# 

発行部数◆82,000部

#### 社会福祉法人 沼津市社会福祉協議会

〒 410-0032 沼津市日の出町 1-15 サンウェルぬまづ(ぬまづ健康福祉プラザ)内 TEL 055-922-1500 FAX 055-922-1502 HP http://numazu-shakyo.jp E-mail info@numazu-shakyo.jp

#### サンウェルぬまづ

HP http://www.n-plaza.jp E-mail info@n-plaza.jp



# おたがいさまのまちづくりに向けて 現在、こんな取り組みが始まっています。

# ささえあいの地域づくりフォーラム開催!!

8月2日休沼津市研谷副市長と沼津市社会福祉協議会工藤会長の挨拶に続き、沼津市の現状と目指す地域像を沼津市長寿福祉課土屋課長が紹介した後、公益財団法人さわやか福祉財団会長の堀田力氏を講師に迎え、「最後まで沼津市で暮らすために」と題した基調講演を行いました。堀田氏が、参加者に問いました。「このなかで、沼津なんかは嫌いだ!という方はいますか?」「沼津の自宅で最後まで暮らしたいと思いますか?」来場者のほとんどは、沼津で暮らしたいが、最後を迎えるのは自宅ではないのかも…。という回答でした。

その回答に対し堀田氏は、住み慣れた地域で安心して暮らしていくために「地域包括ケアシステム」では専門職が医療と介護を支援し、身近な課題(買い物や通院等の移動支援、調理、掃除など)は近隣同士で支え合う仕組みが必要で、とくに沼津市社会福祉協議会が立ち上げた有償ボランティアによる住民参加型在宅福祉サービス「ちょいてつサービス」は重要でかつ有効なサービスであると伝え、参加者の活動意識を高めてくれました。また、「ボランティアで活躍できるのは60代後半から70代のかたです。」といい、高齢者だからと受け身になるのではなく、自らが動くことで生きがいにもつながる。誰かのために役立つことが自分の幸せにもつながると優しい笑顔と口調で話されました。会場は300人もの参加者のうなずきや時に大きな笑い声が響きました。

基調講演に続き、今年4月からスタートした、「生活支援体制整備事業」において配置された「生活支援コーディネーター」の役割などを身近な話題をあげて地域課題を抽出し、助け合いで解決に結び付けるというシミュレーションを行いました。

生活支援体制整備事業を推進するためには、まずは地域課題を知ることが重要です。そのためのツールとして「居場所」があります。沼津市では、生活支援体制整備事業開始より先行して、各地に「居場所」ができ始めています。そこで、今回のシミュレーションでは、実際に居場所を立ち上げた県営原団地自治会古川会長とNPO法人まごころサービス静岡寄り合い処かぬき暖だん小林代表の実話を披露しています。社協職員が演じた登場人物のうち、生活支援コーディネーターはあくまでも脇役で、これから進めていくこの事業の主役は、地域住民であるみなさんです!





<u>皆さんの地域ごとに生活支援コーディネーターは配置されています。</u>1964年に行われた東京オリンピックが、再び2020年にやってきます。日本中が活気にあふれていた時代です。その頃、「ドリフの大爆笑」という番組で使われたオープニング曲「となり組」の歌詞の中に、♪トントントンカラリンと隣組…助けられたり、助けたり♪とあります。こんな地域を沼津市社会福祉協議会の生活支援コーディネーターといっしょにあなたの地域で復活させませんか?



# 各地区での取り組み

### ちょいてつ講座(原)



各地区の地域ケア会議(我入道)



居場所 (天神ヶ尾)



健康体操サポーター養成講座





12月1日~31日まで「歳末たすけあい運動」が行われます。

今年もみなさまの心あたたまる支援をよろしくお願い申し上げます。 募金受付:沼津市共同募金委員会(沼津市社会福祉協議会内)

# あなたのまちの居場所



住み慣れた地域で、自分らしく生き生きと暮らしていくことは誰もが抱く願いですが、加齢や障害、子育てなどにより、家の中に閉じこもりがちになる人もおり、孤立してしまう可能性があります。それを防ぐためには、地域の誰もが気軽に交流できる場所が必要です。地域や近隣の人とふれあうことで支え合いの仕組みが形成され、日々の生活への安心感が生まれます。

「居場所」とは、高齢者・障がいのある人・子どもの垣根なく、誰もが気軽に集える地域交流の場です。いつ来て、いつ帰ってもいい。沼津市内にもそんな居場所が増えています。今後も他の居場所も随時ご案内していきます。どうぞおたのしみに。

