交通費は利用会員の実費負担となります。

## 協力会員 基礎研修会を開催します

協力会員としてお手伝いいただける方の基礎研修会です。ぜひ、ご参加ください！

- 1日目 10月16日(木)  
内容 ・ふれあいサービスとは  
・高齢者、障害者の理解  
・認知症の理解
- 2日目 10月17日(金)  
内容 ・コミュニケーション技術  
・車いすの操作方法  
・先輩協力会員の体験談など

### 随時登録制度

左記の日程で、協力会員基礎研修会を受講しなくても、活動に参加していただくことができます。活動に興味がある方は、ぜひ、お問合せください。

時間：午前9時30分～午後4時  
会場：津久井文化福祉会館  
申込み：津久井町地域事務所 電話 042-784-3393

問合せ：藤野町地域事務所 電話 042-687-3361

## 藤野介護者の会紹介



介護者の会では、“心のリフレッシュが大切です” “一人で悩まないでみんなと会って話しましょう” を合言葉に介護者同士がつと、それぞれが抱えている悩みや気持ちを分かち合い、ニーズや情報を共有しあって必要なサービスを求めていながら、介護を必要とする方と家族の生活の質を高めていくことを目的に活動を続けています。

会では、在宅で寝たきりや認知症の高齢者を抱える家族の方や障害のある方への介護上の相談も行っております。また、介護している方のお手伝いなどを希望される方はいつでも大歓迎です。ぜひ下記までご連絡ください。

何でも相談日：[10月4日(土)]午後1時30分から 牧野連絡所

### 平成20年度活動内容

活動日	活動内容	活動場所
8月24日(日)～25日(月)	介護者交流会	新潟県上越市
10月4日(土)	定例会・相談日	牧野連絡所
11月1日(土)	定例会・相談日	包括支援センター
12月6日(土)	福祉のつどい出店	藤野芸術の家
1月24日(土)	新年会	
2月7日(土)	定例会・相談日	佐野川(和田の里)
3月7日(土)	定例会・相談日	包括支援センター

問合せ：介護者の会会長 小池 電話 042-687-3608

## 市社協在宅福祉サービスの紹介

### ● 移送サービス (福祉車両等運行事業)

歩行困難や車いす利用等により一人では移動が難しい高齢者や障害のある方を対象に、車いすやベッドのまま乗り降りできる車で病院や公的機関への送迎を行います。

対象者：高齢者(介護保険認定者)、障害者(手帳交付者)

利用料：1Km 50円(待機料1時間300円)

※対象となられる方で利用を希望される方は、登録申請が必要となります。登録申請は市社協藤野町地域事務所まで受付いたします。電話 042-687-3361



### ● 福祉用具の貸出

車いすや杖などを一時的にご利用になりたい方に貸出しています。介護保険等の公的サービスをご利用になれる方は対象外です。

料金：無料

貸出期間：最大3ヶ月まで  
電話 042-687-3361



# 総合介護予防教室 (コース編)

## 元気イキイキ教室

いつまでも元気で自分らしく、イキイキと過ごしてみたい、過ごしていきたいという方、元気を維持する秘訣を学んでみませんか？

5日間のコースで元気イキイキのヒントを自分のモノにしましょう。

対象者：65歳以上の方で講座に興味のある方

開催場所：特別養護老人ホーム銀の館(相模原市藤野町佐野川12575)

※ 当日の送迎あります。(申込みの状況により調整いたします。)

募集人員：20名

開催日程・内容

回数	開催月日(曜日)	開催時間	開催内容
1回目	9月18日(木)	午後1時30分～3時	オリエンテーション・認知症のお話
2回目	9月25日(木)		栄養のお話・調理実習と試食
3回目	10月2日(木)		お口の話・ブラッシングの仕方
4回目	10月9日(木)		運動のお話・簡単な予防体操
5回目	10月16日(木)		まとめ・交流会・施設見学

申込み先：藤野地域包括支援センター 電話 042-686-6705 FAX 042-686-6706

# 我が街 いいひと

## 自然が与えてくれる健康な生活

菅井にお住まいの山崎俊恵さん(74歳)を訪ねて、特製健康茶や山菜料理などの自然を活かした生活と、地域活性化の活動について伺いました。



山崎俊恵さん

山崎さんは子どもの頃、病弱で「この子は長生きできない」と言われていたそうです。父親に薬草を勧められて効果を得たことから、植物に興味を持ちました。植物図鑑をみて根や葉の違いや効用を調べたり、人に聞いたりしながら勉強し、独学で薬草の知識を得ていきました。今では、30種類もの植物をブレンドした特製健康茶を愛用するまでになりました。

