

社会福祉だより

2021年1月1日 第161号

2020年12月1日現在

総人口 6,742人

65歳以上人口 2,862人

高齢化率 42.45%

〔発行〕

智頭町社会福祉協議会

八頭郡智頭町智頭 1875

TEL75-2326 FAX75-4110

志あわせ



歳末助け合い募金の使い道を紹介

ひとり暮らし高齢者の年越しおせち事業

平成元年から民生委員さんのご協力のもと、ひとり暮らし高齢者の方々へ年末年始を心豊かに過ごしていただけるよう、おせちをお渡ししています。

満73歳以上のひとり暮らしの方が対象です。

通いの場について

Vol.2

■「認知症」について

国の調査によると、認知症高齢者の人数が、2025（令和7）年には約700万人、65歳以上の高齢者の約5人に1人が何らかの形で認知症になっていると見込まれています。今や認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気です。

■何も分からなくなる人？

認知症の症状と聞くと、記憶障害である「物忘れ」を思い浮かべると思います。物忘れは、多かれ少なかれすべての認知症の症状に現れます。なかには、物忘れが非常に強く、体験全部を忘れてしまうこともあります。「そんなこと言っていない」「繰り返し同じ質



問をする」など、周りの人が参ってしまいうことがあります。

■ご本人も「おかしいこと」に気がついていきます

認知症の症状に最初に気づくのはご本人です。いままでやってきていた家事や仕事などがうまくいかなくなってきた、何か自分のなかでおかしなことが起こっていることに対して不安でいっぱいになります。同時に、認めたくない気持ちも強くあって、周囲からの指摘や小言には過剰に反応してしまいます。

認知症という病気になった

人の気持ちを理解することは容易ではありません。でも、多くの人が町の中で暮らしており、近所の方々や日常生活で接点を持つ商店や金融機関、公共交通機関など社会のあらゆる場面で、どれだけ配慮できるかが重要になります。

周りの人が少しでも理解していく気持ちを持って、ちょっとしたさりげない手伝いをし、いき、今まで通り付き合っていくことが一番の支援です。

■オレンジカフェの紹介

コーヒーやお茶を飲みながら自由な雰囲気の中で、認知症の人やその家族の方、近所の方々が気軽に集う場所です。何かをしないといけないという縛りもありません。ここでは、専門職などを交えながら、おしゃべりや日頃の悩み、認知症についての相談ができます。カフェという自由な雰囲気のなかで、支える人

オレンジカフェ開催日



オレンジカフェの様子（山形第一地区公民館）

◎「ほのぼの」 ひだまりホール

毎月第3月曜日 11:30～13:00
参加費：100円
（お飲み物代として）

◎山形第一地区公民館

毎月第3木曜日 10:00～11:30
参加費：100円
（お菓子・お飲み物代として）

と支えを受ける人に分かれることなく、自然に集まれる場所です。
智頭町では、ほのぼのひだまりホールと山形第一地区公民館で月1回実施されています。ぜひ、ご参加ください。

■「通いの場」の必要

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本来、認知症の進行予防にプラスとされる外出や人との交流が制限されてしまいました。また、家から外出せず、引きこもって体を動かさないと食欲が落ちて栄養不足と運動不足で筋肉量が減り、身体機能が低下していきます。

新型コロナウイルス感染症に気をつけつつ、健康を維持していくことも重要です。皆さんがマスクの着用や手洗いなどの感染予防行動を徹底し、



ミニデイの様子

換気を良くして、人との距離が密にならないように気を配りながら、通いの場は開催されています。

通いの場とは

地区公民館や集落の集会所などに集まり、お茶やお食事、体操や趣味の活動を行うことです。

智頭町では、「ふれあいサロン」や「ミニデイ」、「老人クラブ」などの活動が盛んに取り組まれています。

オレンジカフェのように認知症になっても気兼ねなく通える場所など「地域の皆さんが安心して暮らせる町へ」そのような取り組みを智頭町社協がお手伝いします。お気軽にご相談ください。

連絡先

総務課
地域福祉
グループ

TEL(75)2326



～コロナ禍でのひまわり会開催～

令和2年度に入って中止していたひまわり会を9月から再開しています。

通常は毎月1回全地域のひまわり会員が集まっていますが、コロナ禍では一同に集まるのは難しいと判断し、2回に分けて検温・消毒・部屋の換気などコロナ対策を行いながら開催しています。また、給食ボランティアさんによるお弁当作りは中止し、地元業者さんのお弁当を利用しています。

