

村の“ほっと”ステーション のぎく荘だより

2025.2.1

No. 64

発行 社会福祉法人
西原村社会福祉協議会
阿蘇郡西原村大字小森 572 番地
地域福祉センター内
TEL096-279-4141 FAX096-279-4388
総合相談用 096-279-4140



ふれ愛！ささえ愛！育てよう福祉の心と輪！！



もくじ

のぎくまつり.....	2～5	スーパーサロン.....	24
夏休みワークキャンプ.....	6～11	ザ！男の料理人・のぎくの会.....	25
デイサービスコーナー.....	12～15	生活たすけ愛サポート事業.....	26～27
西原すみれの会.....	16～17	地域支え合いセンター.....	28
訪問介護コーナー.....	18～19	療育相談事業.....	29
ケアマネジメントコーナー.....	20～21	子育てサポートセンター.....	30
やまびこ&つなげるネットワーク.....	22	一人で悩んでいませんか？.....	31
安心ネットワーク(緊急連絡票)の配備.....	23	命を支えるフードバンク活動.....	32

※この広報紙の作成費及び、掲載事業の一部には社会福祉協議会会員会費及び赤い羽根共同募金の配分金が使用されています。



“第25回 のぎくまつり” を開催しました



10月20日(日)西原村総合体育館で「のぎくまつり」を開催しました。

オープニングでは子ども達による迫力ある夢運太鼓が披露され、くまモンステージではくまモンが登場すると子ども達も大喜び!晴天にも恵まれ多くの来場者においでいただきありがとうございました。



オープニング

夢運太鼓



夢運太鼓の力強い
ステージ
音色に迫力が
あります



くまモンステージ



大人気の
くまモンに
登場して
いただきました



© 2010 熊本県くまモン 2024.10.20 撮影

式典・表彰

プラチナ婚 (結婚70年)

①吉田美代志・クミコ 夫妻 (瓜生迫)



結婚70年って
凄いですね

ダイヤモンド婚 (結婚60年)

①河上 靖・シズヨ 夫妻 (医王寺)



②前鶴義博・節代 夫婦 (星田)



③吉岡成廣・哲子 夫妻（北向新屋敷）



④山本義清・泰子 夫婦（高遊東）



⑤山田則幸・経子 夫妻（高遊西）

⑥甲斐 募・ヤエ子 夫妻（高遊中）

家族介護（在宅において3年以上の介護）

①田屋増男様（上布田） ②森川武光様（下小森）

ボランティア活動（地域で長年ボランティア活動）

①廣瀬ミキ代様（袴野） ②今村あつ子様（下布田） ③立岡恵理子様（北向新屋敷）

④西田伸子様（高遊西） ⑤佐藤ヨシミ様（高遊中） ⑥長島雅子様（高遊中）

⑦西田愛子様（高遊西）

にしはら保育園児ステージ



秋をテーマに
歌ってもらいました。
かわいい子どもたちに
癒されます



河原小とのぎく荘ダンス



4年生と
すみれの会の方の
恋ダンス。
息のあったステージ



寸劇「なりすまし詐欺に気をつけて」

出演
息子 上村直樹様
父 岩下源一郎様
母 坂本みどり民生児童委員
警察官 山下大輔警部補
ナレーション 左座寛仁さん(山西小6年生)



なりすまし詐欺とは、メールやSNSなどに有名人や異性から連絡がきて恋愛感情に乗じて、金銭を振り込ませるものです。全国的に増えている詐欺の手口になります。

「明日は我が身」と受け止めて詐欺被害に遭わないよう「皆さん気を付けましょう!!」

フィナーレ 河原小 ソーラン節



急ぎをお願いしましたが、
快く引き上げていただき
ありがとうございました。



体験コーナー

缶バッチとプラバン作りと輪投げなど遊べるコーナー



もちつき体験

風が強く餅の温度や餅粉が飛んで苦労しました



ハイゼックス米

耐熱袋にお米と水を入れて作る非常食！
みんな頑張って 300 食できました！



カレー作り

移動式炊飯釜で 300 食作りました。味も美味しいと好評



気晴らしカフェ

毎週金曜日に五木源住宅（たんぽぽハウス隣）で「気晴らしカフェ」が開かれています



出店の様子

西原村ボランティア連絡協議会に所属されている方や障がい者施設の製品を販売していただきました



西原中 1 年生ボランティア

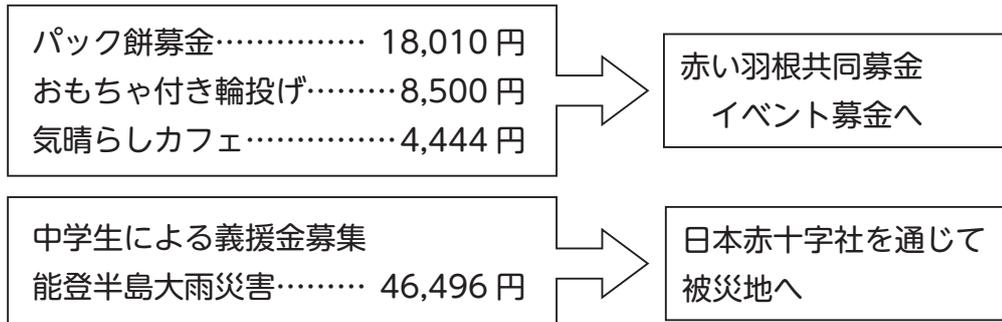
色々なブースに分かれて 1 日手伝っていただきました



ボランティアで準備など大変お世話になりました

日置利則様（音響）、河上重幸様（ビデオ撮影）、隊友会、男性民生児童委員、役場青年部（テント設置・撤収）、女性民生児童委員（餅つき、野菜切）、防災ボランティアにしはら（ハイゼックス米）、男性料理教室・ヘルスセイブ（カレー）、灰瀬聖奈様・村上康成様（写真撮影）、松岡春雄様・片山明人様（受付）、東由美子様・坂本みつ代様（もちつき）他たくさんの方に前日から当日までお世話になりました。

