

2015

56

赤いべべ着て 紅さして
甘酒のめば ちよっぴり大人の気分になった
おひなさまに憧れた 遠い昔の思い出の日々
(粘土で作った素朴でなんと愛らしい雛人形。地域の方の作品です。)



亀ヶ崎福祉だより



輪投げを囲んで笑顔の「和」が咲く、和気藹々(あいあい)

亀ヶ崎社会福祉協議会の役員4年目となり、民生委員・児童委員として福祉事業に携わり、仕事の奥深さに責任を感じております。

地域住民の諸問題の解決、行政関係機関との橋渡しおよび見守りネットワーク支援事業等には、地域の支え合い助け合いの精神で接し、お互い様の心を持って楽しい人生を過ごせるよう地域福祉を大切にしたいとの思いです。

高齢化が進む中で独居高齢者も増え、孤独死など最悪な事態が起こらないよう自治会長、民生委員・児童委員、福祉協力員および福祉隣組と連携を取りながら、地域住民で支え合い、絆を深め、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう生き甲斐のある地域づくりの支援をして参りたいものです。



亀ヶ崎社会福祉協議会
副会長 大内 和子

地域福祉事業に携わって

- 【小学生の部】**(酒田市立亀ヶ崎小学校)

「おはよう」の一言だけで ひろがる輪
助け合い 笑顔の連鎖 広げよう！
小野寺優貴(1年) 富樫 美都(1年)
笑顔でおはよう あったかいんだから
地域の絆 加藤 美玖(2年)
広げよう 助け合いの心 自分から
石垣那由多(2年)
- 【中学生の部】**(酒田市立第三中学校)

「おはよう」の一言だけで ひろがる輪
助け合い 笑顔の連鎖 広げよう！
小野寺優貴(1年) 富樫 美都(1年)
笑顔でおはよう あったかいんだから
地域の絆 加藤 美玖(2年)
広げよう 助け合いの心 自分から
石垣那由多(2年)
- 【一般の部】**

歩こうよ いい汗かいて 笑顔の輪
おたがいに 声をかけあい
すまよい街に 吉泉 千代(亀ヶ崎二)
交わす挨拶 元気のもと その笑顔
今野 高志(末広西)
- 【小学生の部】**(酒田市立亀ヶ崎小学校)

そばとまご つなぐてとてが
あたたかい 長南きひろ(2年)
見えよう うしろ見たって
すすまないから 佐藤はやて(2年)
大変な 雪かきを みんなで手伝うよ
猪俣 利晏(4年)
いつもはげましてくる
やさしさえがおは うちゅう一
遊歩道 みんなでいっしょに 歩こうよ
こまつたら すぐに知らせ 助けるよ
夏祭り おとしり力 ありがと
富澤 愛美(6年)
- 【中学生の部】**(酒田市立第三中学校)

思いやり 築いていこう 笑顔の町
支え合い そこからうまれる 思いやり
久松 さら(1年)
- 【一般の部】**

おばあちゃんの腕まくり
誰にも負けない 元気パワー
失敗を 成功に導く 年の功
ばつちゃんの 元気のよさで 街元氣
秋場 端(横道町)

第3回 標語募集入選者

地域の福祉を支えて

＊新民生委員・児童委員を紹介します！＊

担当地区
末広町
松坂正則さん

ボランティア・料理の 福祉ボランティア募集
好きな方募集中

詳細 高齢者配食弁当づくり 年間7回
5月～2月(7・8・12月除く)の午前中
場所:東禅寺コミュニティ防災センター
連絡先 亀ヶ崎社会福祉協議会 給食ボランティア代表
守屋啓子 Tel.24-0426まで

民生委員・児童委員として活動を始めてから4年が経過し、やっと地域の皆様から認識していただけてきたかなと感じております。

私の担当する地域も年々高齢化率が高くなってきていますが、一人世帯や高齢者夫婦世帯の皆様が自立度がとても高く、かわりを通して私自身も学ぶことが多くあります。

「この町に住んで良かった」と、一人でも多くの方から感じていた、見守りと声がけを心がけていきたいと思っています。

健康一口メモ

塩は1日に男性9g / 女性7.5g 未満
塩分をムリなく減らす**6つの工夫**

- 1 全部飲まない、おかわりしない
- 2 漬物は浅漬け。決めた量だけ小皿に分けて
- 3 塩分の多い加工食品にはご用心
- 4 酢と油、香辛料を上手に使う
- 5 香味野菜を上手に使う
- 6 しょうゆやソースは、まず味をみてから

※小さじ一杯は6g

編集後記

先月、思いがけないトラブルがあり民生委員さんに連絡したところ、地域包括支援センターと連携を取り、まさに電光石火で「困った」を解決！その手際の良さには驚くばかりでした。ありがたきかな頼もしきかな。

(美)

平成26年度編集委員
阿部 宣子 大場 直人
江口 暢子 田澤 薫
大江 美千 本間 宏
(五十音順)

第二回 会員研修会 10月24日 こころの健康づくり教室

まわりのひとと「イイ関係」をつくるために 「伝え方・受けとめ方のスキル」

講師 東北公益文科大学教授
國眼眞理子先生



いきいきした生活を送るためには、身体と心の両方の健康が大切です。ほんの少しの気遣いで、自分の身近な人間関係を「イイ関係」にするためのヒントをお聞きしました。

「イイ関係」とは



信頼関係を築くための 三つのポイント

- ①まず「聴く」
×「なぜ?」「どうして?」
②原因探しはしない
③相手のよいところ、共通点
を見つけよう

「聴く」ときの留意点 「聴く」とは受け止めること

- ・相手の言葉遣いに 引っかけから
ない (今どきの言葉遣いなど)
- ・「あいづち」「うなずき」が大切
- ・「気持ち」を共有する
- ・助言は、求められたときにする
- ・原因探しはしない (原因は過去
にあることが多い)

これからできることを考えよう 「未来志向」で! 「よいところ」を発見!

