

平成 26 年度

岡谷市社会福祉大会 開催

8月2日(土) カノラホールに於いて「みんなで築く、みんなの福祉、みんなの未来(あした)」を主テーマに、岡谷市社会福祉大会が開催され、約500人のみなさんに参加していただきました。

式典では、長年にわたり社会福祉事業に貢献された方々に表彰状が、多額の寄付金・遺志金・義援金をご寄付いただいた方々には感謝状が贈呈されました。



主な内容
CONTENTS

平成26年度岡谷市社会福祉大会開催
福祉機器リサイクル事業……………18・19



講演会では、老前整理コンサルタント、株式会社くらしかる代表の坂岡洋子先生をお招きし、「～心も軽く、暮らしも軽く～老前整理」と題して講演いただきました。

地域や社会の中でいきいきと暮らすために、物や思いに囚われない自分らしい生き方について考えていただくきっかけとなったようで、「早速、老前整理をしてみたい。」という感想もいただきました。

幕間では、「岡谷たちばな幼稚園」のみなさんが、小さな手をいっぱいに使った手話の歌を披露してくださいました。

また、ホワイエでは、「希望の里つばさ」「エコファおかや」「ひだまりの家」のみなさんに、日頃製作している作品等の販売を行っていただきました。ご協力いただいたみなさん、ありがとうございました。



スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
みんなの未来(あした)



◆ 市民憲章唱和

岡谷西部中学校3年生の小松里保さんの前文朗読に続き、参加者全員で市民憲章唱和を行いました。

◆ 岡谷市共同募金委員会会長表彰

共同募金に多額のご寄付をいただいた方々を代表して、岡谷市仏教婦人連合会様に、東日本大震災等へ多額の義援金をご寄付いただいた方々を代表して、美よう室湖畔様に壇上でお受けいただきました。

●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



年少から年長さんまで、17名のみなさんが「チューリップ」「さんぼ」の2曲を手話で披露してくれました。

友達同士や先生と一生懸命練習してくれた成果が発揮され、会場からもたくさんの拍手をいただきました。たちばな幼稚園のみなさん、ありがとうございました。

◆ 手話の歌発表
岡谷たちばな幼稚園のみなさん

福祉事業に貢献された個人・団体に表彰状・感謝状 (敬称略)

- | | | | | |
|--|--|---|---|---|
| 東日本大震災等義援金
長野県共同募金会岡谷市共同募金委員会会長感謝状
(尙美よう室湖畔 岡谷せせらぎ会) | 京セラ(株)長野岡谷工場従業員一同
京セラクリスタルデバイス(株)岡谷事業所従業員一同
京セラコネクタプロダクツ(株)岡谷事業所従業員一同
(株)日本ピスコ従業員一同
(株)ダイヤ精機製作所労働組合
TPR帝友会・TPR労働組合
TPRトータルサービス労働組合・絹の郷労働組合 | 長野県共同募金会
岡谷市共同募金委員会会長感謝状 (団体)
岡谷市仏教婦人連合会
宗教学人真如苑岡谷支部
ボーイスカウト岡谷第1団
ボーイスカウト岡谷第2団
税理士法人三澤会計・みさわ財産コンサルティング(株)
宮坂ひろ子社会保険労務士事務所社員一同
宮セラ(株)長野岡谷工場従業員一同
宗教学人真如苑岡谷支部
岡谷市ボランティアセンター感謝状 (物品)
宮坂 伸 | 福祉基金感謝状 (遺志金)
宇津野健一 井口 章 林 英作
小口 隆 矢崎 斌司
福祉基金感謝状 (寄付金)
財団法人岡谷市ダンス協会 小口 富夫
宗教学人真如苑岡谷支部 東堀星桜会
岡谷市ボランティアセンター感謝状 (物品)
宮坂 伸 | 社会福祉事業特別功労者
笠原 毅 牛山 素吉 関 明
長田 香 牛山 昌子 大塚 秀樹
社会福祉事業協助者
岡谷料食睦会
褒章 (個人)
江島 一 望月 弘明 薩摩林恵美子
堀内 洋子
褒章 (団体)
ハンド&ハンド |
|--|--|---|---|---|