のぎくまつり募金報告



次回の「のぎくまつり」も皆様のお越しをお待ちしております。

夏休み ワークキャンプ



ワークキャンプとは

小学校3年生から6年生を対象にした事業で、お年寄りの方や体の不自由な方々が利用される社会福祉施設等でボランティア活動を体験するものです。お年寄りの方や体の不自由な方々の、お話し相手になったり、入浴や食事のお手伝いなどの体験学習をとおして、だれもが、いつでも、どこでも、偏見や差別なくボランティア活動ができるような習慣を身につけることを目標としています。

スケジュール

学校名・学年	種別	期日	内容
河原小・山西小5年生	のぎく荘ふれあい交流会	8月 2日(金)	高齢者の疑似体験
河原小・山西小6年生	のぎく荘1日訪問型	8月 5日(月)	視覚障がいについて学ぼう
河原小・山西小5、6年生	小規模多機能ホーム みなもと訪問型	8月 6日(火)	介護施設でのお仕事について学ぼう
河原小・山西小4年生	のぎく荘1日訪問型	8月 7日(水)	聴覚障がいについて学ぼう
河原小・山西小3年生	地域ふれあい探検隊	8月 9日(金)	地域の施設について学ぼう
河原小・山西小5、6年生	くまもと長寿苑 そよ風訪問型	8月19日(月)	介護施設でのお仕事について学ぼう

のぎく荘ふれあい交流会 5年生

お一人暮らしのおじいちゃん、おばあちゃんと小学校5年生による「ふれあい交流会」。

今回は、午前中は高齢者の疑似体験を行い、午後からみんなで一緒に風鈴作りや夏の出店遊び・花火で思い出をたくさん作ることができました。みんなの笑顔と笑い声で素敵な1日になりました。民生児童委員さんにも参加の取りまとめ等ご協力いただき、交流会にも参加され、笑顔がたえない素敵なひとときの時間となりました。





祭 みんなで夏祭り



花火大会



のぎく荘 1日訪問型 6年生

視覚障がいをお持ちの方への理解と関心を深めるため体験学習を通して、いつでも、どこでも、気軽に、楽しくボランティア活動ができる習慣を身につけることと、「思いやりや、人の痛みのわかるやさしい心」の育成を目的とします。



のぎく荘 1日訪問型 4年生

聴覚障がいをお持ちの方への理解と関心を深めるため体験学習を通して、いつでも、どこでも、気軽に、楽しくボランティア活動ができる習慣を身につけることと、「思いやりや、人の痛みのわかるやさしい心」の育成を目的とします。



川北さんに手話を教えて
いただきありがとうございました



🍀 地域ふれあい探検隊 3年生

今年も「自分たちの住んでいる地域の施設を知ろう！」をテーマに、熊本市消防局西原出張所、大津警察署西原駐在所、救護施設真和館、気晴らしカフェを見学しました。それぞれのお仕事の役割や日頃の様子をお聞きし、真和館のご利用者の方とはゲームをして交流を図ることができました。



タイムスケジュール

- 10:00 消防署（西原出張所）
- 10:15 警察署（西原駐在所）
- 10:30 気晴らしカフェ
- 11:00 真和館



消防署について学びました



警察署について学びました



気晴らしカフェに寄りました



地域包括支援センターや支え合いセンターについても勉強しました



真和館に行ってきました



たんぽぽハウスって？



のぎく荘のおじいちゃん、おばあちゃんと交流したよ



このワークキャンプ事業は赤い羽根共同募金配分金を活用しています。

小規模多機能ホームみなもと



8月6日、新しく前鶴地区に開設された小規模多機能ホーム「みなもと」に、6名の子ども達がボランティアとして、昼食作りのお手伝いや、おやつにかき氷を作ってご利用の方と一緒に食べました。



くまもと長寿苑 そよ風



8月19日、「そよ風」に9名の子どもたちが、掃除やおじちゃん、おばあちゃんのお手伝いを頑張ってくれました。

子どもたちと高齢者のふれあう機会ができて、貴重な体験ができました。



△「髪乾かしますね」



△「キレイになったね」

く！元気に！

活動
しています！



趣味活動

利用者様の心身活性化を目的とし、入浴の合間やお昼休み等にお好きな活動に取り組んでいただいています。

個人や同席同士など、人数も活動も様々です。



トランプで対決！



バランス積み木



すてきな紫陽花ができました！



手づくり鯉のぼり～

機能訓練

グループでの体操や、個別での機能訓練を機能訓練指導員が実施しています。ご自宅で安心した生活が送れるよう、お一人お一人に合った計画を立て、無理のないよう安全に取り組んでいただいています。





デイサービス

明るく！楽し

日常生活の支援、機能訓練、社会的な交流などを提供し、利用者様のご自宅で自立した生活を送れるよう支援を行っています。

身体機能の維持・向上を目指して機能訓練を行ったり、他者との交流を通じて社会的孤立感の解消や認知症予防を図っています。

ナイスショット



のぎく荘では、年間を通して様々な活動・行事を行っています。
その中から、きらりと光る1枚をご紹介します（^^）



お誕生日おめでとうございます！



収穫期は楽しみです



野外&屋外活動

す。職員手作りのゲームもあり、笑い声が止まらない日も！？毎回盛り上がっています(^▽^)れるのが魅力です戸適度な運動にもなり、気分転換を図るよい機会となっています。