また、四季折々の地元の山菜を使った料理も山崎さんの得意技です。つくしご飯、フキの味噌づけ、グラパラ入りのお焼き、こんにやく等に加え、フキや柑橘類を使ったお菓子も大評判です。

山崎さんに抱負を伺うと「自然が与えてくれる植物には、私たちの健康を保つ効果がたくさんあることを多くの人に知ってもらいたい」と語ってくれました。

また、こうした経験を活かし「足の裏を刺激して健康づくりに役立つ布ぞうりを作ってみませんか?」と今年から始まった「菅井ものづくりがっこう」の講師も務めている山崎さん。

家庭にある、着なくなった服などの布をリサイクルした布草履は、家の中ではなく草履です。「健康にも良く、家にもやさしい草履です。皆さんもぜひ挑戦してみてください」と話してくれました。今後ますます自然のパワーをもらって、藤野のために活躍してくださいね。



「健康にもよい布草履」



山菜料理

## 地域の応援団を紹介し

# おはなしでんでんむし

今回紹介するのは、平成7年6月からパネルシアターを使い子育てサロンや幼稚園・小学校で子どもたちに民話や童話のお話をしている「おはなしでんでんむし」です。



紙しばい 次はどうなるのかな?

毎週木曜日、藤野総合事務所の2階活動室にメンバー10人が集まり、制作及び練習をしています。お話の題材は、藤野町の民話、アンデルセンやイソップ物語、日本昔話、宮澤賢治等の童話、また古典以外のコミカルな児童書まで、幅広く取り上げています。

パネルシアターには、白パネルと黒パネルの2種類があって、お話の雰囲気に合わせて使い分けます。部屋を暗くして、パネルの上の絵人形にブラックライトで光を当てるときれいに浮かびあがる黒パネルは、大人の方にも子どもたちにも人気があります。

ひとつのお話を制作し完成するまでに三ヶ月はかかります。メンバー十人いれば、十人の考えがあり、まとめることも容易ではありませんが、話し合いを重ねることにより、少しずつ完成に近づけていきます。

そして、講演本番～、子どもたち80人を前にして、オリジナルの曲の導入でパネルの操作が始まります。読み手と操作と音楽の息を合わせることによって、お話は展開されていきます。終演直後の拍手と笑顔、それがメンバーの大きな活力となっています。

「今後は更に大人にも対応できる話や、レクリエーションに取り組んでいくことが目標です。また昔話、童話から学ぶことがたくさんあることを伝えていきたい」と意欲的に語る代表の杉本さん、今後の更なる活動に期待します。

## 録音版・点字版の発行

「社協さがみはら みんないいひと ふじのたより」は、録音版・点字版の発行も行っております。

詳しくは、市社協藤野町地域事務所までお問合せください。

— 社会保険庁からのお知らせ —

## 「ねんきん特別便」をご存知ですか?

年金を受けている方と年金制度に加入している方に、4月から「ねんきん特別便」をお届けしています。

届きましたら内容について十分にご確認ください。

ご質問・お問い合わせは「ねんきん特別便専用ダイヤル」までご連絡ください。

ねんきん特別便専用ダイヤル 電話 0570-058-555  
月～金曜日:午前9時～午後8時 第2土曜日:午前9時～午後5時

## ほのぼの100人運動会のお知らせ

心の病を持った人々を中心に地域の人と交流を深める運動会です。たくさんの方の参加者をお待ちしています。

日時 9月21日(日) 午前9時～午後2時 雨天決行

開催場所 相模原市立津久井生涯学習センター体育館  
(体育館履きを用意してください。)

参加費 100円 簡単な昼食がです。

主催 ほのぼの100人運動会実行委員会

問合せ 地域作業所やまのべ館事務局 電話 042-684-3581

次号社協さがみはら「みんないいひと」ふじのたより10号は  
2008年(平成20年)10月20日発行

広告

# 介護タクシー マクロス

- 車いすに乗ったまま乗車できます。
- お年寄りの方や、歩くのがつらい方のために車いすも準備しております。
- お買い物や通院、外出、小旅行に、また、付き添いの方も2名同乗できます。
- 年中無休・運転時間のご相談に応じます。【24時間・貸切も可能です】
- 予約制となっておりますが、空車の場合はすぐにお伺いさせていただきます。
- ご利用料金：一般小型タクシーと同様です。

相模原市福祉タクシー券ご利用できます。

一般乗用旅客自動車運送事業許可  
関自旅二第1198号

マクロス(株) 藤野町名倉 1202

TEL.042-686-6300