

今年も十一月十日(月)、東近江市の永源寺温泉八風の湯へ行ってきました。

山田学区からはそんな遠くつくりとバスに揺られて、ゆったりとした時間の流れを体験できるのも、この旅行のひとつの特徴となっています。

知り合い同士が一緒になって、おいしい岩魚の塩焼きなどを食べながら、楽しい語らいに花が咲きました。また、思えば、温泉水の湯につかり、リラックステを休めることも、新しい仲間の輪をひろげ、親睦をはかることができました。



山田学区

社協だより

第73号

発行 山田学区
社会福祉協議会

高齢者バス旅行

このように、地域や仲間の絆が繋がり、ちょっと困った時、お互いの様で、声かけられる地域となることを願っています。

賛助会員紹介

社会福祉協議会とは一般的に社協とも言われており、法的には社会福祉法で規定している民間の団体です。

運営資金は、会費によりまかなわれ、全住民からの一般会費と社協活動に賛同いただいています。個人や企業からの賛助会費があります。

今年も、草津市社会福祉協議会賛助会員の募集をさせていただきました。山田学区では、二九社名の皆様から協力をいただきました。この会費は草津市社会福祉協議会の活動に有効に活用させていただきます。

ここに、山田学区の賛助会員のみなさまを紹介申し上げます。厚くお礼申し上げます。(敬称略・順不同)

- ・(株)アヤシロ
- ・(株)ナカイテクノ
- ・(有)横江製作所
- ・相撲ちゃんこ 大岳
- ・(株)光真製作所
- ・(株)中嶋歯車工業所
- ・藤田工務店(株)

- ・福盛教材
- ・浜口商店
- ・オートカム
- ・ワークパートナーきらら 北山田
- ・中野製菓製造(株)
- ・園田瓦店
- ・(株)久泉エンジニアリング
- ・(有)馬場自動車
- ・(有)馬場工務店
- ・堀井歯科医院
- ・(株)テクノオーミ
- ・膳所木材工業(株)
- ・キャノンマシナリー(株)
- ・山一産業(株)
- ・(有)久保水道
- ・西本電気工事(株)
- ・(有)馬場建設
- ・平井自動車工業(株)
- ・佐山水道工業(株)
- ・岡田茂吉研究所
- ・木川富農組合
- ・組合長 古川孝夫
- ・特別養護老人ホーム えんゆつの郷

わんぱくキッチン



子ども達と一緒に簡単な料理をして一緒に食べたり、そのあと、ゲームをしたりして楽しみましょう。そして、学区の子ども達との繋がりを増やしていきたいです。

「こう考えて「わんぱくキッチン」を、民生委員児童委員協議会と合同で、今年から始めることになりました。

第一回目を八月二五日に実施。最初ですので、定番のカレーライスを作り、簡単なデザートを作りました。

第一回目は二月二二日、おはきを作りました。最近、家庭



でおはきやほたもちを作ることは少なくなってしまう、新しい体験が出来たのではないのでしょうか。いっぱい食べて、お土産もしっかりと持って帰りました。

また、この日は、ボランティアの草津美術会の手品を楽しみました。

第三回目は平成三十一年三月十六日に開催します。この日は、五平餅を作ります。

編集後記

最近、健康で長生きのためには、ボランティアをする事など、地域に関わる事が大切と急に言われるようになりました。

山田学区社会福祉協議会はお互いに支え合って安心して暮らしていけることが出来る地域を目指して、「お互いさま」の気持ちで通じ合える山田を目指しています。

◇◇◇◇◇
今年はやはり暖冬だったので、雪が積もったことがありませんでした。

三月に入りますとつづきが出てきます。植物はつづいて土の中で季節を知るのでしょうか。

AO



高齢者ふれあいサロン

一月十五日、草津市立なごみの郷で高齢者ふれあいサロンを実施し、七十一名の方々に参加いただきました。

午前中は、高齢者の健康講座と一言ことで、草津市山栗東野洲歯科医師会、在宅歯科医療連携室の歯科衛生士 大谷直美様を講師に迎え、「いつまでも美味しく食べるために」と題しまして歯や口の健康についてお話しいただきました。