家庭菜園



中庭の花壇では、野菜や花を育てています。マリーゴールドやポチュラカが咲いた時期は、「よか花が咲いとるね～」との声も聞かれました♪

夏野菜は、きゅうりやミニトマト、茄子、オクラを植え、実った野菜を皆さんで収穫し、昼食時に召し上がっていただきました。



胡瓜やピーマンを収穫！



夏野菜の漬け物をつくりました



レクリエーション

利用者様に、少しでも楽しんでいただけるよう、様々なゲームレクリエーションを行っています。外出レクリエーションでは、季節の移り変わりを肌で感じたり、屋外ならではの刺激に触れら



ドーナツ屋ゲーム



相撲大会



卵パック詰め競争！



のぎく夏祭り表彰状



夏祭り!! と言ったらスイカ割り！



物送りゲームのひとつ

創作活動

四季を感じていただく取り組みとして、壁紙制作を行っています。ちぎり絵や折り紙、絵の具やクレヨンを使ったりと、毎回工夫しながら皆さんで協力して作品作りをしています。指先を動かすためのリハビリより、楽しんでいるうちに自然とリハビリになる活動のひとつでもあります。



晴れますように



うちわ作り



お花のコラージュ制作



壁紙制作（コスモス）



壁紙制作（夜空の花火）



～ 調理活動 & イベント ～

調理活動では、季節に合わせたおやつ作りをしています。にぎやかな雰囲気の中、作業を分担したり、話し合いながら手際よく作られています。完成後のおやつ時間は至福のひと時となりました♪

季節のイベントも大盛況でした！



秋戸モンブランパフェづくり



収穫した胡瓜はお昼ご飯に♥



のぎく夏祭り！！



～ 野外 & 屋外 活動 ～

2カ月に1度、外出をしています。景色を楽しんでいただくドライブや買い物ツアー、お花見など・・・。「今度はどこに行くのだろうか～」とお出かけの日を楽しみにされています。車内での話しもはずんでいました！

また、お隣の保育園の子どもたちが散歩で立ち寄ってくれ、楽しくふれあうことができます。



今日はどこに行くのかな～



令和の西原村探検！！



鯉のぼり見学



お隣の園児さん！可愛いですね。



花壇の花植え♪



毎日元気に
介護予防!

通所型サービスA

西原すみれの会



西原すみれの会では、ご利用される皆様の、『今』の心身機能を可能な限り維持・向上することを目的として、「運動機能向上・認知症予防・生きがい作り」など様々なメニューに取り組んでいます。

2カ月に1度は、野外活動（買い物ツアーなど）も実施しています。

介護予防サポーターさんにご協力いただきながら、元気に活動しています。

～ 創作活動 & レクリエーション ～

季節をテーマにした大壁紙や自宅用カレンダー、塗り絵などの作品づくりを行っています。大壁紙は工夫を凝らした素敵な作品が出来上がり、館内ロビーやのぎくまつりで展示しています。レクリエーションは、月替わりで色々なゲームにチャレンジして頂いています!! スタッフ手作りのゲームも登場しますよ～(^ ^)



壁紙制作（夜空の花火）



てるてる坊主制作



うちわ作り!



壁紙制作（秋の菊池渓谷）



素敵な作品と一緒にハイ、チーズ(^ ^)



月に数回、オンライン体操を実施し、他地域の方とテレビで一緒に体操をしています。この日はいつもより張り切って参加されています!

体を動かすことは脳トレにもつながり、精神的な健康を支えるための有効な手段です。



色々な地域の方と一緒に、オンラインで体操中!



いち、に、さん、し〜!!



西原村指定訪問介護事業所



訪問介護（ホームヘルパー）とは？

住み慣れた地域やご自宅で心豊かに安心して暮らせるように、訪問介護員がご自宅に訪問し、身体介護や生活援助などのサービスを通じて、ご自宅での自立した生活をお手伝いいたします。

ご利用者様の思いや、ご家族様の思い、日頃の生活を尊重し、お一人お一人に合った目標をたて、達成できるような支援が行えるよう心がけています。

介護保険で利用できるサービス内容

★ 生活援助 ★ （調理、洗濯、掃除など身の回りの支援）



買い物



調理



洗濯



衣類整理



掃除

★ 身体介護 ★ （直接ご利用者様に触れて行う支援）



食事介助



入浴介助



排泄介助



服薬確認



健康チェック

★ 通院介助 ★



通院に伴う車の乗り降りなど

介護保険以外のサービス内容

障がい者自立支援（家事援助、身体介護、重度訪問介護）

障がいを持たれた方を対象に、ご自宅にて自立した生活が送れるよう必要に応じた支援を行います。

軽度生活支援（お一人暮らしの高齢者、高齢者のみ世帯）

軽易な日常生活上の支援を必要とする方を対象に、家事援助を行い、自立支援と介護予防を図ります。



ご利用者様にあった支援をすることで、自立した在宅生活を送れるよう努めています。





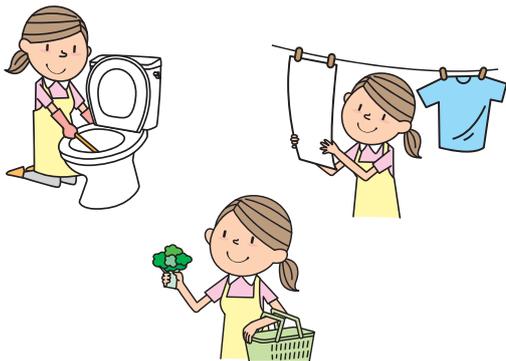
訪問介護サービス

ご自宅で安心して過ごせるお手伝い・・・それが訪問介護（ホームヘルプ）です！

訪問介護は「身体介護」と「生活援助」の2種類があります。お一人おひとりの生活スタイルを大切に、ご自宅での生活をサポートします。

《身体介護》

- 排泄介助：トイレへの移動、おむつ交換等
- 食事介助：配膳、食事姿勢の確保、摂食介助、水分補給等
- 清拭・入浴介助：部分・全身清拭、入浴介助、部分浴等
- 整容介助：洗面、口腔ケア、爪切り等
- 通院・外出介助：乗車・降車の介助、生活用品の買い物等
- 服薬確認：薬の確認、服薬の手伝い等
- 移動・移乗介助：車いすへの移動介助等
- 自立支援のための見守りの援助：常時介助できる状態で行う見守り



