

# みんなのふくし

# 3

## 2020



### 菰野中学校 1年生総合学習

1月29日（水）、菰野中学校と保健福祉センターけやきにて総合学習が行われました。生徒たちが福祉について考えるきっかけとして、障がいをお持ちの当事者や支えるボランティアより福祉体験と講話をしていただきました。障がいや年齢に関係なく支え合える社会『共生社会』の実現には、一人ひとりの思いやりの心がとても重要です。

☆トピックス☆

たすけあい♡竹永 認知症講演会

ベビーマッサージ

在宅介護者のつどい

歩行浴更新手続きのご案内

みんなのふくし塾



この広報紙は赤い羽根共同募金を活用して作成しています



## 「みんなの運動サロン」 参加者募集のお知らせ

介護予防運動ボランティアの  
お元気サポーターがサポートします。  
積極的にご参加ください！

と き	と ころ
3/3、17(火) 10:00~11:30	菰野地区 コミュニティセンター
3/5、19(木) 10:00~11:30	鵜川原地区 コミュニティセンター
3/12、26(木) 10:00~11:30	朝上地区 コミュニティセンター
3/10、24(火) 10:00~11:30	千種地区 コミュニティセンター

- 対 象：運動の制限をされていない方
- 持ち物：セラバンド※、タスポニーボール※、  
水分補給できるもの  
※バンドとボールをお持ちでない方  
は貸出できます。



## 「たすけあい♡竹永」 認知症講演会のお知らせ

- と き：3月7日(土)  
10:00~11:30
- と ころ：竹永地区コミュニティセンター  
ホール
- 内 容：講演会「家族や周りの人が認知症に  
なったらやっておきたいこと」  
講師 菰野厚生病院 作業療法士  
櫻井翔氏
- 参加費：無料(申し込み不要)

「家族が認知症になったら  
どうすればいいのかわかるか？」  
「認知症の人にどのような  
対応をすればよいのだろうか？」  
そんな疑問におこたえする  
講演会です。



## 産後のリフレッシュ体操& 「ベビーマッサージ」 参加者募集のお知らせ



- と き：3月23日(月)  
10:00~11:30
- と ころ：保健福祉センターけやき2階
- 内 容：マッサージオイルを使用して、パパ  
ママが赤ちゃんにマッサージを  
行います。  
※当日、オイルが赤ちゃんの肌  
に合うか皮膚テストを行います。  
保健師による身体計測・育児相談  
も実施します。
- 対 象：菰野町にお住まいで、首すわりから  
ハイハイをするまでのお子さまと保  
護者
- 定 員：親子15組 ※先着順
- 参加費：500円
- 講 師：助産師 宇佐美和代氏  
インストラクター 真弓愛氏
- 持ち物：大きめのバスタオル1枚、タオル3枚  
ティッシュ、母子手帳、親のエプロン  
おむつ替え防水シート(あれば)
- その他：前回、申し込みされた方はご遠慮  
ください。動きやすい服装でお越しく  
ださい。

3月9日(月)から受付開始



## 「在宅介護者のつどい」 参加者募集のお知らせ

- と き：3月25日(水)  
10:00~13:00
- と ころ：保健福祉センターけやき2階  
栄養実習室
- 内 容：飾り巻き寿司作りと交流会
- 講 師：水野真美氏
- 対 象：在宅で介護をされている方
- 参加費：無料
- 持ち物：エプロン
- 締 切：3月18日(水)