平成 26 年度 岡谷市社会福祉大会実践申し合わせ事項

- ・市民総参加で、みんなが安心して暮らせる福祉のまちづくりに努めましょう。
- ・誰もがいきがいをもって、気軽に参加できるボランティア活動の輪を拡げましょう。
- ・心も軽く、暮らしも軽く。健康で明るく、地域でいきいきと過ごしましょう。
- ・地域の防災・災害時救援組織づくりを進め、普段から支え合い、助け合いの地域づくりを推進しましょう。
- ・学校、地域等が協働して社会全体で子育て支援を推進しましょう。
- ・思いやりの心を育てる福祉教育を推進しましょう。
- ・共同募金運動に協力し、助け合いの輪を拡げましょう。



「岡谷おはなしの会」花岡貴子さんに朗読をしていただきました。
会場のみなさんの拍手により、平成 26 年度の実践申し合わせ事項として確認されました。

◆ 実践申し合わせ事項確認

講演内容要約

「心も軽く、暮らしも軽く」

老前整理



講師 老前整理コンサルタント

坂岡 洋子氏

大阪府出身の坂岡洋子先生は、在宅介護の現場で、ものが多すぎることを実感し、頭と物を整理する「老前整理」を提唱し、中高年の暮らしを軽くする「株式会社くらしかる」を設立し活躍されています。講演内容の要約です。

・住宅改修で、せっかくバリアフリーにして手すりを付けたが物が置いてあって使えない。車イスも段ボールなど物が廊下に置いてあって通れない。これはバリアフリー以前に、物が多過ぎることが問題で、介護する者、される者にとって、逆に物がバリアになっていて。これを解決するには、介護になる前に、老いる前に物を減らすことが今後の暮らしを楽にする。これが老前整理ということである。

・老前整理には、気力・体力・判断力が必要で、これからの暮らしに必要なものは何かを考えながら物の整理をしていくこと。生前整理・遺品整理は財産の継承で残された家族の問題であり、老前整理は、ご自身の問題で、これからの人生を

安全で快適に過ごすためのものである。

・メリットは、掃除が楽になり、ものを探す時間が減る。「片付けないといけない」というプレッシャーがなくなり、どうするか家族で話し合うのでコミュニケーションが増え、無駄なものは買わなくなる。

・片付かない原因は、片付け方がわからない。いつかやろうと先延ばしにする。「捨てたらもったいない。」「いつか使うかも」と大事にしまっておくなどで、ものは意識しないと減らない。増やすより減らす方が難しく、早いうちにやる方が楽である。

・片付けの計画・目標を持つ。ポイントは「いつまでに」ということを決めることが大事。一日何個、一日何分とか、少しずつ無理のないよう余裕を持つてできるようにする。

・捨てるにはルールと勇気が必要。役に立っていないもの、思い入れのあるものは捨てない。役にも立っておらず、思い入れのないものは捨てる。何年も着ていない服や使っていないものは捨てるなど、整理にかかる前に自分なりの仕分けの基準を決めておく。必要なものをキッチンと使うために減らすことである。

・老前整理の鉄則は、一度に片付けようとしなくていい。最初から完璧を目指さない。家族のものには勝手に手を出さないで自分のものを片付ける。事前に収納用具は購入しない。(収納用具に入れても問題解決にはならない。)

・片付けは楽しくなく孤独な作業なので、一つ片付くごとに自分にご褒美を用意するとか、カレンダーにチェックするなど目に見える化すると、続きやすくなる。

・目の前の少しずつの片付けを、無理をせず続けることでスッキリして、ご自身が気持ちよく暮らせるようになる。老前整理は、自分自身を大切にすること。身の周りの環境を整え、安全で安心して暮らしやすくすることである。ぜひ始めてほしいと思う。

決意とは、「将来の生き方を、今、選択する。」ということ、本日のご縁が、皆さんのきつかけづくりになれば幸いです。

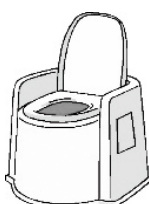
福祉機器リサイクル事業

ご家庭で不要になった福祉機器の情報を必要な方へ提供し、役立てていただく事業です。

- ・交渉、物品のやり取りは当人同士で行っていただきます。
- ・市社協への物品登録期間は3カ月間とし、その間物品は自己管理となります。

差しあげます

- ★No. 41：ポータブルトイレ
- ★状態：プラスチック製 ひじ掛け付
3年前に購入（新品同様）



問合せ 岡谷市社会福祉協議会
電話 24 - 2121 FAX 24 - 3555