

北川村

ふくしだより

令和5年3月
hukushidayori
No,242



老人クラブと 小学1・2年生の むかし遊び

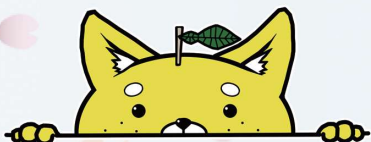
もくじ

- 2P…老人クラブ会員募集・昔遊び・役員功績者表彰
- 3P…今年度取り組んだ福祉教育について
- 4P…あったか予定表(4月・5月)
- 5P…あったか☆デイサービス
- 6P…ゆずの花だより
- 7P…生活支援体制整備事業
- 8P…日常支援・寄付のお礼



社会福祉法人

北川村社会福祉協議会



〒781-6441

安芸郡北川村野友甲710-2

北川村保健センター内

北川村社会福祉協議会

デイサービスセンター柚子の郷

✉ kitasya4@me.pikara.ne.jp

☎ 38-6895

☎ 32-1231

☎ 32-1226



老人クラブ

会員募集



～仲間づくりへのお誘い～

老人クラブは、概ね60歳以上の方なら誰でも加入でき、地域の役員さんや介護予防教室から入会することができます。

北川村では、グランドゴルフやハンドベル、踊り、料理教室、一日研修旅行、買い物ツアーなどの活動を、定期的に行なっています。また、年に一度の総会や奈半利町老人クラブとの交歓会を行ない、交流を楽しんでいます。

身近に仲間がいるということは心強いものです。ともに健康で楽しく、地域社会の力となるため、一緒に活動しませんか？

老人クラブ事務局 ☎38-6895

むかし遊び

1月19日(木)は小学校で、2月21日(火)は保育所で、昔遊びを体験しました。

毎年老人クラブの皆さんに来ていただき、おじゃみやコマ、ヨーヨーなど昔流行った遊びを教えてくださいました。子ども達は「凄く楽しい!!」と終始笑顔で、色々な遊びを堪能しました。

保小中学校では、このような活動を通して子ども達が協力したり、地域の人たちとふれあう楽しさを感じたり、高齢者を大切にできる心が育つことを願って、日々の学習に取り組んでいます。

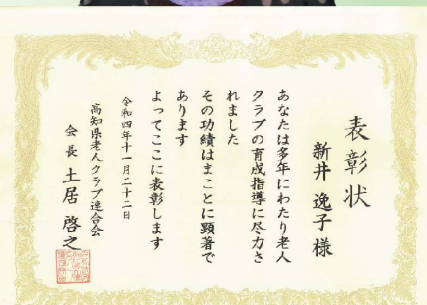


役員功績者表彰

令和4年11月22日(火)に行なわれた、第62回高知県老人クラブ大会におきまして、新井逸子さん(西谷地区)が「役員功績者表彰」を授与されました。

老人クラブの役員としてクラブ活動に長年にわたり尽力されてきたことが、評価されて今回の受賞となりました。

新井さん、おめでとうございます。



北川村を知ろう！ in 柏木

3月4日(土)、小中学生を対象に保健センターで「北川村を知ろう！」という企画を実施しました。はじめに、柏木交流センターで濱渦 節さんに子安地蔵について、お話をしてもらいました。初めて聞く話に、子どもや大学生も真剣に耳を傾けていました。実際に子安地蔵を見学すると、自分の名前や友達の名前を見つけることができ、大変身近に感じることができました。

濱渦 節さん【子安地蔵】



僕の名前がある！



その後は、保健センターに戻り、要蔵さんの紙芝居や野友・野川・加茂地区のマップを県立大生に楽しく説明してもらいました。「行ってみたいお宮があった！知れてよかった!!」と子ども達からは大好評でした。

最後に日赤奉仕団の方たちと一緒に、ハイゼックス(災害用炊飯袋)を活用して羽釜でおはぎ作りの体験をしました。おはぎは持ち帰りにしましたが、奉仕団の方たちが作ってくれた豚汁がとても美味しく、みんな何杯もおかわりしていました。