《生活援助》

- 掃除：居室内やトイレ、ごみ出し、後片付け等
- 洗濯：洗濯、乾燥、取り入れ、収納
- 衣類の整理：衣類の入れ替え、補修等
- 調理：一般的な調理、配膳、片付け
- 買い物：日用品の買い物
- 薬の受け取り

《注意》原則として同居家族のいらっしゃる方には提供できません。ただし、ご家族等が障がいや疾病等の理由により、又その他やむを得ない理由により家事が困難な場合は利用可能な場合もあります。

★介護保険の訪問介護サービスとして利用できないサービスもあります★

・「ご本人の援助」に該当しないもの、日常生活の範囲を超えたサービス

たとえば・・・

- ・ご家族のための洗濯、調理、買い物、布団干し
- ・来客の応接(お茶、食事の手配等)
- ・主としてご利用者が使用する居室等以外の掃除
- ・単なる見守り(留守番)や話のみの相手
- ・草むしり、花木の水やり、庭木の剪定等の園芸
- ・ペットの世話
- ・家具の移動
- ・大掃除、窓のガラス磨き、床のワックスがけ
- ・正月、節句等の為に日常より特別な手間をかけて行う調理
- ・ヘルパーの運転する車への同乗など・・・

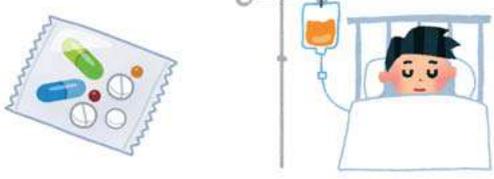
ご自宅での生活に不安や心配事がありましたら、お気軽にご相談ください。

西原村指定訪問介護事業所《糸田・津留》 ☎ 096-279-4141

ケアマネジャーコーナー

すでにデイサービスや訪問介護などを利用されている方やそのご家族にとっては、介護保険は身近なものではありますが、実際に利用するまでは、医療保険と何が違うのか、いまいわからない・・・という方は多いと思われます。

今回は、医療保険と介護保険、比較してどう違うのかを大まかにご紹介したいと思います。

	医療保険	介護保険
対象者	被保険者全員	65歳以上の要介護者（特定疾患がある場合は40歳以上）・・・詳細①
使う理由	病気や怪我の治療 	要介護者に対する介護や生活支援 
使う内容	診察費、治療費、往診、入院治療、リハビリ費、薬代など  ※医師の指示がある場合や厚労省の定める疾病及び状態にある場合には、介護保険ではなく、医療保険が優先される場合があります	介護施設（デイサービス、デイケア、ショートステイなど）の利用、訪問介護、訪問看護、訪問リハビリ、福祉用具のレンタルなど  サービス利用の支援（主治医や介護事業所との橋渡し、介護相談など）
認定制度	なし	あり（市町村へ申請が必要）
方針決定	医師と本人（ご家族）が話し合って決定 	ケアマネジャーと要介護者とその家族、担当医師、関係事業所などと相談して決定 
保障内容	実際にかかった料金の3割を負担（一部の対象者は1割、2割の負担）	1割負担（一部の対象者は2割、3割の負担）
保障の上限	なし	あり（介護度によって上限設定）・・・詳細②

詳細① 認定制度（認定の対象者）

- ① 65歳以上の方（第1号被保険者）で、介護や日常生活に手助けが必要になった方
- ② 40歳以上、65歳未満で医療保険に加入している方（第2号被保険者）で、老化が原因とされる病気（特定疾病）で介護、支援が必要になった方

詳細② 支給限度額（保証の上限）

介護区分	上限額
非該当	
要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

非該当、要支援の方を対象に、西原村では**介護予防事業として介護保険外での予算**で、通所A(すみれの会)、通所C(ひまわりの会)、訪問型サービス(ヘルパー)を実施中です。
要支援の方は、左の上限額内で、その他のサービス(訪問看護やレンタルなど)が受けられます。

要介護1から5の方は、介護保険でのサービス利用となります。介護度によってはレンタルできない品目があるのでお問い合わせください。

支給限度額のうち1～3割が自己負担となり、別途食費など自費分の支払いが必要となります。負担割合の1～3割はその方の収入によって決められます。

インターネットやSNSでも、医療・介護保険の解説がたくさん上がっていますが、個人のブログやSNSなどには時折間違った情報や怪しい情報、商品購入に誘導するような記事が記載されていることもありますので十分気を付けてください。

独自の事業を行っている自治体もあるため、熊本県や、西原村のホームページ、または役場担当課や担当のケアマネジャー、施設、病院の相談員等に直接、またはお電話でお問い合わせいただく事が確実と思われます。

最近眠れていますか？良い睡眠のための工夫

人は、加齢とともに必要とする睡眠時間が短くなると言われています。「質の良い睡眠」を得るためのいくつかの工夫を紹介します。

食事の工夫

ごま・豆類（豆腐、納豆など含む）肉、魚、ナッツ、乳製品、バナナなどバランスよく摂る



* 食べ物の消化には約3～5時間を要するため、寝る前3時間前からは油脂成分の多い食事や高カロリーの物は避けましょう。

入浴の工夫

ぬるめのお湯（38°～40°）にゆったりつかると血行が良くなりリラックスできます。



朝日を浴びる

起きた時から1日のリズムを作る事が大切です。寝室のカーテンを開けて日光を取り入れたり、窓際で日向ぼっこをするなど、20～30分間、朝日を浴びて身体を目覚めさせましょう。



地域の力を高める「見守り合い」 !!

