

平成25年度 諏訪ブロック社協 ボランティア交流研究集会を開催しました!

11月2日(土)に諏訪郡内で活躍されているボランティア・地域活動者のみなさんや、ボランティア活動に興味のある方など、約140名の参加をいただき開催しました。

今年は「ボランティアの力で地域を元気に! ~元気があれば何でもできる!~」をメインテーマに、世代や地域を越えたつながりを大切にし、楽しくボランティア活動するために、参加者が元気になれるような内容を計画しました。

午前中は全体会として、たちばな幼稚園のきく組さんの手話劇の発表や、野田慎一郎さんの講演をお聞きし、午後は分科会に分かれ研修をしました。

3連休の初日にも関わらず、大勢のみなさんにご参加をいただきありがとうございました。今後、各地域でさらに活躍していただき、地域を明るく元気にしていただきたいと思います。

主な内容 CONTENTS

諏訪ブロック社協ボランティア交流研究集会を開催しました	18
社協会費納入お礼・入れ歯リサイクル事業	19
岩手物産市お礼	20
福祉サービスに関するご意見を お寄せください・福祉バザーお礼	21

オープニングアクト

手話劇「うらしま太郎」

●——— たちばな幼稚園 きく組のみなさん

たちばな幼稚園の年長さん8名が、うらしま太郎と自己紹介を手話でしてくれました。

小さな手をいっぱいに使った手話は、しっかりできていて会場からは驚きの声と共に、大きな拍手が送られました。

頑張ってくれたみんな、ありがとうございました。とっても上手でしたよ!



全体会・講演

「障がいとバリアフリー」

●——— 講師：野田慎一郎 先生

野田さんは岐阜県のご出身で、18歳の時にバイク事故で車いすの生活になりました。

その後、学校や企業での体験学習や講演会等の講師などで活躍され、2008年に開催された第8回全国障がい者スポーツ大会ではアーチェリーで優勝されています。

“失敗を恐れずに、自分でできることはできる限りやろう”という思いから、スポーツなどやりたいことにはチャレンジするようにしている野田さん。

「困っている方を見かけたら、『何かお手伝いしますか?』と声をかけてください。自分でできることではなく、できないことのお手伝いをしてほしい。」とおっしゃっていました。



第4分科会 「障がい者スポーツ体験」

アーチェリー・バスケットボール・陸上・テニス・チェアスキーの体験をさせていただきました。

まず用具の組立を見せていただきました。障がい者スポーツは、タイヤのパンクや部品換え、転倒などの際も他人の手を借りた段階で失格になってしまうので、なんでも自分でやらなければいけないそうです。

その後、各スポーツを体験しましたが、陸上用の車いすは座り口の幅が狭く、乗るのにも一苦勞。チェアスキーは転倒した後の起き方を体験しましたが、一人で起き上がるのはとても大変でした。

普段接する事はあまりないスポーツですが、東京パラリンピックの開催も決定し、更に注目されると思います。多くの方々に応援していただきたいと思います。



スローガン

みんなで築く

みんなの福祉

(あした)
みんなの未来

●発行・編集●

岡谷市社会福祉協議会

〒394-0081

岡谷市長地権現町4-11-50

☎ 24-2121

☎ 24-3555

*

ホームページアドレス

www.okaya-shakyo.or.jp

*

メールアドレス

info@okaya-shakyo.or.jp

第1分科会

自然を感じよう「塩嶺小鳥の森・自然体験ツアー」

講師：林 正敏 先生



ここは、日本の音風景100選に選ばれています。



ハシブトカラスの明るい鳴き声に迎えられ、「塩嶺小鳥の森・自然体験ツアー」がスタートしました。

講師は“日本野鳥の会”諏訪会長の林正敏さん。林道を歩きながら、一枚の落ち葉から、楽しいお話が始まりました。梢の小鳥の声に耳を澄ませながら、「みずき」の木を眺め、色とりどりの楓を拾い、足元の見過ごしてしまいそうな、小さな「フデリンドウ」に歓声があがります。