ご協力してくれた皆さん、本当にありがとうございました。



県立大生



おはぎ作り



☆4月・5月あったかふれあいセンター事業のご案内☆

開催場所	曜日・時間	4月	内容	5月	内容
ミニデイ野友 (保健センター)	毎週月曜日 9:30～	3日 10日 17日 24日	外出(室戸市) 買い物支援 音楽療法 百歳体操・口腔体操	1日 8日 15日 22日 29日	百歳体操・口腔体操 買い物支援 外出(モネの庭) 手芸 百歳体操・口腔体操
長山せせらぎ会 (長山交流センター)	毎週火曜日 9:30～	4日 11日 18日 25日	百歳体操・口腔体操 ゆずみどりとの交流 出張カフェ 百歳体操・口腔体操	2日 9日 16日 23日 30日	百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 外出(モネの庭) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操
ミニデイ小島 (小島集会所)	毎週水曜日 9:30～	5日 12日 19日 26日	百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 調理 百歳体操・口腔体操	3日 10日 17日 24日 31日	憲法記念日 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 外出(モネの庭)
野川さくら会 (野川交流センター)	毎週水曜日 9:15～	5日 12日 19日 26日	外出(土佐山田町) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	3日 10日 17日 24日 31日	憲法記念日 百歳体操・口腔体操 外出(南国市) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操
久府付 (婦人の家)	毎週水曜日 10:00～	5日 12日 19日 26日	外出 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	3日 10日 17日 24日 31日	憲法記念日 百歳体操・口腔体操 調理 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操
野友 (保健センター)	毎週木曜日 9:30～	6日 13日 20日 27日	百歳体操・口腔体操 お花見(村内) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	4日 11日 18日 25日	みどりの日 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 外出(モネの庭)
柏木・崎山 (柏木交流センター)	毎週木曜日 13:30～	6日 13日 20日 27日	百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 外出(西島園芸団地) 百歳体操・口腔体操	4日 11日 18日 25日	みどりの日 外出(モネの庭) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操
宗ノ上 (宗ノ上集会所)	毎週木曜日 13:30～	6日 13日 20日 27日	外出(室戸市) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	4日 11日 18日 25日	みどりの日 外出(モネの庭) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操
中部けんこうクラブ (小島集会所)	毎週金曜日 9:30～	7日 14日 21日 28日	外出(室戸の桜) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	5日 12日 19日 26日	子どもの日 百歳体操・口腔体操 外出(内原野) 百歳体操・口腔体操
加茂 (農業センター)	毎週金曜日 10:00～	7日 14日 21日 28日	百歳体操・口腔体操 外出(モネの庭) 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操	5日 12日 19日 26日	子どもの日 百歳体操・口腔体操 百歳体操・口腔体操 ゲーム大会
野友べちゃくちゃ会 (保健センター)	第1水曜日 10:00～	5日	外出(モネの庭)	10日	買い物ツアー
小川ふれんど (菅ノ上集会所)	第2火曜日 10:30～	11日	外出(内原野)	9日	百歳体操・口腔体操
しまばら会 (北部集会所)	第3木曜日 10:30～	20日	お花見	18日	音楽療法

※日程は変更になることがありますので、ご了承をお願いします。

自主体操に参加してみませんか？

詳しくは、北川村社会福祉協議会までお問い合わせ下さい。



あったか☆コレクション！

令和4年度の学習会は、生活支援コーディネーターの乾さんから「たのしく食べる！」をテーマに、お話していただきました。

美味しく食べるためには3つの力があります。①口を閉じる力②舌を柔軟に動かす力③飲み込む力です。食べ物をよく噛み飲み込みますが、食べ物を口に入れる際には唇をしっかりと閉じる必要がありますし、飲み込む際には、のど・首などの筋肉も使います。また、一瞬息を止めることになるため、呼吸のコントロールが無意識にできなければ食べることが難しくなります。

誤嚥しないための正しい姿勢には、4つのポイントがあります。①床に足をつける②しっかりと座る③あごは少しひく④机の高さです。座面に浅く腰かけて、両足を床にしっかり付けるようにしましょう。足で踏ん張って体がイスからずり落ちないような体勢になると、自然と前かがみの姿勢になります。

高齢になると噛む力や飲み込む力が衰えてくるため、食事をうまく飲み込めない、食べ物がつかえる、むせるなどの症状が現れることがよくあります。今回は、誤嚥のリスクを軽減のために使用される“とろみ剤”を体験していただきました。なかには、とろみ剤を初めて知ったという人や、親の介護時に使用していたという人もいました。

今後もしっかり栄養や水分を摂り、体を動かし、家族や友人と買い物や外食に出掛けられるといいですね。食べることを疎かにせず、心も体も健康的な毎日を過ごしましょう。



こんにちは！

柚子の郷です◆



デイサービスセンターでは、季節に応じたレクリエーションをしており、1月はかるたや書き初めをしました。

かるたには色々な種類があり、土佐弁かるたは最近聞かなくなった言葉がたくさん出てくるので、みんな大笑いしました。いろはがるたは、自分が昔から知っているものと少し違うなど新たな発見がありました。

2月には百歳を迎えた利用者さんのお祝いをしました。お祝いの寄せ書きと花束をプレゼントし、お誕生日の歌とリクエストのあった“うさぎとかめ”を全員で歌いました。猪世子さんは「こんな日が来るとは思ってもみなかったけどよかった。これからは頑張らんとねえ」と喜んでいました。