健康な「歯」と「口」を守るためには、

☆規則正しい生活習慣

☆よくかんで食べる

☆お口を動かす

すなわち、話す、笑つ、歌うことが大切です。みなさん、今日から始めましょう！このことが「いつまでもおいしく食べられる」秘訣です。とお話いただきました。

午後は、スターダストの皆さんを講師迎え、皆で歌いましょうと、大勢を出して歌いました。昭和の歌が中心で、本当に楽しい時間でした。スターダストの皆さん



有難うございました。スターダストの皆さんは山田学区在住の方々です。



第15回 山田学区の医療福祉を考える会議 大根炊きフォーラム (於 特別養護老人ホーム えんゆうの郷)**まとめ**

山田学区社会福祉協議会 H31.1.24

自分の地域の良さを知り、活動の楽しさを広め、健康で長生きのため社会参加を

これまでの山田学区の医療福祉を考える会議では、高齢者の暮らしの問題を中心に、地域での多彩な活動の良さ、素晴らしさについて語り合ってきました。

第13回の会議では、医師の立場から高齢者の暮らしの問題についてお話しいただき、これからやってくる人生100年の時代、いつまでも健康で長生きするには、「社会参加」というのがひとつのキーワードであることを学びました。

そこで、地域の魅力的な活動を「知り」活動のすばらしさを「語り」あい、社会参加の楽しさを「広げる」広めることを目標に、地域の皆さんにも参加を呼びかけ 堅苦しくならないように、特別養護老人ホームえんゆうの郷をお借りして、「大根炊き」を食べながらの会議です。当日は70名近くの方が参加いただきました。



山田の大根

当日発表いただいた団体を紹介しつ

**山田更生保護女性会**

山田学区には32名の会員がいます。

更生保護とは、非行や犯罪に陥った人の立ち直りを、社会の中で見守り、地域の力で支えていくことです。草津市では、保護司、更生保護施設、私たち更生保護女性会、協力雇用主、BBSの5つの力で更生保護を支えています。また、更生保護には地域の力がぜひとも必要です、私たち更生保護女性会も、出来るだけ地域の各種団体の活動に協力をしています。

法務省は、犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域社会を築くために「社会を明るくする運動」を提唱しており、7月と12月に街頭啓発を行っています。

人間は誰もが人として尊重され、自分らしく生きたいと願っています。たとえ非行や犯罪に陥った人でも同じです。私たちは人間尊重と互いに他を思いやり、連帯しながら誰もが心豊かに生きられる明るい社会づくりを目指しています。

**健康推進員**

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに山田学区では13名が活動しています。

- ◆「野菜をもう一皿増やそう」運動：野菜摂取量の増加に取り組むための事業
- ◆食育フェルトパネル事業：【赤】血や肉、骨になる食品、【黄】熱や力の基になる食品、【緑】体の調子を整える食品の3つの食品のバランスについて、講話や調理実習をしています。
- ◆減塩の取り組み。男性1日8g未満、女性1日7g未満を目指し、塩分0.8%の味噌汁の試飲アンケートをしました。
- ◆糖尿病の発症、重症化の予防：糖尿病についての知識の普及と健診の実施勧奨を行っています。
- ◆エプロンシアター：歯磨きの大切さを知ってもらうために、ワニさんのぬいぐるみを使って、子ども園や保育園で実施しています。
- ◆草津歯口からこんにちには体操：人形を使って口や舌を動かす体操を、高齢者ふれあいサロンなどで実施し、誤嚥の予防に努めています。
- ◆その他、健康はつつつ体操、禁煙の取り組み、安らぎ学級の料理教室講師など、地域の方々とふれあいの場を広げられるよう取り組んでいます。

