



# きよかわむら 社協だより

2018  
11  
No.207



## パラスポーツ フェスティバル

パラスポーツ選手の体験談や実際の体験を通じて福祉とパラスポーツに興味を持ってもらおうと、『パラスポーツフェスティバル』が10月13日、村せせらぎ館で行われました。村社協の主催（村、村教育委員会共催）で今回が初めて。午前、午後に分かれて行われた同フェスティバル。午後からは、『ウィルチエアラグビー（車いすラグビー）』の体験会があり、小学生から大人まで21人が参加しました。最初に講師がデモンストレーションを披露したところ、参加者は車いす同士がぶつかり合う迫力に驚いていました。その後は希望者が実際にラグビーを体験。選手からタックルを受けた中学生は「最初は音を聞いて怖かったけど、やってみると楽しかった」と話していました。

（関連記事3ページ）

### 11月号 おもな内容

- 特集 11月11日は「介護の日」 2P
- 宮ヶ瀬小学校児童、合唱や合奏を披露 3P
- 元パラリンピック選手が講演 3P
- 年末たすけあい運動が始まります 4P
- ブルーシートサロンが実現 3P

※みなさまの会費の一部は「社協だより」の発行に充てさせていただきます。



# 11月11日は、『介護の日』

私たちの周りには、以前介護をしていた介護経験者や現在介護をしている人が非常に増えていきます。介護が身近になってきている中、みなさんは介護についてどのようなイメージを持っていますか。多くの方が悪いイメージを持っているのではないのでしょうか。今回は、少しでも介護に対するイメージが良くなればと思い、介護に関わる上でのちょっとしたコツをあげてみました。現在介護をしている人、まだ介護に直面していない人も、11月11日の「介護の日」を契機に、介護について考えてみませんか。

## (1) 知って安心、使って安心

介護保険サービスや福祉制度、介護用品などを知っていれば、安心して在宅での介護が出来ます。また、介護保険サービスを上手に利用すれば、自分の時間を作ることもできます。



介護保険を利用する際は、ケアマネジャーの私にご相談にのります。

## (2) 介護上手は、割り切り上手

頑張りすぎてしまうと身も心も追い詰められてしまいます。全てを完璧にするのではなく、時には割り切ることも大切です。それによって気持ちに余裕ができ、良い介護にもつながります。自分にとって負担が少ない介護の方法を見つけることが大切です。

お風呂や爪切りなどたくさんやることがありましたが、デイサービスに通うことでお風呂など多くのケアをしていただき、有り難かったです。介護のプロにお願いすると思えば簡単に割り切れますよ。



Aさんから聞いた実際の話し

## (3) 介護を背負い込まない

先の見えない介護は日々疲れきってしまうことがあると思います。一人で抱え込まず、助けてくれる家族や親戚、地域の方々、制度を大いに活用しましょう。また、行政や社協の窓口、ご近所など多くの方に相談することで気持ちが楽になり、協力も得られます。



Bさんから聞いた実際の話し

介護は24時間気が張っていて大変です。しかし、ケアマネジャーや行政の方、友達に悩みを相談し、とても救われました。サービスを使いたがらない母に利用するように一緒に働きかけてくれ、安心して仕事に行くこともできました。

介護の仕事の魅力を発信

介護フェア in かながわ

入場  
無料

入退場  
自由

11月11日の介護の日関連イベントとして、神奈川県では「介護フェア in かながわ」を開催します。

日時 平成30年11月4日(日) 午前11時30分~午後5時  
会場 新都市ホール 横浜新都市ビル(そごう横浜店)9階  
内容 ステージでのトークショーやコンサート、展示、相談、体験など様々なイベントが行われます。

## 元パラリンピック選手が講演

〜ビームライフ体験会も同時開催〜



アテネ（2004年）から3大会連続でパラリンピックに射撃日本代表として出場された田口亜希さんが10月13日、『パラスポーツフェスティバル』で講演されました。この日は、『車いすからパラリンピック、そして2020年へ』をテーマに、ご自身が障害を負った経緯や射撃競技の魅力などについて説明。「誰もが平等な社会の大切さ、この価値を是非東京パラリンピックの会場で感じて欲しい」と、参加した35人呼びかけました。講演会の後は田口さんなどの指導の下、24人がビームライフを体験しました。この日最高得点を出した参加者は、「初めてだったけれど思ったよりも得点が高くて良かった」と話していました。