介護者同士でお話  
する時間もあります  
ので、ぜひご参  
加ください。



## 認知症サポーター こものオレンジリングの会

認知症について知りたい人！  
理解を深めたい人！遊びに来ませんか。

どなたでもご自由にご参加ください。

### 「けやきでお茶のみ会」開催

- と き：3月10日（火）13：30～15：00  
時間内であれば出入り自由です。
- ところ：保健福祉センターけやき2階ロビー



保健師が同席させていただきます。  
認知症のこと、介護のこと、ご相談ください。

お茶のみ会は、「認知症サポーター」がサポートしています。一緒に活動していただけるサポーターを募集しています！

## こんなとき どうする？ その10

●ご近所さん  
今日は燃える  
ごみの日ですよ

●おばあちゃん  
……。そうなの？

●ご近所さん  
缶や瓶は今日じゃないですよ

●おばあちゃん  
……。

何度もこのようなことがあったら、もしかしたら認知症かも？一度、お医者さんに相談してみてはいかがでしょうか？



「みんなのふくし」は視覚に障がいのある方へ音声データ「声の広報」でお届けすることができます。社会福祉協議会までお問い合わせください。



## 認知症サポーター養成講座 参加者募集のおしらせ

- と き：3月7日（土）9：30～11：30
  - ところ：保健福祉センターけやき2階ホール
  - 内 容：認知症についての講義など
  - 受講料：無料
  - 講 師：認知症キャラバン・メイト
  - 問い合わせ：地域包括支援センターTel391-2220
- ☆併せて認知症巡回個別相談会（オレンジスマイル）も行います



## 認知症カフェを知る

- と き：3月28日（土）13：00～15：00
- ところ：保健福祉センターけやき2階ホール
- 参加費：無料（申し込み不要）

### プログラム

13:00～ 認知症カフェってどんなところ？

13:30～ 講演会

「存在の痛みに寄り添うコミュニケーション」  
～五感対話法を使って～



講師：関西福祉大学 社会福祉学科教授  
都村 尚子氏

- 問い合わせ：菰野町社会福祉協議会 Tel394-1294

## 保健福祉センターけやき内 歩行浴をご利用の皆様へ 歩行浴更新手続きのご案内

- 期 間：3月16日（月）～31日（火）  
9：30～15：30  
※3月22日（日）、29日（日）は休み
- ところ：保健福祉センターけやき  
1階受付横
- 方 法：更新手続きはご本人と面接して  
行います。  
※代理での手続きはできません。

更新をされないと登録削除となりますのでご注意ください。



菰野町社会福祉協議会の  
Facebook ページ  
取り組み、お知らせなど  
随時更新中！



## 菰野町ボランティアセンター事業「みんなのふくし塾」 ～ ボランティア活動のこれまでとこれから ～



現在、ボランティア活動をしている方、そしてボランティア活動を始めてみたい方向けの講座です。多種多様な地域の支え合い活動が創り出される中、「今だからこそ、ボランティアを考える」について自身もボランティア活動者である高田短期大学の蒔田勝義先生にお話しいただきます。

これまでボランティア活動が果たしてきた役割、そしてこれからのボランティア活動のあり方について皆さんと一緒に考えてみます。ぜひ、ご参加ください。

- とき 3月20日(金祝) 10:00～12:00
- ところ 保健福祉センターけやき2階・けやきホール
- 講師 高田短期大学・蒔田勝義氏
- \*参加費 無料
- \*対象 ボランティア活動に関心のある方、現在活動されている方
- \*申込 3月13日(金)まで



## 令和2年度 菰野町ボランティアセンター登録団体情報更新のお願い

菰野町ボランティアセンターにご登録いただく団体に、現状把握と令和2(2020)年度の登録情報の更新手続きを行います。

ボランティアセンターよりお送りした書類に必要事項をご記入の上、**4月30日(木)まで**にご提出いただきますようお願いいたします。ご不明な点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

- 【報告書類一覧】
- ①菰野町ボランティア・市民活動団体登録票(令和2年度)
  - ②グループ会員名簿(令和2年度)
  - ③ボランティアグループ活動報告(平成31/令和元年度の活動実績)



## 令和2年度 ボランティア活動保険のご案内

3月より、令和2(2020)年度ボランティア活動保険加入申込手続きを開始いたします。

補償期間は令和2年4月1日～令和3年3月31日までの1年間となります。尚、令和2年度より加入プランが「基本プラン」と「天災・地震補償プラン」の2プランになります。

加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
保険料	350円	500円

## ～ 菰野町ボランティア連絡協議会の会員の皆さまへ～ 令和2年度ボランティア連絡協議会年会費納入のご案内



3月から令和2年度のボランティア連絡協議会年会費の受付をいたします。会員の方は、令和2年3月末までに令和2年度のボランティア連絡協議会会費を事務局までお納めください。会費をご納付された会員は、ボランティア活動保険の加入手続きも併せて事務局で行いますので手続きはご不要です。