様々な自粛を強いられている中でのひまわり会の開催ですが、参加した会員さんは大変喜んでおられます。



密を避け間隔を空けて座っています



受付で検温と手指消毒を徹底！



9月はレクリエーション・10月は図書館司書さんの音読教室



季節感のある手作りのお弁当

地域の福祉教育活動紹介

智頭中学校

認知症サポーター養成講座



地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする認知症サポーターを養成する取り組みが「認知症の人と家族の会」の吉野立氏講師のもと開かれました。

「認知症の人は困った人ではなく、困っている人だということ。」「してあげるのではなく、一緒にするということが大事。」などの感想があり、認知症に対して正しい知識と理解を持つキッカケになったのではないのでしょうか。今後、認知症の人と家族を地域で支えていく担い手としての活躍が期待されます。

智頭小学校

高齢者疑似体験



智頭小学校4年生が福祉学習の一環で、高齢者疑似体験装具（耳栓や手足の重り、特殊眼鏡など）を装着して、日常生活動作を疑似体験しました。

本を読んだり、小銭を探したり、服のボタンを留めたりなど、普段何気なく行っていることが、疑似体験装具によりその立場になって気づき考えることが出来ると思います。高齢者の方への理解と思いやりの心を育むきっかけとなる良い体験が出来るのではないのでしょうか。

智頭農林高校 福祉教育連携

地域住民の方々が介護へ関心を持ち、将来的に介護職員として地域で活躍ができるよう福祉教育の推進に取り組んでいます。その一環として、智頭農林高校とは介護の専門的な資格である介護職員初任者研修をはじめ、介護施設でのインターンシップ（現場体験学習）の受入れなどで連携を図っています。

智頭農林高校との連携内容

智頭農林高校



- ・学生ボランティアの受入れ
- ・インターンシップ(現場体験学習)の受入れ
- ・介護職員初任者研修の施設実習受入れ

智頭町 社会福祉協議会



- ・学校授業への講師派遣
- ・介護職員初任者研修の講師派遣

※介護職員初任者研修…2013 年度よりホームヘルパー 2 級が介護職員初任者研修に変わりました。

2020年度 表彰者紹介

多年にわたり、智頭町をはじめとする各地で福祉の推進に尽力された方々をご紹介します。

(敬称略)

智頭町社会福祉協議会 会長表彰

◎民生児童委員功労者(5名)

福田 達志 竹下 逸雄

佐々木賢次 小林 一晴

長谷 諭

◎地区社会福祉協議会功労者(1名)

聲高 弘之

◎社会福祉功労者(11名)

西尾くさ代 白岩ちづる

大坪 明美 寺谷 紀子

国政勢津子 国政 正子

久本 知子 河村 財子

国政 幸子 目春 陽子

平尾 順子

◎福祉団体・福祉施設功労者(4名)

木村真由美 三谷真由子

武田 明子 山崎 詩穂

鳥取県社会福祉協議会 会長表彰

◎社会福祉施設・団体職員功労者(1名)

葉狩真由美

全国社会福祉協議会 会長表彰

◎永年勤続功労者(1名)

河村 啓江

智頭町老人クラブ連合会 会長表彰

黒岩 悦雄 古谷 章二

鳥取県老人クラブ連合会 会長表彰

◎個人表彰の部(2名)

國政 隆昭 西尾 庄司

鳥取県身体障害者福祉協会 会長表彰

◎役員功労(1名)

谷村 泰照

デイサービス横の中庭に お花を植えました

散歩する利用者様の話題の一つになればと思い昨年からデイサービス横の中庭に花を植えています。

「きれいだなぁ」「この花、変わっとなぁ」「なんぼでも草取りするで」という利用者様からの声を頂き、とても嬉しく思いながらも、まだまだ少ない花々に『もっと喜んでもらいたいっ!』という意欲が沸々と湧き上がってきます。夢は『一年中楽しめる中庭』です。そんな中庭を目指してこれからも創意工夫していきます。