やまびこネットワーク & つなげるネットワーク

住民の方が住みなれた西原村で安心して暮らし続けられるためには、ご近所みんながお互いに心配し合い支え合う「地域の力」が重要になっています。普段顔を合わせているからこそ、気付くことの出来るSOSもあります。「見守り」は、深刻な事態を未然に防ぐことにつながります。今こそ皆さんで「地域の力」を高めましょう !!

★ 日頃からの、あいさつ・声かけ・さりげない見守り

「見守り」にも様々な方法があり、「あいさつをする」「言葉を交わす」「電話で話す」「見かける」等、日々の生活の中にもたくさんの見守りの形があります。

地域で分担して見守りを行うのが「**やまびこネットワーク**」です



★ 変化に気づく

近所の方に、下記のようないつもと違う様子に気づいたら、

暮らし

- ・しばらく顔をあわせていない
- ・新聞や郵便物がたまっている
- ・同じ衣類ばかり、汚れている など



身体

- ・足取りが悪くなった
- ・顔色が悪く、体調も悪い
- ・表情が暗い、元気がない など



認知症

- ・物忘れが目立つ
- ・同じ事を繰り返す
- ・家族が介護に悩んでいる
- ・通帳や印鑑をよく無くす
- ・話のつじつまが合わない など



経済

- ・お金を持っていない
- ・不審な業者が出入りしている など



家族

- ・怒鳴り声や泣き声がする
- ・本人に乱暴にふるまう など



近所の方（区長さん、民生委員さん、シルバーヘルパーさん、サロン役員さんなど）**関係者の方**で、**対応を検討しましょう !!**

★ 支援につなげる

近所の方で対応を検討し支援につなげるのが、「**つなげるネットワーク**」です

やまびこネットワーク会議



早期発見
早期支援

やまびこネットワーク
地域での見守りの強化につなげる

西原村社会福祉協議会
西原村地域包括支援センター
専門機関につなげる

安心ネットワーク（緊急連絡票）の配備

～ 地域でささえ合い見守っていく仕組みはしっかりと出来ています!! ～

【表】

安心ネットワーク
緊急時は裏面を!!

私の住所	熊本県阿蘇郡西原村大字	
電話番号		
連絡先	名前	電話番号
西原村役場		279-3111
担当民生児童委員		

救急 119 警察 110

西原村社会福祉協議会(のぎく荘) 096-279-4141
このカードは社協会費や共同募金配分金の一部を使用して配備しています

【裏】

氏名	()	氏名	
生年月日	大・昭 年 月 日	生年月日	明・大・昭 年 月 日
かかりつけ 病院	診療名	電話番号	かかりつけ 病院

わたしの緊急時にはここに連絡をして下さい!!

緊急連絡先	氏名	あなたとの関係()
	電話	自宅・職場 携帯
緊急連絡先	氏名	あなたとの関係()
	電話	自宅・職場 携帯
緊急連絡先	氏名	あなたとの関係()
	電話	自宅・職場 携帯

もしもの時は
冷蔵庫を見よ!!

マグネット式で冷蔵庫に貼ることが出来ます。
また、プライバシーに関する情報は裏面に記入でき、もしも、緊急事態が発生した場合は、直ちに連絡を取ることが出来ます。

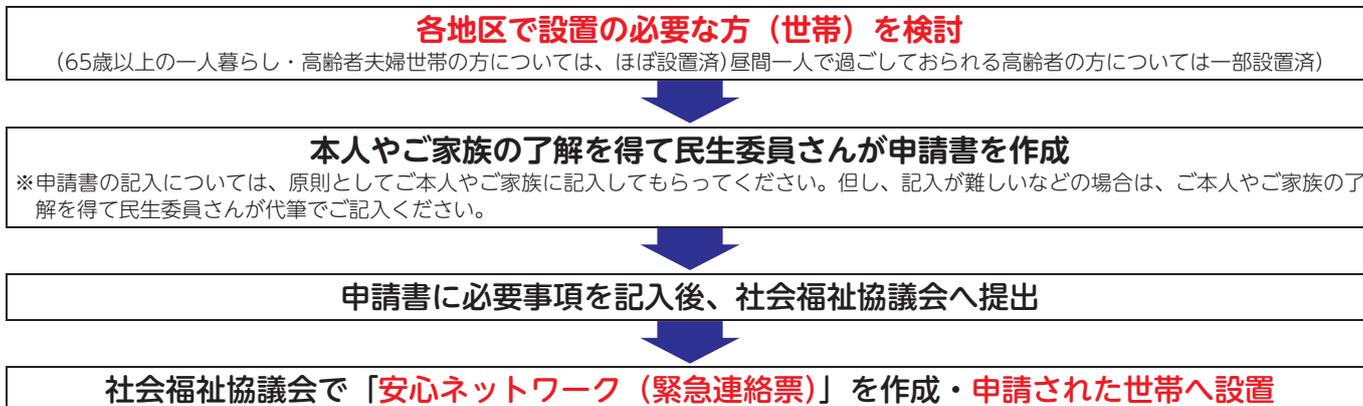
【目的】

地域において緊急事態が発生した場合、その方のご家族やご親族等に一早く連絡をとる必要があります。そのような時、連絡先がわからず大変困った事があったことから、緊急時に素早く対応ができるよう“安心ネットワーク”（緊急連絡票）を設置しています。

【対象】

- ・65歳以上の一人暮らし高齢者の方及び、高齢者夫婦世帯
- ・昼間一人で過ごしておられる方や、障がいをお持ちの方など地域で検討し必要と思われる方（必要であれば年齢の制限はありません）