林先生から、小鳥の種類・特性、より良い条件の土地に優れた子孫を残すための植物の性質、自然界のきびしさ、鳥や動物の親子の情愛等、盛りだくさんのお話しをしていただきました。

木々も美しく色づき始めた小鳥の森で、双眼鏡を手に小鳥を探し、先生の温かい語りを楽しみ、癒しのひと時をみんなで共有した、すがすがしい秋の一日でした。



第2分科会

笑うことで健康に「笑いヨガで元気になろう」

講師：西田早苗 先生

笑いヨガは、「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた新しい健康法。笑うことでたくさんの酸素が身体の中に入り、横隔膜が鍛えられ、何よりもリフレッシュが図られるそうです。そして、「あなたが笑えば、あなたが変わる。あなたが変われば、世界が変わる。」そんな効果もあります。

西田先生から最初に、「作り笑い」でも効果がある、とお話がありましたが、笑いは人と人をつなぎ、参加者のみなさんは自然と大きな声でお腹の底から笑っていました。



顔を見合わせては笑う、握手をしては笑う、さんまを捕まえては（ふり）笑う、落ち葉掃除（ふり）をしては笑う、焼き芋を食べては（ふり）笑う…とにかく笑う、笑う。

笑いが会場にあふれる楽しい雰囲気の中、それぞれの幼い頃の呼び名やあだ名で声を掛け合うと、参加者の中には故郷が同じで久しぶりに再会した幼馴染の方がおりました。まさしく、笑う門には福来る！



第3分科会

足もみから学ぶ健康「元気のツボを刺激しよう」

講師：NPO 法人地球足もみ健康法実践普及協会のみなさん

第3分科会の「足もみ講座」には、27人の参加者と4人の先生により和やかに講座が行なわれました。足の裏には、多くの「反射区」（つぼ）があり、身体の状態を映し出す鏡であるとのDVDを見た後、腎臓の反射区から全身の反射区をつぼを刺激（押す、なでる）していきました。

足もみなど足を刺激することにより、体が柔らかくなり前屈も大きく曲がることを実証するため、まず、畳の上で前屈し、足を刺激するマットに乗った後、再度前屈したところ、床に手がつかなかった人が悠々とつくことには驚きました。

足もみの前にクリームを塗りましたが、こうしておかないと刺激した場所が「水ぶくれ」になってしまうことがあるとお話でした。自分で押すときは加減をしているため、あまり痛さを感じませんでしたが、先生方が回ってきて見本を示して押すと、「いたたたタタ……！」室内のいたるところで同じような声が。

2時間の講座もあっという間に時間が過ぎていました。血行が良くなったことをみんなが認識できました。

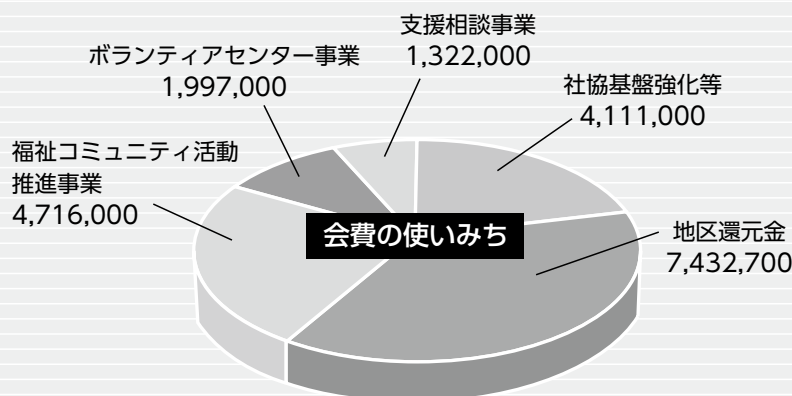


平成25年度 岡谷市社会福祉協議会会費納入にご協力ありがとうございました

市民のみなさまのご協力をいただき、本年度当社協の会費実績は、下記のとおりとなりました。岡谷市社協にとって唯一の独自財源である、みなさまからいただいた貴重な会費は、下図のとおり様々な地域福祉推進のために活用させていただきます。