よろしければ、町民の皆様も保健センターほのぼのにお越しの際はぜひご観覧ください。



“人生会議”の取組みを すすめています

人の命には限りがあります。誰でも病気や事故、認知症の進行などによって、自分自身の思いや考えを伝えられなくなる時が必ず訪れます。

もしもの時のために、自分自身が望む医療や介護について、前もって考え・話し合い・共有する取り組みを「人生会議」(ACP: アドバンス・ケア・プランニング)」と呼びます。

智頭町社協では、この人生会議(ACP)の普及をはかるため、さまざまな啓発活動に取り組んでいます。

住民の皆様からのご要望があれば、出前研修も行いますので、お気軽にご相談ください。



人生会議で使用する「終活支援ノート」

勝手に表彰!

第24号



てら さか みつ こ
寺坂光子さん(富沢)

智頭町の人権擁護委員を7年務められ、また町赤十字奉仕団、地区の婦人会、給食サービス、各種高齢者の集まる会などで、たくさんのボランティア活動をされている寺坂さんを紹介します。

智頭町特産の花「りんどう」を栽培して50年!ストレスを溜めないように、無理せず自分の好きなだけ出荷して、楽しみながら農業をされています。また、じっとしていられない性格で、手芸をするなど空いた時間は常に何かをしているそうです。

「ボランティア活動は人の役にたち、友だちが出来るし、得るものがたくさんあり自分のためにもなっています。元気でボランティアができることがありがたく、楽しく、生きがいです。」と、おっしゃる寺坂さんの宝物は『友だち』だそうです。お友だちとのお喋りが元気の素となっているそうです。

お元気でボランティア活動や農業を頑張っている、明るくポジティブな寺坂さん、勝手に表彰します!



自宅や公民館から作った作品です



今年はコロナでマスク作りにハマリ
みんなにプレゼントしました

読者の

ひろば



◆前号の「志あわせ」を

読んで♪

私の好きな言葉は「新友」「親友」「深友」という言葉です。人は生まれた時から命つきるまで「友」づくりに励むものです。

人は一人では生きていきません。まして「親友」「深友」ともなれば簡単にはできません。私八十歳を過ぎて「親友」「深友」は何人いるでしょうか。相手を思いやる心や努力なくしてつくれるものではありません。「深友」づくりは永遠の「テーマ」です。

ひまわり会へ気軽に参加して、みんなで楽しく過ごせる事を感謝しております。

(智頭 女性)

毎回配布される社協の広報誌は楽しみの一つです。内容も幅広く、子ども達の様子から町内各地の活動の様子など、社協としてのいろいろな事業が紹介

されていて、とてもうれしく思っています。

特に私も関係のあるミニデイ・サロンなどは、他の地区の活動の様子が良くわかります。こうした活動も社協の支援があつてできることであり、80歳を越えた今も、笑顔で健康でいられることに感謝しています。これからも広報誌が届くのを楽しみに待っています。

(富沢 女性)

☆ご感想ありがとうございます。

◆「志あわせ」の感想・ご意見お寄せください♪

本誌への感想やご意見をお寄せいただいた方の中から、抽選で5名の方に商品券を進呈します。締切りは1月31日(日)必着です。

応募方法は、ハガキ又は応募用紙に住所、氏名(ふりがな明記)、本誌の感想をご記入の上、郵送又はFAXで送付いただくか、智頭町社協へご持参ください。

※応募用紙は社協窓口にあります。

宛先 〒689-1402

智頭町智頭1875番地

智頭町社会福祉協議会総務課

FAX 7514110

ぱれっと三田からのお知らせ

ぱれっと三田で作っているお菓子や自主製品を『ちえの森ちづ図書館』で販売する事になりました。図書館で読書の合間や友人との楽しいひと時など、様々なシーンで皆様にぱれっと三田のお菓子を食べて頂ければと思います。販売と合わせて展示物で事業所紹介などもする予定です。また、今後町内にある他の福祉事業所と連携して地域の皆様と交流し、知っていただける機会を作っていきたいと思っています。販売の日時などはぱれっと三田までお問い合わせください。



お問い合わせ TEL.75-4701

ご寄付ありがとうございました

(2020年9月～11月まで)