●年会費:400円

【訂正とお詫び】弊紙「ボランティアおしらせ版 VOL.347」掲載のおもちゃ診療所おもちゃリユースプロジェクトの募集期間に誤りがありましたことを訂正してお詫び申し上げます。 **正) 募集期間:3月2日(月)～5月30日(土)**

### 社協が主催する講座やボランティアスクールのご案内3月

日	曜日	時間	活動内容	場所	日	曜日	時間	活動内容	場所
5	木	19:00～	手話体験講座2	けやき	12	木	19:00～	手話体験講座3	けやき
11	水	9:30～	ファミリーサポート会員講習会4	けやき	20	金	10:00～	ボランティア講座「みんなのふくし塾」	けやき

申し込み・問い合わせは菰野町ボランティアセンター(社会福祉協議会) TEL394-1294 FAX394-3422

# ボランティアグループ7月間カレンダー3月予定表



菟野町ボランティアセンター発行



第374号

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
随時			けやき友の会 活動日	けやき
			いろえんぴつ 活動日	けやき
2	月	9:30~	あさがお 活動日	けやき
		10:00~	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
3	火	9:30~	つくしの会 活動日	現地
		9:30~	あさがお 活動日	けやき
		9:30~	にこにこ 定例会	けやき
4	水	9:30~	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30~	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		9:30~	あさがお 活動日	けやき
		10:00~	ともしびの会 活動日	けやき
		13:30~	認知症ステッカーG 活動日	けやき
		19:30~	手の会(夜の部) 定例会	けやき
5	木	8:00~	センター給食 活動日	けやき
		9:30~	どんぐり 定例会	けやき
		9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		14:00~	響きの会 活動日	けやき
6	金	10:00~	手の会(昼の部) 定例会	けやき
		19:30~	オルゴール 定例会	けやき
		19:30~	オレンジの会 定例会	けやき
7	土	9:30~	かつこう 活動日	けやき
8	日	8:30~	ひまわりの会 活動日	菟野コミセン
9	月	9:30~	おもちゃ箱 活動日	けやき
		10:00~	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
10	火	9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
11	水	9:30~	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		13:00~	真菰の会 定例会	朝上コミセン
		19:30~	手の会(夜の部) 定例会	けやき
12	木	8:30~	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
		9:00~	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
		9:00~	千寿会 活動日	けやき
		9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
13	金	8:30~	鶴の里会 活動日	鶴川原コミセン
		9:00~	さくらの会 活動日	朝上コミセン
		9:30~	にこにこ 活動日	けやき
		10:00~	手の会(昼の部) 定例会	けやき
		14:00~	響きの会 自主勉強会	けやき
		19:30~	オルゴール 定例会	けやき
19:30~	オレンジの会 定例会	けやき		

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
14	土	10:00~	すたんぷ 活動日	けやき
		14:00~	おもちゃ診療所 活動日	けやき
16	月	9:00~	千寿会 活動日	けやき
		10:00~	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
17	火	9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
18	水	9:30~	つくしの会 活動日	現地
		9:30~	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30~	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		10:00~	ともしびの会 活動日	けやき
19	木	19:30~	手の会(夜の部) 定例会	けやき
		8:00~	センター給食 活動日	けやき
		9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		9:50~	どんぐり 活動日	現地
20	金	9:00~	けやき友の会 定例会	けやき
21	土	9:30~	かつこう 活動日	けやき
22	日	13:00~	フォー・クローバー 活動日	竹永コミセン
23	月	10:00~	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
		8:30~	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
		9:00~	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
25	水	9:30~	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		13:00~	真菰の会 定例会	朝上コミセン
		19:30~	手の会(夜の部) 定例会	けやき
		9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
26	木	8:30~	鶴の里会 活動日	鶴川原コミセン
		9:00~	さくらの会 活動日	朝上コミセン
		9:30~	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		9:00~	「旬」おやじの料理を楽しむ会	けやき
27	金	10:00~	手の会(昼の部) 定例会	けやき
		14:00~	響きの会 活動日	けやき
		19:30~	オルゴール 定例会	けやき
		19:30~	オレンジの会 定例会	けやき
28	土	8:30~	ひまわりの会 活動日	菟野コミセン
		19:00~	すたんぷ 活動日	けやき
30	月	10:00~	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき

●この紙面にはボランティアセンター登録グループのうち希望される団体の活動予定を掲載しています。

●この紙面に記載の内容は、変更することがありますので、各自で事前にお確かめください。

菟野町ボランティアセンターURL

<http://komonovc.sakura.ne.jp/index.htm>

ボランティア活動カレンダーURL

<http://komonovc.sakura.ne.jp/yotei/index.htm>





## 子育て chu!

### 子育てリレーエッセイ No.190

諸岡由美さん (田光)

我が家には、7歳、6歳、2歳の女の子がいます。上2人は年子で何をするにも一緒！仲がいいかと思ったら、ほんの些細なことでも張り合い、ケンカも日常茶飯事(笑)。お姉ちゃんの真似をする三女に癒されながらのドタバタな毎日です。

菰野町に来てもうすぐ3年ですが、初めは心細く不安でいっぱいでした。「子どもの育て方は慣れるよね」と言われることも多く、「保育士だからちゃんとしなくちゃ！」と感じる日々。でも実際は、自分の子どものことになるとイライラしたり、つい感情的に怒ったり…なんでこんなにイライラするんだろうと、落ち込み悩むことだらけ。子どもに対して求めることが、いつの間にか子どものためでなく、自分の都合になっていたことに気付いたときは、愕然としました。子どもと向き合うことは、自分と向き合うことでもあるんだと痛感しています。

そんな私にも、「ママ大好き！いつもありがとう」と何度も伝えてくれる子どもたちの存在は可愛く、本当に救われています。ありがとう。

今では、幼保園や子育てサロンでたくさんの出会いに恵まれ、たわいもない話をしたり、一緒に成長を喜び、悩みを共有できる人が近くにいることが心強く、肩の力が抜けたように思います。

仕事復帰まであと少し。今と違った生活が始まることに不安もありますが、周りの人と支え合い、子どもたちにたくさんの「大好き！」を伝えながら、今を大切に過ごしていきたいです。

## みんなで作ろう！ 子育てサロン 3月の予定



育児がますます楽しくなるように子育て中のお父さんお母さんの仲間作りを応援します！

菰野 (ヤッホー)	3/6(金)、18(水)	9:30~11:30 菰野コミセン
鷗川原 (うきうき)	3/12(木)、25(水)	10:00~11:30 鷗川原コミセン
竹永 (ふわふわ)	3/5(木)、19(木)	10:00~11:30 竹永コミセン
朝上 (きら☆きら)	3/5(木)、19(木)	10:00~11:30 朝上コミセン
千種 (あい・アイ)	3/4(水)、18(水)	10:00~11:30 千種コミセン

(コミュニティセンター [略]コミセン)

## 温かい善意

社会福祉協議会は、皆様からの「温かい善意のご寄付」を地域での助け合い活動・ボランティア活動・子育て支援事業などの活動資金として有効に活用させていただきます。

このたび、下記の皆様よりご寄付をいただき、心よりお礼申し上げます。

1月15日 匿名 100,000 円

1月29日 コモノ・アスレチック運営様 98,822 円

2月 5日 匿名 (伊勢市) 126,597 円

菰野町わかば作業所へ

1月30日 あゆみの会様 160,000 円



コモノ・アスレチック運営様より新春チャリティイベント募金のご寄付をいただきました。

ご寄付についてのお尋ねは社会福祉協議会  
TEL394-1294までご連絡ください。

編集・発行 社会福祉法人菰野町社会福祉協議会

TEL394-1294 FAX394-3422

〒510-1253 三重県三重郡菰野町潤田 1281

菰野町保健福祉センターけやき内

Eメールアドレス komono-f@m2.cty-net.ne.jp

Facebook <https://www.facebook.com/komono.shakyo>

ホームページ

菰野町社協



### 今月のデータ

R2.2月現在 外国人を含む

町総人口 41,652 人 ( ↓ )

世帯数 16,604 世帯 ( ↓ )

65歳以上人口 10,707 人 ( ↑ )

高齢化率 25.7 % ( → )

年少人口 (14才以下) 5,767 人 ( ↓ )

年少人口率 13.8 % ( → )

一人暮らし高齢者数 586 人 ( ↓ )

障害者手帳保持者数 1,957 人 ( ↓ )

R2.1月現在

介護保険要介護認定者数 1,599 人 ( ↑ )

( ) 内矢印は、先月比