



社協だより

Vol. **66**

2021.10.1

ゆざわ

社会福祉法人 湯沢市社会福祉協議会



8月2日
院内地区



8月4日
小野地区

8月2日、8月4日、8月6日の3日間、雄勝中学校の生徒51名が1人暮らし高齢者宅を訪問し窓ふきや玄関周りの掃除に汗を流しました。

夏休み ちょっとだけ ボランティア 体験

高齢者の方とのふれあいを通じて地域の事を学び、社会福祉への参加と未来の担い手の育成を目指して夏休み期間を活用し開催しています。



8月4日
横堀地区



8月6日
秋ノ宮地区

**社会福祉協議会
とは**

誰もが安心して楽しく暮らせる「人にやさしい福祉でまちづくり」を進めるために、地域の皆さんやボランティア、福祉、保健、医療等関係機関などと協力しながらともに考え、実行していく、1市区町村に必ず設置されている民間団体です。社会福祉協議会は通称「社協」と言われています。

安心して暮らし続けることが出来る地域づくりをめざしています。
市民が参加し共に助け合う地域や社会の活動・事業に対して、応援するための公募助成事業です。

令和3年度 湯沢市共同募金委員会 公募助成事業審査結果	
団体名	事業名
株式会社フォラックス教育	湯沢市内高等学校進学者向け制服リユース事業
角間長寿会	農村に子供たちの笑顔と歓声を取り戻すプロジェクトⅣ
院内地域づくり協議会	院内地区民グランドゴルフ交流事業
湯沢図書館内おはなしボランティア「みんなの森」	楽しいお話し会づくりのために
湯沢あかねの会	みんなの居場所づくり
NPO法人おがちふるさと学校	地域介護講座
黄輪の会	孤立を防ぎ生きがいのある毎日を「地域の良さを発見ツアー！」
湯沢地区少年保護育成委員会	第58回「少年の主張」弁論大会
湯沢市雄勝郡すぎの子会	音楽療法指導
Murahoキッズ	「みんなで食べよう！仲良くなろう！地域の居場所」
湯沢おやじの会	1年間を通して6事業を行う
社会福祉法人 湯沢市社会福祉協議会	トータルケア推進事業 要支援者訪問員活動費
12団体助成総額 ￥500,000	

12月は「歳末たすけあい運動月間」です ご協力をよろしくお願いいたします

～つながり ささえあう みんなの地域づくり～

民生児童委員のご協力のもと、新たな年を迎える時期に高齢者、障がい者、子ども、福祉サービスを必要とする人など誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりへ幅広い理解と参加をはかるものです。

- ・低所得で日常生活が維持できなくなる恐れのある生活困窮世帯
- ・在宅で寝たきりの方、在宅重症心身障がい児の方々に対して、みなさまからお寄せいただいた善意を義援金として贈呈いたします。

募集期間：12月1日(水)～12月31日(金)



赤い羽根共同募金助成事業

湯沢市共同募金委員会

じぶんのまちをよくするしくみ

令和3年度

赤い羽根共同募金運動にご協力をお願いいたします

今年も赤い羽根共同募金運動が始まります。募金は、湯沢市内の福祉活動、各地区社会福祉協議会への配分、地域福祉トータルケア推進事業、ふれあい広場、ふりーすぺーす、ふれあいサロンなどに使われています。



10月1日～12月31日
～10月は運動強化月間です～

湯沢市の赤い羽根共同募金目標額 **11,528,000円**

インターネットによる募金も受け付けております。



湯沢市の共同募金配分事業の主な活動紹介



ゆざわ市ふれあい広場



ボランティアの小さなつどい



いきいきサロン



除雪ボランティア

湯沢市社協の介護サービス

＊湯沢ゆうあい訪問介護センター



介護を必要とされる高齢者や障がいのある方が、住み慣れたご自宅で快適に生活が送れるように、資格を持ったホームヘルパーがご自宅を訪問して、日々の食事や排泄または入浴などの身体介護や、日常生活を支援します。ご自宅で元気に生活していくための自立支援のお手伝いをいたします。