（関連記事1ページ）

## ブルーシートサロンが実現

〜曲師宿・古在家地区で初開催〜



ラジオ体操を通じて体力づくりと交流を深めようと10月10日、曲師宿自治会会員と古在家自治会会員が曲師宿の高岸橋付近でラジオ体操を行いました。この日は7人が参加し、ラジオ体操第1を2回実施し汗を流しました。また、ラジオ体操終了後は場所を移動し、ブルーシートを敷いてお茶のみを行いました。

参加者は「こういう場があると地域の人と交流できていいね」と話し、企画の有志で同地区担当民生委員の岩澤孝さんは「ようやくブルーシートを敷いてお茶のみができた」と、念願が叶い喜んでいました。

## 軽快な演奏に拍手喝采

〜宮ヶ瀬小学校児童、合唱や合奏を披露〜

10月24日、村保健福祉センターひまわり館で、宮ヶ瀬小学校児童10名が合唱や合奏等をデイサービスの利用者に披露しました。これは、同校児童が宮ヶ瀬小中学校文化祭にて発表した合奏等をデイサービスの利用者に観てもらうと同時に、交流を図ることを目的に同校が毎年行っているもの。

今年は合唱、合奏の他に、新たな企画としてボディーパーカッションの演奏が取り入れられました。モップやほうき、身体等を使った児童の軽快な演奏に利用者は大きな拍手を送っていました。全ての演奏終了後、利用者からは「素敵なお演奏だった。楽しかったよ」と感想があり、児童は「ありがとございました」と満足気な表情を浮かべていました。



# 年末たすけあい運動が始まります

【募金期間：11月中旬～12月上旬】

共同募金運動の一環である「年末たすけあい運動」は、新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう、地域福祉活動を重点的に展開する募金運動です。今年度も自治会を通じて募金活動を行います。趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。



## 年末たすけあい募金の使いみち

### ①ひとり暮らし高齢者、高齢者世帯、支援の必要な世帯への配分

生活支援や激励を目的に、社協が開催する配分会議にて配分決定された世帯に対して、おせち料理の宅配や庭木の剪定など生活支援に関するサービスを選んでいただき、年内に実施します。

### ②障害者への配分

身体障害者手帳（1級～4級）、療育手帳、精神保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方及びご家族を対象にカラオケ交流会、ボウリング交流会を下記のとおり開催します。参加希望の方は、どちらかひとつの交流会を選択し下記までお申し込みください。なお、いずれも昼食、プレゼントをご用意いたします。

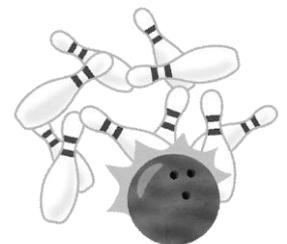


#### ○カラオケ交流会

日時 平成30年12月2日（日）午前11時30分から午後3時30分頃まで  
場所 村保健福祉センターやまびこ館 健康学習室

#### ○ボウリング交流会

日時 平成30年12月14日（金）午前10時から午後1時頃まで  
場所 厚木プラザボウル  
(本厚木駅前・厚木市中町2-3-1ダイヤプラザビル7階)



【参加費】 どちらも参加費は無料（付添者1人までは無料です）

【申込み】 平成30年11月22日（木）まで

【申込み、問い合わせ先】 清川村社協 担当：山口 ☎046-287-1118

### ③ひとり親世帯への配分

激励を目的に、平成30年度の児童扶養手当を受給しており、配分申請のあった世帯に対して下記の金額を年内に民生委員・児童委員を通じて配分します。

【配分対象】 平成30年度児童扶養手当受給世帯

【配分内容】 1世帯につき、8,000円 ※子2人目以降1名につき、2,000円を加算

【申請方法】 配分対象世帯には別途申請書を送付させていただきますので、配分をご希望される方は、社協の窓口か郵便のいずれかの方法で申請してください。

編集・発行

社会福祉法人

清川村社会福祉協議会

〒243-0195

神奈川県愛甲郡清川村煤ヶ谷2220-1

清川村保健福祉センターひまわり館内

電話 046(287)1118

FAX 046(287)2013

はあじ  
うおーむ  
1ページ、3ページで紹介しましたとおり、『プラスポーツフェスティバル』を実施しました。プラスポーツの体験による指導の他に、ご自身が障害を負った理由や現在の生活の様子などを、明るく、時には笑いも交えながら話してくださいました。参加したみなさんにプラスポーツの魅力と共に、障害に対する理解と関心を持っていただく機会になりました。