**体育振興会**

山田学区体育振興会では、スポーツの推進と健康促進を図り、学区民の参加で山田学区を盛り上げ、新たな発見を見つけていただくことを目的に活動しています。

最大の事業はやはり 区民体育祭です。毎年小学校のグラウンドで約1500人が参加して実施しており、今年で47回目を迎えました。町別対抗の種目は、毎年熱戦が繰り広げられます。

草津市民スポーツレクリエーション祭は野村グラウンドで行われ、100人ほどが参加します。学区民に『ニュースポーツ』競技に関する『知識』を身につけていただくニュースポーツ講習会も実施しています。また、草津市民チャレンジスポーツデーや、毎年2月ごろには、ボーリング大会も実施しています。

**ボランティアともしび**

昭和55年に発足し今年で38年になります。当時、ボランティア団体は珍しい存在でした。ボランティア山田という男性のグループがあり、一緒に活動したり、環境浄化という旗を立てて、学区中のごみ拾いに回ったりしていました。

昭和57年から、南草津の「特別養護老人ホームやわらぎ苑」へ行くようになりました。そこで掃除をしたり草取りをしたりして、利用者の皆さんともなかよしになりました。30数年続けましたが、ボランティアが高齢になり、車に乗れなくなりましたので、今では、南山田の「小規模多機能型居宅介護施設こころね」とか、この「えんゆうの郷」にお邪魔しています。利用者の方とおしゃべりしたり、昔ばなしに花をさかせたり、楽しくさせてもらっています。長くに続けていますと、施設の利用者がボランティアか分からない状態ですが、これも皆様のおかげと感謝しています。

**山田環境五三〇会**

私たちは琵琶湖の水環境や美しい琵琶湖を守るために、湖岸や道路の散在性ゴミを拾ったりしています。特に水に力を入れています。滋賀県が長寿、健康寿命日本一になったのは、琵琶湖があり水も風景もきれいなことも一つの条件と思っています。

琵琶湖は滋賀県の1/6を占め、275億トンの水を蓄えています。近畿1300万人の10年分の水道量とわれています。

たばこの吸い殻が水に溶けると茶色の水になり、琵琶湖へ流れ、水が汚れますので、吸い殻をきばって拾ってきました。新聞で、プラスチックが琵琶湖の水を汚しているとも報道されていました。これからはプラスチックも拾っていこうと考えています。また、草が茂って、歩道の半分しか利用できなくなったりしていますので、このような場所や路肩の草刈りもやっています。

**地域サロン ふれあいの会**

ふれあいの会は毎週土曜日いきいき百歳体操をやっています。対象者は21名ですが、常時の参加者は10名程度です。そのあとお口の体操をして、歌を歌ったりしています。手足を動かすことも心がけています。団地の中なので、歩いてきてもすぐに着いてしまうからです。

食事会を開催しており、ふれあいの会のメンバーが育てた食材を使い、その講釈も楽しみのひとつです。芋煮会や夏には流しソーメンを実施し、トコも竹製で、会員の手作りです。こういう時は20名くらいの参加となります。



うどん作りやそば打ち、講師を呼んで実施しましたが、食べることは人気がいいですから、若い方も参加できるように、今後考えていきたいと思ひます

**地域サロン ぽかぽかサロン岡**

今日は私の所のサロンの方も医療福祉を考える会議に来てくださいました。立ち上げて2年の山田で一番若いサロンです。立ち上げについて町内の役員や社協とも相談し、「いつ立ち上げるの?」「今でしょう」と皆に背中を押されてスタートしました。

サロンに参加していただく方も、世話役の方皆さん大変協力的です。今日の発表も、写真データくださいと言ったら、発表用のパワーポイント作ってくれ、と即作っていただきました。



毎週火曜日 10:00から、いきいき百歳体操、草津歯口からこんにちには体操や脳活ゲームをやっています。毎月最後の火曜日は食事会をしています。

そのほか、お花見にいたり、町内の子ども会との交流会を実施しています。サロンでは、「継続して体操を行ない、健康に対する意識を高めるとともに和気あいあいとした雰囲気でご過せる」を目標にしています。



地域の皆さんと楽しい交流ができました。今後も楽しい会議を目指していきます。