【設置申請の流れ】



※安心ネットワーク（緊急連絡票）についてのお尋ねなどございましたら下記までお願いします。

社会福祉法人 西原村社会福祉協議会 TEL : 096-279-4141

人との繋がりが一番の介護予防

スーパーサロン



スーパーサロンとは、今までのサロンの強化版として“たいぎゃよか体操”を取り入れた予防を中心とした活動です。

現在村内 18 地区で開催されており、いきいきと元気に暮らせることを目指しています。

地域では多くの介護予防サポーターの方々にご協力頂いてこの事業が成り立っています。

お互いを思いやりサポーター間で協力しながら生き生きと活躍されている 80 歳以上のサポーターさんをご紹介します。(R6 年 4 月～9 月までの協力者)

まだまだ現役！出来る事は積極的に協力したいと思っています
私に出来る事がたくさんあるとうれしいなあ～



木下和子様
(袴野) 88 歳



松野順子様
(出の口) 88 歳



廣瀬ミキ代様
(袴野) 85 歳



福島カツエ様
(袴野) 84 歳



日置ハマ子様
(上鳥子) 82 歳



上村敏江様
(星ヶ丘) 81 歳



坂本喜美子様
(袴野) 81 歳



園田久美子様
(新所) 81 歳



中村スミ子様
(瓜生迫) 81 歳



藤森イツ子様
(瓜生迫) 81 歳



月岡トマリ様
(下小森) 80 歳



松下高子様
(出の口) 80 歳



男の料理人

(男性料理教室)

十数年の時を経て仲間づくりは継続中！今でも変わらず助け合い励ましあいながら「わきあいあい」の活動が繰り広げられています。



随時仲間を募集しています。料理を作るだけが目的ではありません。
一緒に楽しい居場所づくり・仲間づくりをしてみませんか？

お申込み：西原村社会福祉協議会（☎ 096-279-4141）

在宅介護者の会

のぎくの会

介護が必要な状態になっても住み慣れた地域やご自宅で暮らせることはとても幸せなことです。

しかし、ご自宅での生活にはご家族の介護負担が多かれ少なかれ発生します。そんな時、悩みを相談できる、分かち合える仲間や場所があることは、とっても心強いものです。

のぎくの会は、在宅でご家族を介護されている方たちで結成する仲間作りの会です。時には息抜きをして日頃の介護疲れを解消しながら、仲間と共に在宅介護にさらに意欲的に取り組んで頂くためにこの会があります。



在宅で介護をされている方随時募集しています！リフレッシュしながら気持ちを吐き出しましょう
お問い合わせ先：096-279-4141（西原村社会福祉協議会）

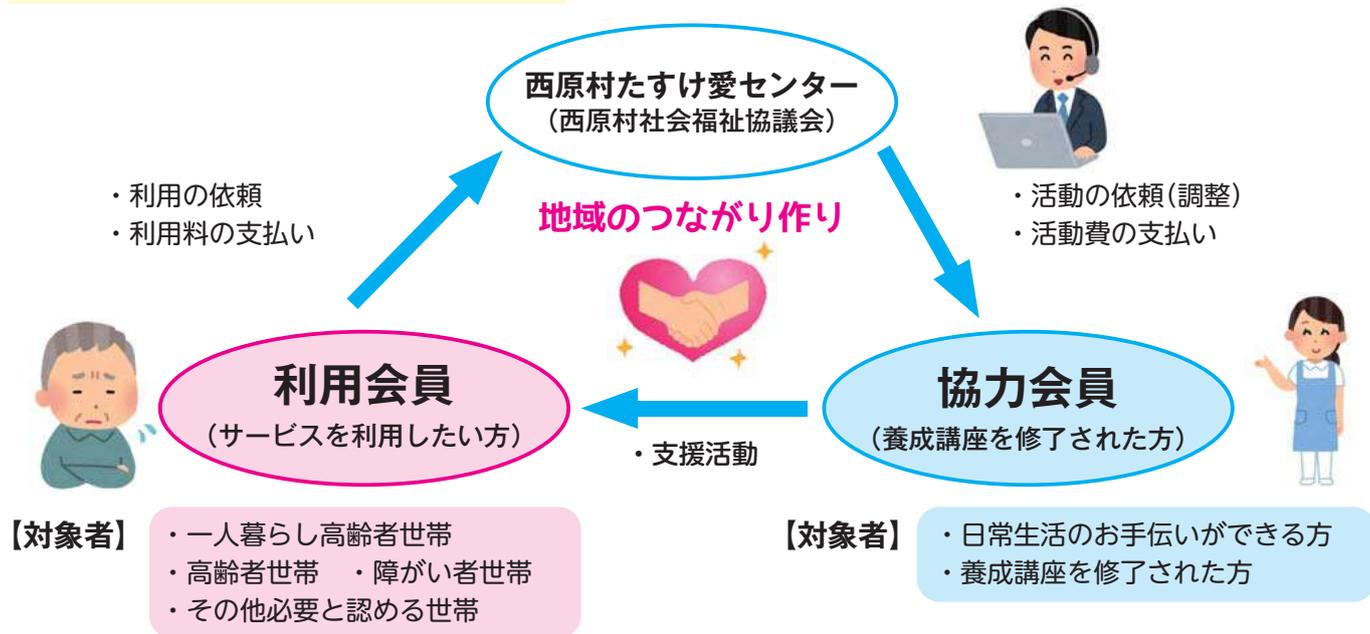
地域の力を高める「見守り合い」!!

