



二〇一八年は「戌年」。正確には「戌戌」（つちのえいぬ）だそうです。暮れには福寿会（ミニデイ）恒例まゆの干支作りが始まりました。十二年前の酉年から始まっているので、もうひと回りしています。最初から作っているご利用者の自宅には、十二個干支が勢揃いしているのではないのでしょうか。

今回の「戌」（犬）は、前回と違ってちよこんと座っている姿で、小首をかしげているのがとても愛嬌がありかわいいです。北割の皆さんも干支を作りながら「犬はお産が軽いから安産には戌の日が吉日って言われるよね。」「それにしても耳が小さくて…。」「眼を付けたら可愛くなつたよ。」「うちの息子も戌年だよ。」と手も動かしながら、おしゃべりも花盛り。最後にビーズの眼を付けて、それぞれに個性あふれる犬たちに大満足です。

「戌」年の今年平成三〇年、皆さん仲良く集い、声かけ合い、お互いにお元気で過せませうお祈りいたします。



# 年頭の挨拶

会長 赤羽 正



新年明けましておめでとうございます。ごきげんよう。

ましては家族お揃いで、穏やかな新年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、九州北部豪雨をはじめ日本各地を襲った台風等の自然災害の発生や、社会的には突然総選挙が実施される等、何かとせわしい世相でしたが、そんな中で住民の皆様には、宮田村社会福祉協議会にご理解とご協力を賜わり、所定の事業を遂行できましたこと厚く御礼申し上げます。

社協の事業のうち「介護保険事業（デイサービス・ホームヘルプ等）」は、介護保険法で定める事業の一部が地方自治体へ移行されるようになり、運営が厳しくなることが予測されます。このような新たな事に直面しても、住民の皆様の福祉が後退しないよう最大の努力をしてまいります。その際住民の皆様に、最近取り組んでいる地域の支え合いやボラ

ンティア活動の力をぜひおかりしたいと思っております。

一方地域福祉事業としては老人福祉活動事業、心身障がい児者福祉活動事業、ボランティア活動事業、心配ごと相談事業・結婚相談事業等数多くの事業を運営していますが、まだ利用されていない方もいらっしゃると思いますので、必要に応じて幅広くご利用いただけるよう、積極的に取り組んでいきたいと思っております。

今後は更に進行する少子高齢化社会をしっかりと見据え、その中で社会福祉協議会に求められる村民のみなさんのニーズを的確に把握してそれをどのように実現するのか、その財源をどうするのか、更にその中で自分の役割は何か、職員みんなで考えていく所存です。

今年も職員一同住民の皆様のご託に応えられますよう、そして宮田村福祉の一翼を担って頑張る決意です。住民の皆様には引き続きご指導・ご支援をよろしくお願いいたします。

終わりに皆様のご健康とご多幸を心から祈念申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

## 明けましておめでとうござります

昨年中は、福祉事業推進にあたり、多大なるご理解ご協力を頂き誠にありがとうございました。本年も昨年に引き続き、地域のお宝再発見からの『住民同士の支え合い』のきっかけづくり、仕組みづくりのお手伝い。また、既存事業につきましては、住民の皆様へのニーズにお応えできるよう、職員の知恵と熱意で取り組んでまいります。本年もよろしくお願いいたします。



## あたたかな善意をありがとうございます

宮田村商工会青年部 様  
宮田村マレットゴルフ同行会 様  
小田切 健一 様  
清村 商店 様

(平成二十九年十一月〜十二月)



毎月行っている社協職員自主学習会において、十二月は普段の業務から少しはなれ、インドに五千年前より伝わる世界最古の伝承医学のアーユルヴェーダを、浅田佳津美さんを講師に、ワンポイント講座を受けました。アーユルヴェーダは人を精神面、肉体面から総合的に捉え自然と環境のつながりを感じて生きていくことを伝えていくとのことでした。当日は各自記入したチェックシートで、本来の自分の体質や現在の心身の状態などをタイプ別に一人一人を講師に見分けていただき、職員同士もお互いを知る機会となりました。

まずは、自分自身を知ることで、周囲の人とのバランスを持った生き方や、心と身体をケアする知恵を学ぶことが出来ました。



# 今年も笑顔でおじやまします



★居宅介護支援事業所のケアマネージャーです。

元気いっぱい気持ちは若さいっぱいこの四人組です。

ご本人の気持ちに寄り添いながら住み慣れた地域での暮らしのお手伝いができるよう、**犬**のように元気に駆け回り、幸せを**ワン**さか届けられるよう貢**ケン**していきたいと思います。

「笑う門には福来たる」

一日にどの位笑っていますか？「笑い」がストレスを解消し病気を遠ざけるといいます。

生活習慣病の予防に「笑い」は大きく役立ち



★訪問介護事業所のヘルパーです。

今年もヘルパー一同、笑顔第一に訪問させていただきます。私達は、訪問先での皆さんの笑顔ややさしい言葉に活力をいただいて頑張ることができています。感謝！在宅で頑張っておられる皆さんの力に少しでもなれば嬉しいです。日々、私達も成長していかななくてはならないので、研修にも励んでいきます。

皆さんにとって、今年一年が、ワンダフルな年になりますようにお祈り致します。

ます。赤ちゃんは「天使の笑顔」と言われ大人のあやす笑顔を真似て「笑顔」と「笑い」を学んでいきます。年齢と共にストレスが増え

笑えなくなり「笑い」は運動の効果もあり、一日十五分笑うと一年間で二キロの脂肪が減る計算になっているそうです。笑いのない生活をしていると顔の筋肉も固まってしまい、笑いたい時に笑えなくなってしまう。