大切なご家族をご自宅で介護するための方法や、介護の悩み事などにお答えしますのでお気軽にご相談ください。

生活援助

ご利用者様の食事の支度・衣類等の洗濯
居室の掃除・日常生活に必要とされる買い物の支援を行います



身体介護

ご自宅の浴室での入浴介助または清拭
排泄の介助
食事の介助を行います



あいうべ体操で お口から健康づくり

●口呼吸から鼻呼吸へ

現代人の約90%が口呼吸をしているといわれます。口呼吸だと、口の中やくちびるが乾きます。唾液による洗浄・殺菌・消毒作用が不十分となり、細菌・ウイルスが体の中に入りやすくなります。虫歯・歯肉炎や口内炎の発症・悪化・口臭の原因に。また、免疫力の低下により全身の病気の原因にもなります。歯ならびや顔つきへの影響もあります。「あいうべ体操」を習慣づけると口の周りや舌の筋肉を鍛えることで口が閉じやすくなり、口呼吸が鼻呼吸に改善します。

唾液の分泌を促し、虫歯・歯周病予防に

免疫力アップで感染症予防に！

嚥下力（飲み込む力）を強化し、誤嚥や肺炎予防に！

ほうれい線・たるみ改善の顔ストレッチ効果抜群！

ひとりでやるけどひとりじゃない



あいうべ体操



「あー」
口を大きく開く

▲口が円形に近くなるようにして、のどの奥が見えるまで大きく開きましょう。



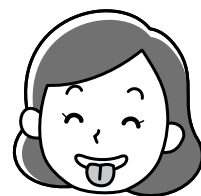
「いー」
口を大きく横に開く

▲前歯が見え頬の筋肉が両耳のわきに寄るくらい、横にぐいっと開きます。しっかり開くと首に筋肉のすじが浮き出ます。



「うー」
口を強く前に突き出す

▲口をしっかりと閉じるための体操です。唇をとがらせて思い切り前に突き出すことで、口周りの筋肉を広く鍛えます。



「べー」
舌を突き出し下に伸ばす

▲口を大きく開け、舌を思い切り出して、顎先まで伸ばすつもりでやります。強めにやった方が効果的です。

プログラム内容

目標（ゴール）：地域で自分たちができることを考え実践する

1日目：8月10日（火）

内 容	講師など
【オリエンテーション】	
【「孤高の戦士」ってどんな人？】50分 どうして「孤高の戦士」になったのかを考える。	湯沢市協 総合相談室 後藤 久司
【地域ではどんな人が困っている？①】50分 目に見えない病気を抱えている方の生活を知る。また、それをサポートする方法を考える。	湯沢市 基幹相談支援 センター所長 長沼 敏幸 氏
【SOSの出し方を学ぶ】50分 自分の周りで悩み事を抱える人への声掛けなど具体的な方法を学ぶ。また、自身の心が疲れたときの対応についても学ぶ。	湯沢保健所 保健師 齋藤 智子 氏
【振り返り】	

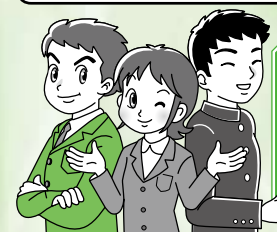
2日目：8月11日（水）

【地域ではどんな人が困っている？②】50分 学校や会社に行くことができなかった当事者についての気づきとそのサポートについて学ぶ。また、地域ではそれをサポートするための活動がどのようにされているのかを学ぶ。	NPO法人KOU 事務局長 大屋 友紀 氏
【湯沢市の取組を知る】 湯沢市で展開されている地域福祉活動について学ぶ。	湯沢市社協 地域福祉課長 梁瀬 和子
【どのような地域課題があるかを考え解決する】 グループで地域課題を解決する仕組みを考え発表する。	湯沢市社協 地域福祉課職員
修了式 認定証授与	



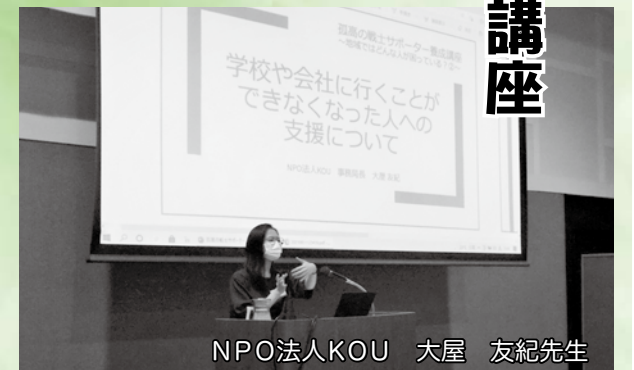
8月10日・11日の2日間に渡り「孤高の戦士サポーター養成講座」を開催しました。生活困窮、障害、心のSOSの出し方、ひきこもり、不登校等さまざまな分野の福祉課題を学び、そして自分たちで地域課題の解決法を考えました。講座を修了した22名の高校生は、今後サポーターとして、社協とともに地域貢献・住民の皆さまと一緒に地域で活躍できることが期待されます。参加いただいた高校生の皆さま、講師を引き受けてくださった皆さま、ありがとうございました。

「今年度初！重点事業」 孤高の戦士サポーター養成講座



※高校生サポーターの活動へのご質問やご要望、講座に対するお問い合わせなどは社協へご連絡ください。

0183-73-8696



NPO法人KOU 大屋 友紀先生



地域の方々とつながりを持つには...?