猪世子さん、これからも体に気をつけて元気に過ごしてくださいね。

おめでとう



ゆずの花だより

ゆずの花では、地域の方からお借りした作品や、懐かしい写真などの展示会を定期的に行っています。趣味や得意なことをたくさんの人に見てもらうことで、新しいつながりができると大変好評をいただいております。みなさんのおうちに眠っている作品はありませんか？興味や質問などがありましたら、お気軽にお声がけください。

地域住民の皆さまの交流の場・憩いの場を目指して3月下旬からは、春休みのイベントを行う予定です。みんなが一緒に楽しみながら取り組めるもの、体験できるもの、学べるものを考えていますので、是非お立ち寄りください。



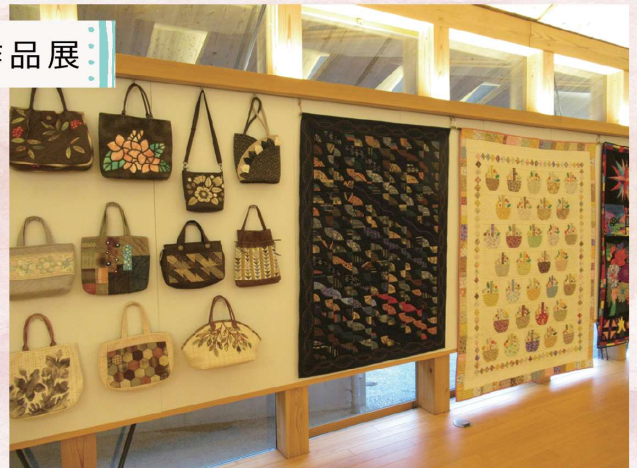
ジグソーパズル展



写真展



手芸作品展



ミニ四駆展



ゆずの花
TEL30-1921



生活支援体制整備事業～世代を超えて学び合おう～

北川村に

✨ノーリフティングケアレンジャー誕生!! ✨



令和5年2月23日に、小規模多機能施設ゆずの花で「謎解き体験！！ノーリフトケアレンジャーになろう！」を開催しました。今回は一般社団法人ナチュラルハートフルケアネットワーク(通称なちゅは)と中芸ネットワーク協議会と共催し、子どもと保護者、デイサービスゆずの郷をご利用されている方のご家族など、子どもから大人まで23名に参加いただきました。

なかなか見る機会のない福祉用具に興味津々で、動かしてみたり、乗ってみたりと時間いっぱい体験することができました。当事業のテーマ「世代を超えて学び合う」を楽しく体験できた一日となりました。今回誕生したノーリフティングケアレンジャー達が、将来の北川村、高知県を引っ張っていく存在になってくれると嬉しいです！！

【ノーリフティングケアとは・・・】

リフトなど福祉用具を使用するケアのことだけではなく、医療や福祉の現場から腰痛をなくす取り組みのことです。腰痛予防は個人の努力や技術だけでは限界があるので、事業者が職員を守り、職員を守ることで利用者を守るという考え方のもとに、安全に安心して働ける職場を作る労働安全の取り組みとして考えられています。高知県では、ノーリフティングケアを通じて介護業界の意識と働き方を変える取り組みを推進し、介護する側、される側双方の健康と安全を守るために、ノーリフティングケアを高知のスタンダードにすることを目指して平成28年「高知県ノーリフティングケア宣言」を全国に先駆けて宣言しています。



日常生活自立支援事業について

こんな「困った」ありませんか？



福祉サービス
利用したいけど…

【生活支援サービス】



書類が届いたけど
どうすれば…



お金の使い方に
不安がある

【金銭管理サービス】

通帳の管理が心配



高齢者や障がい者の方などが、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理などに不安がある場合に、安心して暮らせるように社会福祉協議会がお手伝いします。

<相談・お問合せ先:北川村社会福祉協議会 ☎38-6895>

※サービス利用料は、訪問などの援助も含め、1時間1,500円です。

財産保全サービス(日常頻繁に使用しない証書や通帳の保管)は年間6,000円の利用料をいただきます。



ご寄附のコーナー



野菜類・食品類・日用品等



大寺 茂代様 安岡 光子様 林田 千鶴子様
野川 義郎様 吉本 昌子様 浜渦 美智子様
山田 英忠様 西尾 和章様 浜渦 美和子様



古葉書・古切手・プルタブ等



安部 睦子様 田中 淳子様 浜渦 初美様 阿部 玲子様 前田 昭子様
寺尾 静子様 浜渦 芳枝様 大寺 昭恵様 前田 千年様 前田 千里様
野中 寛子様 新井 長美様 大寺 茂代様 上村 美穂様 浜渦 佳汝様
町田 喜代様 前田 浩子様 新井 愛子様 田所 明子様 新田 文江様
和田 和三様 前田 智査様 前田 和昭様 和田 延様 山崎 衛様
田所 佐百合様 仁井田 百合江様

昨年度は、ボランティアやご寄附などにご協力いただきましてありがとうございました!!