西原村生活たすけ愛サポート事業

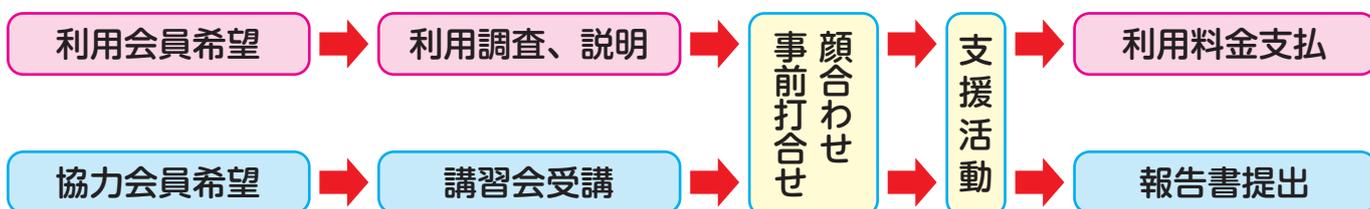
「西原村生活たすけ愛サポート事業」とは、生活の中のちょっとした困りごとを、**住民同士**で協力しながら、**自分の得意なことや、出来ることを、出来る時に**地域で生かし、「お互いさま」の関係性を作り高めることで、高齢者や障がいをお持ちの方が、住み慣れた地域で安心して暮らせることを目的としています。



★たすけあいサポートの仕組み



★サービス利用の流れ



★サービスの内容

地域住民が手伝える軽度な支援活動（**専門性、危険性、緊急性がない活動**）で、なおかつ1時間以内に出来る内容、週に2回まで利用可能

- ・室内の掃除 ・ゴミ出し ・片付け ・衣替え ・ボタン付け ・精米
- ・話し相手 ・手紙の代筆 ・郵便物の投函 ・電球、電池交換
- ・買い物代行 ・冷暖房機の出し入れ ・植木や花壇の水やり
- ・簡単な庭掃除や草取り ・布団干し ・灯油入れ など
- ・その他本会が必要と認める活動



★支援できない内容（専門性、危険性、緊急性を伴う活動）

- ・直接身体に触れる内容および、専門的な身体介護や入院等の付き添い
- ・支援内容が専門的な生業に依頼すべき内容
- ・車の送迎を伴う内容及び利用会員が同乗して行う内容
- ・宿泊を伴う内容
- ・協力会員の日程調整が困難な時
- ・事業の目的に添わないと判断した内容



★サービスの財源

利用会員さんがご負担していただく利用料金と、住民のみなさまや、法人企業、各種団体からご協力いただきました「**赤い羽根共同募金の配分金**」の一部を活用させていただき、利用しやすい料金設定を目指します。

★利用料金、報酬表

支援内容	活動時間	利用会員負担額	配分金負担額	報酬額
・室内掃除 ・ゴミ出し ・片付け	5分以内	100円	50円	150円
・衣替え ・話し相手 ・手紙代筆	15分以内	200円	100円	300円
・電球、電池交換 ・布団干し、入れ	30分以内	300円	150円	450円
・植木や花壇の水やり ・精米	45分以内	400円	200円	600円
・簡単な庭掃除 ・買い物代行 など その他本会が必要と認める活動	60分以内	500円	250円	750円

内容	キャンセル料
・前日までの取り消し ・やむを得ない理由による当日の取り消し	無料
・自己の都合による当日の取り消し(依頼忘れなど) ・協力会員がお宅に訪問してからの取り消し ・無断取り消し	200円

【お問い合わせ】 西原村社会福祉協議会 TEL : 096-279-4141

西原村地域支え合いセンター

重層的支援体制整備事業とは？

社会的孤立

8050 問題

ヤングケアラー

生活困窮

生きづらさ

既存の制度の対象となりにくいケースや、課題ごとの対応に加えて、課題全体を捉えて関わっていくという考え方です。



※生きる上での困難、生きづらさはあるが既存の制度の対象となりにくいケースや個人・世帯が複数の生活上の課題を抱えていることを想定しています。

相談したらどのような支援につながるのでしょうか？

① 相談

- ・ご本人
- ・ご家族
- ・各種支援機関など

必要に応じて



② 課題の整理

- ・適切な支援機関や専門職へのつなぎ
- ・関係機関の役割等の調整

支援を必要とする人が孤立しないよう地域と専門職が定期的につながりながら、ゆるやかな見守りの中で伴走します。

◎ 社会参加に向けた支援

- ・就労支援
- ・居住支援
- ・学習支援 など

◎ アウトリーチ等継続的支援

- ・必要な情報を提供
- ・定期訪問
- ・居場所づくり など

西原村療育相談事業

療育とは？

障がいのあるお子様やその可能性のあるお子様に対し、それぞれの発達の状態や障がい特性に応じて、現在の困りごとの解決と、将来の自立と社会参加を目指し支援することです。

西原村の療育支援体制はどうなっているの？

療育支援の周知から自立と社会参加まで、一貫した支援体制の構築を図ります。



西原村社会福祉協議会の療育相談員は・・・

① 家庭環境や対象のお子様の特性にあった支援を実施するため、関係機関で連携します。

② 圏域や村で開催される子育て講座やペアレントトレーニングの紹介等、保護者支援を実施します。

③ 児童発達通所支援申請や医療機関等の案内を行うなど専門的な支援を受けるために必要な手続きのサポートをします。



《お問い合わせ》

西原村地域支え合いセンター（小森団地敷地内） ☎ 096-273-8383

子育て家族を応援します

子育てサポートセンター・のぎく

＊ 子育てサポートセンターとは・・・ ＊

地域において、子育ての手助けをしてほしい人（利用会員）と子育ての手伝いをしたい人（協力会員）で作られる会員組織です。子育て家族が安心して子育てと仕事の両立ができるよう相互援助活動を行うものです。