地域行事に参加ある！



障害者への理解を深めるには？

高校生が高校生に講座を聞く！

修了後アンケートより

2日間受講して、生きづらさをかえながら日々頑張っている孤高の戦士のサポートができたと思います。そのためにも、自分を大切にしたいと分かりました。

この講座をうけて、今まで意識したことがなかったことに意識を向けるいいきっかけになって良かったです。

福祉の様々な分野の講座が聞けたためになったし、進路の参考になった。

本当に楽しかったし勉強になった。このような機会をふやしていただきたい。



ラミネート加工のかるた



駒形地区の「八面第三さくら会」の紹介です。年に4回、公民館に集まって交流会を開催しています。世話人の皆さんが、毎回工夫した交流会を行っているそうです。取材に伺ったときは、手作りのカードとスティックでかるたを作っていました。かるたをとる際に手と手が触れないようにスティックで示してとります。カードも丁寧にラミネート加工がされており、コロナ感染対策も考えられていました。



持ち寄った品物をゲームの景品に



手作りのスティックでかるたとり

やっおきて
八面第三さくら会

～顔を見て話すことの大切さ～

コロナ禍でのサロン開催はいつも以上に対策や工夫が必要ですが、今だからこそ地域住民同士のつながり、生きがいづくりにサロン活動の大切さを感じました。稲川地区では、地域のサロン活動推進のお手伝いになればと、行政区毎へのサロン活動助成金事業を行っています。今年度は、26の地区で助成を実施しています。こんな時代だからこそ、顔を見て話す、笑い合う。心は「密」にしてつながっていききたいものです。

稲川 地域活動紹介

稲川地区福祉サポートセンターにお気軽にお立ち寄りください



10月のお楽しみは「新米でほっこり♡おにぎり作り」です。お待ちしております。

◆社協サロン「ほっこり」に関するお問い合わせは◆
稲川地区福祉サポートセンター
☎ 0183-78-5603

稲川地区福祉サポートセンターでは、7月より稲川総合支所東側ロビーにて、社協サロン「ほっこり」を始めました。月に1度の開催で参加費は無料です。どんなでもいつでもご利用可能となっています。飲み物も用意していますので、気軽に立ち寄れる、心が「ほっこり♡」する地域の集える居場所にしていただけたらと思っています。10月は26日（公）開催予定ですので、是非お立ち寄りください。

【社協サロン「ほっこり」】

- ◆毎月最終火曜日
- ◆10時から17時
- ◆稲川総合支所 一階東側ロビー
- ◆参加費・・・無料
- ◆マスクを着用しての参加にご協力下さい。
- ※新型コロナウイルス感染症状況により中止の対応をとる場合があります。

サロンの様子（7月）

雄勝 地域活動紹介

雄勝地区福祉サポートセンターにお気軽にお立ち寄りください



6月 浅舞公園の散策と道の駅十文字へ行ってききました

雄勝地区福祉サポートセンターでは、介護予防や生きがいづくりを目的に月2回ほっと館を会場に入浴、食事、趣味活動などを行っています。

あじやかデイサービス

雄勝地区福祉サポートセンターでは、介護予防や生きがいづくりを目的に月2回ほっと館を会場に入浴、食事、趣味活動などを行っています。

7月 「おはなしはあこ」の皆さんによる絵本の読み聞かせと紙芝居

演じ手が作り出す物語の世界に誘われ想像力が広がります

皆瀬 地域活動紹介

皆瀬地区福祉サポートセンターにお気軽にお立ち寄りください



7月14日（水）、小安地区いきいきサロン活動として、大潟村千拓博物館にて研修視察を行いました。八郎潟千拓という大事業を遂げた大潟村の歴史と農業の変遷を一气に知ることができた施設です。ボランティアガイドさんの説明を受けながら、千拓当時から現在に至る発展の様子をじっくり学び、心がなぐさされました。農業が暮らしに密接に関わっている地域の皆さんにとって、より意義のある見学になったことと思います。見学後はポルダール湯の湯さんにて昼食を食べ、温泉に入り、ゆったりとした時間を過ごしました。