# 居場所懇談会を開催しました。

9月27日(水)サンウェルぬまづにて、市内で居場所づくりをしている人、 これから居場所づくりをしたい人が集まり、情報交換や運営上の悩み について助言等を行いました。



次回は2月14日(木)15:00~です。 お気軽にご参加ください。



## ①サンウェルぬまづ ふれあい交流室

赤ちゃんからお年寄りまでが集い、 ふれあう室内公園

会 場:沼津市日の出町1-15

サンウェルぬまづ 5階

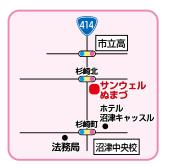
開催日:休館日(毎月第3月曜日、

祝日の場合はその翌日)

を除く毎日

時 間:9:30~16:00

連絡先: ☎055-922-1501







# ②寄り合い処・かぬき「暖だん」

## 「困ったときはお互いさま」と言えるお付き合いを目指して

場 所: 沼津市下香貫八重145-2

開催日:月~金曜日

(土・日・祝日休み)

時間: 9:00~12:30、

12:30~16:00

利用料: 半日 1回 100円

連絡先:☎055-935-6515







# ③くるらの家

## 誰もが自由に集い、自由に過ごせる

場 所:沼津市戸田 1294-3

くるら戸田内

開催日:毎週水曜日

時 間: 9:00~15:00

利用料: 100円

お弁当を注文する方は、

別途300円

連絡先: ☎0558-94-3729







# 地域のために、つ《します!

沼津市社会福祉協議会は「誰もが住み慣れた まちでいつまでも心豊かに」暮らしていける よう、各種介護サービスを行っています。



## **①ホームヘルプサービス**

ホームヘルパーが、ご高齢の方や心身に 障害のある方のご自宅に直接訪問し、 入浴・食事・排泄等の直接身体に触れて 行う介護(身体介護)や掃除・調理・買物等 の身の回りの家事(家事支援)を提供する サービスを行っています。

- · 沼津市社会福祉協議会指定訪問介護事業所
- · 沼津市社会福祉協議会指定居宅介護事業所 TEL 055-951-0003

# ②デイサービス

高齢者が自宅で自立した日常生活を 送ることができるよう、食事や入浴、 季節の行事、機能訓練などの多彩な プログラムを用意して、安心・安全な 居心地のいい空間と自分らしさを発揮 していただける時間を提供しています。

・千本デイサービスセンター TEL 055-962-5923

# ③ケアマネジメント

介護保険の申請後、要介護の認定を受けた方が介護サービスを利用する場合、どのサービスをどれくらい利用するかという「ケアプラン」の作成が必要になります。そのケアプランは、介護支援専門員(ケアマネジャー)が作成します。また、各サービス事業所との連絡・調整や介護に関する各種申請の代行もいたします。※要支援1・2の人は、担当地域の地域包括支援センターへご相談ください。

・千本居宅介護支援事業所TEL 055-951-0003・駅北居宅介護支援事業所TEL 055-928-5080

# 4地域包括支援センター

主任介護支援専門員・社会福祉士・保健師 または看護師の専門性のある職員が、 行政や保健・医療・福祉と連携し、 高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、 自立した生活を営むことができるよう 支援します。1人で悩みを抱え込まない ために、困りごとがあるときは一度、 お住まいの地域の地域包括支援センターに ご相談ください。

・千本地域包括支援センター(担当地区:第一・第二・片浜の一部)TEL 055-962-5932

※その他の地域は担当の 地域包括支援センターへご相談ください。

# サンウェルぬまつイベント

#### 申込み問合せ

〒410-0032 沼津市日の出町 1-15 ☎ 055-922-2020 FAX 055-922-1502

## クリスマスコンサート JUN&GODOU ピアノ連弾 音がくれた人との絆

「たとえ目が見えなくても 言葉で上手く伝えられなくても 僕はへっちゃらただ人とふれあう事が好き それが僕のピアノスタイル!」

出演者 若林 諄さん、五道 素子さん(講師)、三ツ木 久美子さん(フルート)

- ●と き 12月2日回 13:30~15:00 (13:00 開場)
- ●ところ サンウェルぬまづ 4階 多目的ホール
- ●対 象 どなたでも ●定 員 200人
- ●申込方法 電話にて ●入場料 無料