まず、子育てサポートセンターへの会員の登録をお願いします。

◆利用会員（子どもを預けたい方）

- ・西原村在住 また 勤務されている方
- ・生後3ヶ月から小学校3年生の子どもをお持ちの方

◆協力会員（子どもを預かることができる方）

- ・西原村在住の方
- ・心身ともに健康で子どもの好きな方
- ・男女は問いません

◆両方会員（利用もするが協力もできる方）



こんな時、子どもを預けることができます。（援助活動例）

上の子どもの
授業参観。
ゆっくり見れ
ないな～！

病院に行きたいけど、
二人連れては大変だな～

急な仕事で
保育園の送迎が
出来ない～



連れて行けない

どうしよう・・・

などなど子育てに関することで困ったことがあったら、まずはお電話下さい。

※子どもを預かる場合は、原則として協力会員の家庭において行います。

のぎく荘等、都合の良い場所でサポートして頂いて構いません。

※援助活動は早朝・夜間に及ぶこともありますが、原則として子どもの宿泊は行いません。

＊ 【利用料金】 ＊

時 間 帯	料 金
基本活動 月曜から金曜日 午前7時～午後8時	1時間 700円 (うち350円助成)
基本活動以外 土・日・祝日・早朝・夜間 (上記以外の時間)	1時間 800円 (うち400円助成)

※ 利用会員の方は利用料金の半額を助成します。

※ 援助活動時間は1回につき最低1時間として、以後30分単位とします。

※ きょうだいを一緒に預ける場合は、2人目以降の料金が半額になります。

【お問い合わせ】 西原村社会福祉協議会 ☎ 096-279-4141

一人で悩んでいませんか？



生活の不安や心配ごと ご相談ください！



失業・病気・人間関係・将来のことなど様々な問題で生活に困っている方、ひとりで悩まずにご相談ください。一緒に考え、解決に向けてサポートしていきます。どうぞお気軽にご利用ください。

あなたの不安を一緒に考え、解決に向けてサポートします。

相談の流れ

相談無料
秘密厳守

① まず困っていることを何でも話してください。

- ★秘密は固く守り、専門の相談員が対応します。
- ★就労や家庭、心身の問題など、みなさんが抱えている問題の相談をお受けします。
- ★相談の内容によっては、適切な対応ができる専門機関へつなげます。
- ★窓口に来られない場合には、相談員が訪問することもできます。
※ご本人だけでなく、ご家族の方からの相談もお受けいたします。

② あなたに必要な支援が計画的に提供できるように自立への計画を立てます。

- ★あなたの抱えている課題を把握し、必要な支援を検討します。
- ★あなたの希望を尊重しながら、必要な支援が計画的に行われるように自立に向けた支援を一緒につくります。

③ 自立への目標に向けて一緒に取り組みます。

- ★あなたの問題を解決するために必要な関係機関と連携して支援を行います。
- ★それぞれの状況に合わせて継続して支援します。

生活支援相談窓口を開設しています。

開設日時 月～金曜日【8時30分～17時】

西原村社会福祉協議会

☎ 096-279-4141 Fax 096-279-4388

Eメール nisihara-nogiku.4141@wonder.ocn.ne.jp



身近でできる 命を支える支援

ご家庭に眠っている食品はありませんか？

食べ物がなくて困っている家庭があります。

日本では、年間約 472 万トン（令和 4 年度）の食品が廃棄されているとされており、その中には、まだ食べられるものも多く含まれています。その内訳は家庭からのロスが約 236 万トン、事業系のロスが約 236 万トンとなっています。

家庭では賞味期限切れや食べ残し、事業系では過剰生産や食べ残しが主な原因です。食品ロスは経済的な損失だけでなく、環境負荷も大きいいため、私たち一人ひとりが日常生活で意識することが大切です。

私たちにできることの一つとして「フードバンク活動」への支援をご検討ください。

フードバンクを知っていますか？

フードバンクとは、「食料銀行」とも呼ばれています。まだ食べられるにもかかわらず、何らかの理由で、廃棄されてしまう食品を企業や農家、地域の皆様から分けていただき、食べ物がなく困っている方々へ無償で提供する活動です。人も食べ物も救うことができる新しい「食のリサイクル」につながるのがフードバンク活動です。



★ご提供いただきたい食品例 (一品からでも大歓迎です。)

- ・お米(精米、玄米)
- ・缶詰類・瓶詰類・贈答品
- ・レトルト食品・インスタント食品
- ・乾物類・ふりかけ類・調味料
- ・防災備蓄食品・バランス栄養食品類
- ・お菓子・飲み物類
- ・野菜、果物
- ・その他、常温で保存可能な食品



フードバンク活動では、安全な食品を皆様にお届けするために、**賞味期限が1ヶ月以上あるものや、衛生上問題のない食品のみをお願いしています。**

フードバンクでは、食べ物を右から左へ横流しするのではなく、“マッチング”を行い、「必要なものを」「必要な数だけ」「必要なところへ」お渡しすることになります。そのマッチングのための時間や、賞味期限内に確実に、きちんと使っていただくためです。

【受け付けられない食料品例】

- 生もの肉や魚（生鮮食品類）
- お弁当やサンドウィッチ（消費期限が短いため）
- 食べ残されたもの（衛生的問題）
- 賞味もしくは、消費期限の切れたものや、記載がない食品（お米や野菜等は除く）
- 包装が破損しているもの
- 開封済みのも
- 古すぎるお米
- その他、安全が確保されないものは受付できません。

フードバンク活動は「もったいない」を「ありがとう」に変える活動です

ホームページ



編集
発行

社会福祉法人 西原村社会福祉協議会 Tel 096-279-4141 Fax096-279-4388
〒 861-2402 熊本県阿蘇郡西原村大字小森 572 番地 地域福祉センターのぎく荘内
Eメール nishihara-nogiku.4141@wonder.ocn.ne.jp <http://www.asoyamabiko.hinokuni-net.jp/nishihara/>

この広報紙に関するご意見・ご感想などございましたら、お気軽にお寄せください。この広報紙は、共同募金の配分金の一部を使用して発行しています。