ご賛同いただいた会員の方々に厚くお礼申しあげるとともに、ご報告させていただきます。

平成25年度 会費実績	
一般会費	9,181,200 円
賛助会費	10,397,500 円
合計	19,578,700 円



どなたでもご利用いただける車いす移送車（軽自動車）の貸出事業などに利用させていただいています。

入れ歯リサイクル事業 不要になった入れ歯を寄付してください

歯にかぶせた金属、歯に詰めた金属、歯と歯をつないだ金属も貴重な資源に生まれ変わります（金属のついていない入れ歯は回収できません）。

入れ歯リサイクル活動による収益は、ユニセフを通じて世界の子どもたちへの支援に使われます。また収益の一部は、市社協の財源として地域福祉にも役立てられますので、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

《収集方法》

入れ歯洗浄剤で洗浄し、ビニール袋に入れて、諏訪湖ハイツ1階ロビーにある回収ボックスへ入れてください。

諏訪湖ハイツまで来られない方は市社協（Tel 24 - 2121）へご連絡ください。ご自宅まで取りに伺います。



第10回ふれあい祭り&ボランティア祭りにご協力ありがとうございました！



10月12日（土）に開催した「ふれあい祭り&ボランティア祭り」内で実施しました『岩手県物産市』についてご報告いたします。

商品の売上及び募金箱への寄付の合計は、**250,861 円**でした。その内、諸経費を除いた **24,291 円** を、岩手県山田町社協へ寄付させていただきました。

多くのみなさまのご協力に感謝しますと共に、今後とも被災地への継続的な支援をよろしくお願いいたします。

社会福祉協議会が提供する福祉サービスに関する 意見・要望・苦情などお気軽にお寄せください

社会福祉協議会は、みなさんに常に気持ちよくサービスを使っていただくために、本会が提供する事業に関する意見・要望・苦情などをお聞きし、サービスの質の向上に努めます。いつでもお気軽にお申し出ください。

事業所名 社会福祉法人岡谷市社会福祉協議会

〒394-0081 岡谷市長地権現町4-11-50

TEL 24-2121 FAX 24-3555

●事業所の担当職員に直接ご相談ください。

苦情解決責任者 宮澤國正（事務局長）

苦情受付担当者 宇治昌彦（次長）

事務所の担当職員に言いづらい場合は、第三者的に公平な立場で相談にのっていただける「第三者委員」にご相談ください。

第三者委員

笠原 毅 27-2450

小口 瀧明 24-0780

野澤聖偉子 23-5701

介護保険のサービスを受けている方は、下記でも受け付けています。



●岡谷市介護福祉課（TEL 23-4811 内線1283）

●長野県国民健康保険団体連合会

〒380-0871 長野市西長野143-8 長野県自治会館4階 TEL 026-238-1580

県でも苦情相談、解決のための斡旋を行っています。

●長野県福祉サービス運営適正化委員会

〒380-0928 長野市若里7丁目1番7号（長野県社会福祉協議会内）

・苦情受付 TEL 0120-28-7109

・委員会事務局 TEL 026-226-2210 FAX 026-228-0130

メールアドレス：fukushi7109@nsyakyo.or.jp



福祉バザーにご協力ありがとうございました！

10月26日（土）諏訪湖ハイツで、福祉バザーを開催しました。多くのみなさまにご来場いただき大盛況でした。ご協力ありがとうございました。

売上金は 554,510円 でした。

売上金は、障害者団体への助成や基金への積み立て、岡谷市障害者福祉推進実行委員会事業など障害者福祉のために有効に活用させていただきます。



開催にあたり、たくさんの善意の品物をご提供いただきました。ご協力ありがとうございました。

