

平成24年度

福祉だより

海蔵地区社協 福祉部
海蔵地区民生児童委員協議会

平成24年度も終わりに近づき、福祉だよりを発行させていただきました。

海蔵地区の社会福祉協議会の方々と協力し合い、年度の終わりを無事むかえられる事を御礼申し上げます。

海蔵保育園児・海蔵幼稚園児と高齢者の交流会、区内住民の方が山手中生徒と共に福祉体験教室、全住民の方を対象とした福祉講演会等が開催でき、少しでも地域福祉のお役に立てていれば幸いです。次年度からも更なる地域の皆様のご協力又ご意見を賜りながら、地域福祉の充実に繋がるよう努力したいと考えています。よろしく願い申し上げます。 部長

平成24年度は下記の通り年間行事予定を組み、実施致しました。

| | |
|--------|--------------------|
| 6月28日 | 海蔵保育園児と高齢者との交流会 |
| 9月8日 | 山手中学校生徒を交えて福祉体験教室 |
| 10月25日 | 海蔵幼稚園児と高齢者との交流会 |
| 11月4日 | 海蔵地区運動会にて福祉招待席 |
| 12月8日 | 福祉講演会（メンタルパートナー研修） |
| 3月 | 福祉だより発行 |



※ 福祉体験教室と福祉講演会は素人撮影ですがビデオで撮りました。

よろしかったらDVDをご覧ください。ご連絡は福祉部迄お願い致します。



海蔵保育園交流会

「元気な歌声に感動しました」



海蔵幼稚園交流会

「みなさん そろっていただきま〜す」

海蔵保育園児と高齢者の交流会

海蔵保P代表

平成24年6月28日海蔵保育園にて高齢者と保育園児との交流会が開催されました。

木製うちわ、貝殻ブレスレットへの絵付けは思い思いに楽しく製作できました。

木製うちわを扇ぐと木の良い香りがしてきました。その後は園児の歌が披露され、又一緒に給食を食べたり楽しい時間を過ごせたと思います。最後に園児から手作りコースターのプレゼントがあり、参加していただいた方々もとても喜んでいただけました。そんな姿を見た園児たちは目を丸くしながら嬉しそうだった事が大変印象的でした。



熱心に作品づくり！うまく描けたかな？



お爺ちゃん・お婆ちゃんと給食を戴いています

山手中学校生徒を交えて福祉体験教室

『土鍋でつくる炊き出し訓練』

其の1

山手中P代表

平成24年9月8日 市民センターにて山手中家庭部の生徒を交えて福祉体験講習を行いました。

当日は三重防災コーディネーターの方々を迎えて、実際に土鍋を使ってご飯の炊き出しをしました。生徒達も初めての経験でコーディネーターの方に助けて貰いながらの作業です。東日本大震災で子ども達が活躍していた事例もあり今後起こりえる震災に対しても心強く感じました。

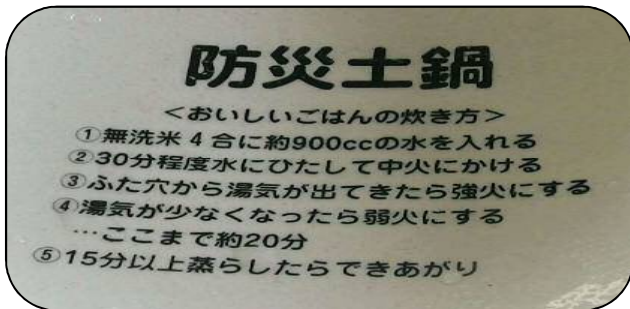
また、炊き出しの合間を使って防災の説明を聞いたり、シュミレーションを行ったり、とても実のある体験をさせていただきました。

其の2

育成会代表

9月8日 山手中学校の生徒の皆さんと「土鍋でつくる炊き出し訓練」に参加させていただきました。地域から「土鍋」には子供の頃から親しんできたように思いますが、ご飯を炊いた記憶は殆どありません。今回は一から教えて頂き良い経験になりました。ご飯の炊ける匂いはとても良い匂いで、もちろんご飯も美味しかったです。また今回使用した土鍋の蓋の裏側には、非常時に土鍋を使った事が無い人でも困らないように、一から手順が書かれており1つ常備して置くと感じました。