△館内見学の様子

大潟村千拓博物館 研修視察

△ポルダール湯の湯入口にて

私たちは社協活動を応援しています



社協だより「ゆざわ」の発行に特別協賛いただいております。広告の内容と社協の業務に関係はありません。なお、広告主は随時募集しております。

福祉・介護用品
販売 レンタル 住宅改修

皆様に適した介護用品を多数ご用意しております。お気軽にご相談下さい。

(株) かんきよう

〒013-0061 横手市横手町字上真山32番1
TEL 0182-36-0294
FAX 0182-36-8699

広告

PRINTING
Okuyama
SINCE 1918

印刷のことならおまかせください

株式会社 奥山印刷所

湯沢市吹張2-1-7
☎ 0183-73-3146

広告

家電及び住宅リフォームのことなら当店で!

株式会社 大沼電器

〒012-0826 湯沢市柳町2丁目3-28
☎ 0183-73-3185

広告

株式会社 おう すみ 住 旺

消防設備の取付・点検

まかせて安心! お気軽に相談下さい

〒012-0026 秋田県湯沢市大島町1-1
TEL 0183-73-1277
FAX 0183-72-4194

広告

まごころありがとうございます

善意のご紹介 (令和3年7月16日～9月15日受付分)

社会福祉協議会事務局、各地区福祉サポートセンター、デイサービスセンターコスモスへお寄せいただきました。

受付日	氏 名	善 意
7月16日	絵手紙愛好会	絵手紙 37枚
7月26日	古関光子	10,000円
8月6日	匿名	栄養ドリンク50本
8月23日	瀬川 勇	尿とりパッド30枚
8月26日	日の出会	5,000円
9月1日	日本舞踊千川流湯沢会	30,000円
9月2日	匿名	じゃがいも 8kg なす 2kg

受付日	氏 名	善 意
9月6日	匿名	ピーマン 1.3kg なす 3.5kg
9月6日	匿名	米・りんご・洋梨
9月11日	匿名	なす 2.5kg ピーマン 750g
9月13日	湯沢市障害者支援施設 皆瀬更生園 園長 高橋守	16,189円
9月14日	匿名	15,000円
9月15日	絵手紙愛好会	絵手紙 23枚 箸袋 20枚

(敬称略)

鮮魚・刺身盛り合わせ・
オードブル・
おそうごい・折詰

藤田魚屋

〒012-0841

湯沢市大町1-3-54

TEL (73) 3255



広告

apollostation

ヤマニ石油株式会社

代表取締役 前田 貞一

◇本社湯沢給油所

湯沢市前森3丁目4-16

TEL (0183) 73-0131(代)

◇千石町給油所

湯沢市千石町4丁目10-1

TEL (0183) 73-9876(代)

広告

システムインとみや・OA機器・リコー複写機
事務用品・現場備品・公共施設用品・設計施工

株式会社 とみや

本社 秋田県湯沢市大町1-2-24
TEL0183(73)3148(代)

秋田営業所 秋田市山王3-8-34(山王ツインビル)
TEL018(862)8002(代)

大仙営業所 大仙市若竹町33-14
TEL0187(63)5111(代)

オフィスワン 湯沢市鶴館23-4
TEL0183(73)9809

広告

iPhone
修理店

アイサポ

広告

修理時間は最短 10分!! データそのまま!!



フロント
パネル
交換



水没修理



ホーム
ボタン
不具合



バッテリー
交換

アイサポ イオンスーパーセンター湯沢店

〒012-0000 湯沢市字上萩生田162 イオンスーパーセンター湯沢店内
営業時間 10:00～19:00(修理最終受付 18:00)

☎ 0120-745-157

アイサポ 湯沢

で検索!



WEB予約は
こちらから

防犯カメラ



電話設備、通信ネットワーク

秋田電気通信株式会社

〒012-0036 湯沢市字両神116-5

電話 0183-72-3355

広告

介護プラザ



すずらん

福祉・介護の専門店

福祉用具
レンタル
・販売

介護相談、
ケアプラン
作成

介護保険
による
住宅改修

ご自宅で
安心して暮らせますように
お手伝い致します。
お気軽にご相談ください。

湯沢 ☎(0183)

78-1294

湯沢市愛宕町二丁目6-22

大仙 ☎(0187)

63-1919

大仙市大曲須和町一丁目1-24

広告

社協だより「ゆざわ」は、皆さんよりいただいた社協会費により発行しています。

※社協だより「ゆざわ」は、ホームページからもご覧になれます。

湯沢市社協

検索



Facebookでチェック



各種情報を発信しております