### ハーバリウム講座

- ●と き 12月3日月 10:00~12:00
- ●ところ サンウェルぬまづ 4階 多目的ホール
- ●講 師 室野 里佳さん (ハーバリウム認定講師)
- ●対 象 どなたでも ●定 員 20人
- ●申込方法 往復はがきで(11月16日)(金)必着)

①住所 ②氏名 ③ふりがな ④年齢 ⑤電話番号

を明記の上、郵送。(1枚につき1人)

※申込者全員に参加の可否を返信はがきで お知らせします。

- ※申込者数が定員を上回ったときは、 抽選で参加者を決定します。
- ●受講料 1,000円(材料費)
- ●持ち物 はさみ、タオル、完成品持ち帰り用の袋



ハーバリウム とは?

ハーバリウムとは、プリザーブドフラワー やドライフラワーを専用のオイルに浸す ことにより、みずみずしい状態で、 お手入れなく、長くお花をお楽しみ いただくことができる新感覚の インテリア雑貨です。

# ふれあい交流室 居場所イベント(第5回)

お茶を飲んだり、唄ったり、小物を作りながら楽しくおしゃべり。 どなたでも参加できます。お気軽に遊びに来てください。

- ●と き 1月6日(日) 10:00~12:00
- ●ところ サンウェルぬまづ 4階 ホワイエ、多目的ホール
- ●内 容 カフェコーナー(お茶・コーヒーのサービス、パン等の販売) 手作りコーナー(着物で大きな壁かけ作り) 囲碁将棋コーナー(子どもから高齢者までどなたでも) 「いろいろな遊び体験」アメリカンコーン、ボウリング など 「手作り体験」割りばしてっぽう、風車、竹とんぼ など 健康相談(健康相談員による血圧測定)

協力: 沼津市老人クラブ連合会、(福) 共生会すずらん、健康相談員







ボランティアをしてみたい!ボランティアをお願いしたい!どうしたらいいの?

ボランティア相談: 平日 9:00 ~ 17:00 サンウェルぬまづ 2階 沼津市社会福祉協議会事務局 第1・3金曜日 10:00 ~ 15:00 サンウェルぬまづ 3階 ボランティア活動室

# 日本プラザ でなっかしの昭和映画上映会 特別企画

# 上映作品「はやぶさ」

(2011年作品) 主演:竹内結子・西田敏行

- ●と き 11月14日泳 13:30~15:50
- ●ところ 千本プラザ 地階 音楽ホール (沼津市本字千本1910-206)
- ●対 象 どなたでも
- ●定 員 200人 (全席自由席)
- ●入場料 無料

問合せ先 千本プラザ

☎055-962-3313



# フードドライブにご協力ください

ご家庭で余っている食料を支援団体を通じて 食べる物がなく困っている方へ届ける寄附運動に ご協力ください。

- ●期 間 12月1日 (土)~ 12月28日 (金)
- ●ところ サンウェルぬまづ 2階沼津市役所 正面入口

#### ○回収している食料

- ・賞味期限が2か月以上ある
- 常温で保管ができ未開封のもの



- ・ 賞味期限が記載されていない
- お酒・ビール等アルコール分を含む飲料や食料品
- ・健康食品・介護用食品・サプリメント
- もち米 防災用保存水









# <u>認知症介護家族の</u> ための茶話会

沼津市介護家族の会では認知症介護家族のための 茶話会を開催します。普段の悩みを相談したり、 参加者同士で日頃の思いを共有しませんか。 お気軽にご参加ください。

- ●と き 12月13日休 13:30~15:00
- ●ところ サンウェルぬまづ 2階 中会議室
- ●対 象 認知症の方等を介護している方

※申し込み不要、 直接会場へお越しください。 参加費無料。



# やさしい心をありがとうございます

(平成30年7月16日~平成30年9月15日)

#### お金のご協力

- ♥静岡県東部イベント商業協同組合 様(21回目)
- ♥琴城流大正琴振興会 沼津支部 様(13回目)
- ♥Na Lima Ke Aloha 代表 牛島一江 様

#### 品物のご協力

- ●㈱第一家電 様
  ●㈱ドラゴンゲート 様
- ♥匿名 1件

#### 大切なご家族様の御葬儀を

心を込めてお手伝いさせて頂きます



お困りごとがございましたら、お気軽にご相談ください ご相談・御見積無料 ☎0120-928-935 (24時間対応)