*古布・タオル・裁断布 等

藤原 和子 様 岡本 寛子 様
田中 信一 様
智頭町赤十字奉仕団 様
鳥取南更生保護女性会 様
八頭郡退職公務員連盟 女性部 様
匿名多数

*入浴用椅子、レトルト介護食、紙オムツ 等

稲塚 憲雄 様 平尾 一恵 様
匿名多数

*手作り作品

中村 利江 様
寿村 正芳 様
匿名



*使い捨てマスク

安住 博幸 様

*玄米 30kg×2袋 (ぱれっと三田へ)

佐々木 雅代 様

*新米 10kg (心和苑へ)

JA鳥取いなば女性会
智頭支部 様



*一金 33,902円 (バザー売上金)

世界平和統一家庭連合 鳥取家庭教会
鳥取南地域

*ぱれっと三田・自立の家・あおぞら (グループホーム)

配食サービスへの各種食材
各地区給食ボランティア 様
匿名多数

香典返し寄付金は、サロン活動等で地域の皆様に活用していただいています。

11						10						9						月
五〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	金一封	金一封	五〇、〇〇〇	一〇〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	二〇、〇〇〇	ご寄付額(円)	住所
智頭	西谷	東宇塚	智頭	南方	智頭	三田	福原		南方	智頭	芦津	三吉	智頭	中田	埴師	智頭	故人のお名前	住所
田中	藤原	草刈	山下	西尾	石谷	谷口	玉木		米井	伊藤	寺谷	稲塚	国岡	佐々木	河村	岡田		住所
幸子	稔	弘昭	日出男	幸治	恵美子	千代子	美代子		昭代	楯樹	太志	八代枝	恒子	次美	すみ子	博光		住所
92	89	82	71	86	93	97	94		82	75	66	86	92	83	95	78	年齢	住所
田中	藤原	草刈	山下	西尾	石谷	谷口	玉木	匿名	米井	伊藤	岡田	稲塚	国岡	佐々木	河村	岡田	寄付者(ご芳名)	住所
信一	桂月	則男	康子	光正	公	辰夫	智久		一	真美	多恵子	憲雄	宏	達也	博恭	広三		住所

◎了解をいただいた方のみ掲載しております。敬称略

(2020年9月～11月まで)

香典返し等寄付金ありがとうございました

ふれあいサロン紹介

Vol.62

・登録数 106グループ ・登録者数 1,523人（11月30日現在）

惣地集落いきいきクラブ（富沢）

昨年1月にサロンを登録して1年。いきいき百歳体操をするサロンです。会員は16名（男性5名・女性11名）平均年齢83歳 最高齢者は、92歳です。智頭町からの勧めがきっかけで、自分自身の健康維持を目的に、毎週火曜日に農作業は休憩して、惣地公民館に集まっています。「一人では続かんけど、みんなと一緒に楽しみながらしています」「自分の体調に合わせて無理せず出来て良い」「いきいき百歳体操は分かりやすいから続くのかな」など、皆さんの感想です。

これから先もいきいきと暮らしていけるように、みんなで頑張って続けて行くそうです。



サロンの仲間です。今日はいつもよりちょっと少なめ♪



テレビ画面を観ながら体操します



ふれあいサロンは一部赤い羽根共同募金の配分金で運営しています。

ふれあいの場

ミニデイ紹介

Vol.32

60歳以上の方の健康の維持・増進・生きがいのある生活を支援する活動「ミニデイ」の活動を紹介します。
登録数：37グループ 登録者数：663人（11月30日現在）

下町ミニデイ（智頭）

昨年の4月に35名で登録しましたが、新型コロナウイルス感染症の為、6月から活動をしています。現在は会員が9名増え44名になりました。

60代から90代の年齢層の広い会です。

下町ミニデイの特徴は、人数が多いため下町 8班を2組に分けて、毎月5日と15日の2回開催していることです。11時半頃から下町公民館に集まりお喋りを楽しみ、お弁当を食べて14時頃までゆっくり過ごします。「以前はほのぼのである脳トレに参加していたけど、今はミニデイのほうに参加している」「近くて集まりやすい」など参加者の声があり、月に1回のミニデイ開催をみなさん楽しみにされています。役員さんの「これからも続けて行こうで!」という声にみなさん賛同されています。

みなさんに喜んでもらえて嬉しいです!



温かいお汁を手作りしています



会員手作りのテーブルの脚! すごく活躍しています



下町ミニデイのみなさん（1～4班）