「楽しいから笑う」のではなく「笑うから楽しい」を心掛け「笑いのある生活」を送りましょう。私達も一〇〇万ドルの笑顔でおじやまします。お気軽に声を掛けてください。

ところで、

冬の水分補給はできてますか？

夏は、脱水にならないようにと水分補給を気にしますが、冬も水分補給が大切です。空気が乾燥しお肌はカサカサ！意外と暖房が効いた部屋で汗をかいているんです。水分をこまめにとることで、うがいをするのと同じように菌を流して風邪の予防にもなるようです。のどが渇かなくても、水分をとって健康な毎日を過ごしましょう。



# デイサービスだより

今年もよろしくお願ひします



今年、介護保険の改正が予定されています。デイサービスでは、利用者の皆さんには今までと変わりなく、自分の好きな事をして過して頂けるよう、自分らしく楽しんでいただける時間を大切に、利用者さんに寄り添いながら、頑張っていきたいと思っております。よろしくお願ひします。

今年も僕が年だワン!!「モコ」と言います。又お邪魔しますね!!



## 素敵な演奏や歌をありがとうございました



伊那から来て下さった『にっこらっこ』の皆様。二胡の演奏をしてくれました。



再結成して11年目。『宮田プラム・ハワイアンズ』。以前同じ会社で活動していました。

# 年忘れ楽しみ会



十二月には利用者の皆様に感謝を込めて、年忘れお楽しみ会を行いました。サンタクロースのプレゼントや梅の里ダンスサーズによる「赤鼻のトナカイ」梅の里演劇部による「金色夜叉」そしてサプライズゲストには、よっちゃれの皆様も素敵なダンスを観せて下さいました。

これからも皆様楽しんで頂ける様職員一同頑張ります!!



# 暮らしの中にある繋がりを大切に

今年度開催している「地域支え合いのつどい」では、地区の支え合いをテーマに地区学習会を行い、延べ二八〇名の方にご参加頂きました。これまでの様子を「報告」します。

## 第一回 地区学習会（八月）

講師の酒井保先生（ご近所福祉クリエイター）から住み慣れた地域で暮らし続けるための五つの約束について講演頂き、参加者同士でお互いに知っている地区や班、有志の活動等を出し合いました。

### ～住み慣れた地域で暮らすための五つの約束～

- 其の一** 支え合い（暮らしぶり）と制度の関係を考えよう
- 其の二** 豊かさの条件、存在が認知されていること
- 其の三** 役割があり、それが評価されていること
- 其の四** 自立支援を合言葉に！社会性（ワイワイガヤガヤが大事）
- 其の五** つながりを切らさない

## 第二回 地区学習会（十月）

再び、酒井先生を講師に身近な活動から考えるホンモノの支え合いについて前回出した活動からさらに掘り下げ、名前は無いが、支

え合いと思われる活動を出し合い、支え合いの意味について考えました。

酒井先生より、人と人との繋がりが心身の健康や暮らしの豊かさに関係している。これからの地域づくりに向けて、人が集まれる場が地域にたくさんあること、挨拶やおすそ分け、立ち話等、日々の何気ない交流にも支え合いの価値がある為、その価値と意味を考えていくことが必要。支え合いは煩わしいものもあるが、繋がるを意識し、繋がりを切らさないことが大切と教えて頂きました。

## 第三回 地域のお宝大発表会

最終回は宮田村の支え合いをテーマに、昨年同様、実際に活動されている方のお話を伺いながら、支え合いの意味やこれからの地域づくりについて考えます。今回のみの参加も可能です。お気軽にご参加下さい。

**日時** 平成三十年二月十七日（土）  
午後一時三十分～午後四時

**場所** 宮田村老人福祉センター

## 「ひなたぼっこ」の予定

1月	2月
・毎週火・木曜日 健康マーじゃん 13:30～	・毎週火・木曜日 健康マーじゃん 13:30～
・毎週水曜日 囲碁を楽しむ会 13:00～	・毎週水曜日 囲碁を楽しむ会 13:00～
・10日（水）男性限定！筋力アップ教室 10:30～	・5日（月）介護相談 13:30～
・15日（月）ちりめん細工教室 9:00～	・19日（月）介護相談 13:30～
・15日（月）介護相談 13:30～	・19日（月）カメラ同友会 14:00～
・15日（月）カメラ同友会 14:00～	・未定 連鶴楽苑2期生
・25日（木）男性限定！筋力アップ教室 10:30～	・未定 ちりめん細工教室
・26日（金）連鶴楽苑2期生 9:00～	・未定 男性限定筋力アップ教室

## 一月・二月の行事

（一月）	（二月）
福寿会（ミニデイ）	月～金曜日
配食弁当サービス	15・22・29日
デイまゆ玉作り	中旬
郡ボラ交流研究集会	27日
ボラ連役員会	下旬
日赤奉仕団員研修	下旬
デイ豆まき	下旬～2月上旬
福寿会（ミニデイ）	月～金曜日
配食弁当サービス	5・19・26日
婚活イベント	17日
地域支え合いのつどい	17日
ボラ連役員会	下旬

## 編集後記



忙しかったお正月も終わり落ち着いてきた頃でしょうか。寒さが身にしみる時期ですので風邪に気をつけましょう。本年も社協報は隔月発行を予定しています。人と人のつながりを大切に、地域に笑顔と元気を届けることができるような紙面を作りたいと考えています。昨年引き続き本年も宜しくお願いいたします。