ご飯が炊き上がる迄の間は、防災コーディネーターの方々から世間で言われている様な大地震が起こったらどうなるか？また非常時どう行動するべきか？等、Q&Aを取り入れながらたくさん話を聞く事が出来ました。何時間後、何年後、何十年後なのか分かりませんが必ず「来る」と言われている大地震。備えあれば憂いなし、普段からの心構え、準備が大切だと実感した訓練でした。



炊き方の説明が記されている土鍋の蓋（裏側）

炊き上がったご飯でおにぎりを作りました

海蔵幼稚園児と高齢者との交流会

海蔵幼P代表

10月25日に海蔵幼稚園にて高齢者と園児との交流会が行われました。まずホールで園児達による元気な歌の発表があり、その後には高齢者の方々からも素敵な歌を披露して頂きました。

お昼には、民生委員さんと福祉部員さん達が朝から準備してくださったカレーとバナナをみんなで仲良く戴き、はじめて会ったとは思えないほど、和やかな雰囲気での交流会でした。

園児たちもとても良い経験をさせて頂いたと思います。



おばあちゃん達の合唱



愛情いっぱい入ったカレーです



カレーでパーティー

参加者代表

海蔵地区ではいろいろの交流や行事が行われています。今年も地区社協の福祉部と民児協の方々で10月25日爽やかな秋空の日、交流会があり出席しました。年長組さんの組立体操や年少組さんの元気一杯の歌の発表を楽しませていただきました。今年は元気なおばあちゃん達の歌の発表もあり子供達との雰囲気が盛り上がりました。お昼には福祉部と民児協の人達が朝早くから作って下さったおいしいカレーをご馳走になりました。食事の時、可愛い園児より「おばあちゃん手を洗いましたか？トイレは大丈夫ですか？」と声をかけられ、この暖かい言葉に胸が熱くなりました。

この所難しい時局ですがこんな優しい子供達のいる限り海蔵地区の将来は大丈夫と思えました。また「一年生になったら学校で逢いましょうね」と約束して『さようなら』しました。

地区運動会

民児協代表

11月4日海蔵地区連合運動会が開催されました。関係者の皆様が前日から準備をして頂き、又当日は朝早くからお世話をして下さいました。入場行進・開会式～山手中学校吹奏楽部の演奏を聴かせていただき競技の始まりです。

私達民児委員は、福祉席（お一人暮らしの方々）にお弁当・お茶・福祉券を配布し観覧途中に体調不良の方がおられないか目配り・気配りをしながら競技を楽しみました。

この会場の福祉席に参加していただける方は、ご自身又はご家族に送迎して頂ける方のみです。次回も健康に気をつけてご参加下さい、お待ちしております。



山手中吹奏楽部皆さんの演奏

福祉講演会

かけがえのない命をまもるために(メンタルパートナー研修)

海蔵小P代表

メンタルパートナー講習会に参加しました。自殺予防に向け、うつやアルコール依存症の方への気づきや声かけが大事！と勉強になり、普段の仕事でも心掛けようと思いました。又四日市には保健所や病院など、悩み相談出来る施設が多い事が分かったので、悩んでいる人に紹介したいと思います。

民児協代表

12月8日午前10時より海蔵地区市民センター2Fで福祉講演会が開催されました。講師は四日市保健所 予防課の先生です。内容は ①こころの病気とは・・・ ②だれでもかかりうる病気です ③こころの病気は回復しうる病気です と題して各々に細かくビデオを写してお話がありました。こころの健康にはライフスタイルが大切と言う事で ○毎日の生活習慣を整える。その1、バランスの取れた食事 その2、良質の睡眠 その3、適度な運動 など。○リラックスできる時間を日常生活の中に。 その1、ゆっくりと腹式呼吸 その2、ぼんやりと窓の外を眺める その3、ゆったりお風呂に入る その4、軽く体をストレッチする その5、好きな音楽を聴く など。 困ったときは誰かに相談してみよう・・・話を聴いてもらうだけでも、気持ち楽になり、話すことで自分の中で解決策が見つかる、相談にのってもらえたという安心感で、気持ちを落ち着かせる。こころの病気にはうつ病(躁うつ病)・統合失調症(精神分裂病)・アルコール依存症などがあります。いつもと違う行動が見られるようになったら、じっくり話を聴く場を持ち早めに専門家に相談するよう促す。今回 私達の受けた研修のメンタルパートナーとは、自殺予防について正しい知識を持ち、身近な人の変化に気づき、自殺を考えている人、悩んでいる人を相談窓口等へつなぐ役割が期待される人です。たくさんの皆さんに参加していただきました、勉強した事を胸に地域貢献したいと思います。