どんな人にも「よいところ」はあります。ないもの探しからあるもの探しへ切り替えてみよう。

地域の中で 成長していく三中生

酒田市立第三中学校

「三コミ活動」は今年度で10年目となりました。地域から温かく受け入れていただき、確かな根付きを強く感じております。

今年度は、「荘内銀行ふるさと創造基金」よりの助成や「小林教育振興基金青少年善行奨励賞」受賞と共に、教員とPTA会長が、それぞれの立場から県の研修会で

これまでの成果と課題を発表し、いずれも高い評価を受けました。また、生徒に対する全国的な調査においても、地域に貢献したいという意識が非常に高い数値を示しています。

今後とも、三中生の安定した成長のために地域の力をお借りしながら、さらに活動を充実させていきたいと考えております。



地域の方とゴミステーションのペンキ塗り

「三コミ防災」自治会長さんに地域の防災について一生懸命にプレゼン！
(1月26日 健全育成推進委員・自治会長等懇談会)



地域の中で子育て支援

地域の中でこころ豊かに



社会福祉法人小鳩協会
亀ヶ崎保育園
園長 菊地 洋子先生



地域交流の行事として毎年、お正月あそびの会があります。昔ながらのこま・あやとり・けん玉・すもうなど、おじいちゃんやおばあちゃんたちから教えてもらい一緒に楽しんでいます。

亀ヶ崎保育園では長袋町自治会・老友会の方々にはいつもお世話になっています。ありがとうございます。近年、核家族が増え色々な人たちとのふれ合いが少なくなっている中で、地域との関わりを通して人の優しさに触れるいい機会だと思っています。共に笑顔で楽しい経験ができるよう今後も地域の輪を広げていきたいと思っています。

こんにちは 赤ちゃん

子どもは家族の宝、
地域のめんごい赤ちゃんを
ご紹介しします。

佐藤 桜(さくら)ちゃん
[H26.4.6生] 亀ヶ崎一丁目
元気な泣き声と共に、素敵な春を届けてくれた桜ちゃん。可愛い笑顔は、いつも皆を幸せで包んでくれます。思いやりのある優しい女の子になってね。



高橋 芽生(めい)ちゃん
[H26.7.2生] 千石町一丁目
予定日より11日も遅れてやっと産まれた芽生ちゃん。にっこり笑顔がみんなの癒やし♡お姉ちゃんと仲良く、元気にすくすく育ってね!

募集!!

このコーナーでは、平成27年生まれの赤ちゃんを募集しています。掲載は来年3月(H28)予定。うちのめんご・ご近所のめんご情報を、編集委員またはお近くの民生委員までお寄せください。



「YOUメッセージ」から 「Iメッセージ」へ

「私はこう思う(考える)」「私はこうしたい」「わたし」を主語にした言い方は相手に入っていない感じがしますが、対照的に、「あなたはこうすべきだ」という言い方は攻撃的に受け止められやすい傾向にあります。

例「あなたは」どうして片付けないの」「は」「片付けてなさい」という命令形となって相手に伝わります。それよりも「(私は)片付けてくれると嬉しいな」に変えるといかがでしょうか。誰が聞いてもこちらのほうがいいですね。

言葉だけではない「コミュニケーション」

笑顔、口角、眉間のしわ、眉の動き、まなざし、ため息、表情、しぐさ、距離、化粧、香り、服装などもコミュニケーションのひとつと考えましょう。

周囲のひとと信頼感を育むために

- ・いいなと感じたらほめる
- ・好ましくないなというときには「～してほしい」「一緒に～しましょう」

どんな場面でも、相手の言葉やまず「聴く」ことが大切ですね。この機会に日頃の自分を振り返ってみませんか。

いつまでも元気に 住み慣れた地域で



地域包括支援センター
はくちょう
阿部 貴志

地域包括支援センターでは、高齢者だけでなく、その家族、近隣に暮らす方の介護に関する悩みについても相談を受けております。例えば、「介護認定を受けたい」、「近所の人から家族の介護で疲れているように心配、様子を見に行つてほしい」等ですが、それ以外にも健康、福祉、医療や生活に関することなど、何でも結構ですので気軽に声を掛け下さい。亀ヶ崎地区は高齢者の割合は酒田市全体の割合と殆ど変わりませんが、介護認定を受けている方の割合は少なく、言い換えれば高齢者が元気に地域だと思っています。

これからも、亀ヶ崎地区の高齢者の方達が住み慣れた地域で元気に過ごせるように、より身近な存在としてお手伝いさせていただきますのでよろしくお願い致します。

地域包括支援センターはくちょう

住所 酒田市緑町13-37

連絡先 TEL(21)0818