

### 第50号

発行日 平成22年10月1日  
 発行 星が丘地区社会福祉協議会  
 相模原市中央区星が丘3-1-38  
 星が丘公民館内  
 TEL 042-755-9955  
 編集 広報紙編集委員会

## おかげさまで50号

昭和61年3月に創刊号が発行され、地区社協の活動や地域の様々な情報を紹介し年2回の発行で50号を迎えました。



創刊号



第10号



第20号



第30号



第40号

### 「一読十笑百吸千字万歩」

星が丘地区社会福祉協議会

会長 野中 敬一

広報紙「まごころ」が創刊され、今回が五十号。政令指定都市になって最初の号になります。これを記念して編集委員長から一文をとって依頼がありましたので、日頃、高齢者が生き生きと活動するための心得について記したいと思います。

それは、「一読十笑百吸千字万歩」の励行です。一読とは一日に一回は短くてもいいから文章を読むのです。新聞の社説や天声人語、編集手帳といった練れた文章がいいと思います。

十笑とは笑うことです。一日十回くらい大きな声を出して笑うのです。百吸とは呼吸です。何回かに分けてもいいから深呼吸をしましょう。千字とは、文章を書くことです。日記でもいいし、忘れないようにメモするのです。万歩とは身体を動かすということです。

「一読十笑百吸千字万歩」これらを生活のリズムとして組み込むことは老いの防止につながります。文章を読んだり書いたりすることは脳細胞を活性化させます。笑いは免疫システムの機能を高めます。深呼吸や歩くことは、言うまでもなく肉体の衰えを防ぐ健康法です。ごく普通の一日の中で「一読十笑百吸千字万歩」を全て実行しようではありませんか。

お年寄りには生活のリズムが大切です。それもメリハリのあるものが望ましいのです。老いない秘訣として「一読十笑百吸千字万歩」を採用されてはいかがでしょう。

### これからの事業予定のご案内

		会場 星が丘公民館		どなたでもご参加いただけます
みんなのこいでい	映画会	10月30日(土)	9:30~12:00	釣りバカ日誌(第一作目)主演 西田敏行 三國連太郎
		3月12日(土)		幕末てなもんや大騒動 主演 藤田まこと 白木みのる
	フェスティバル	10月23日(土)	10:00~12:00	折り紙、絵手紙、竹トンボ作り、カラオケ、フリーマーケット、ポップコーン、キャップ・プルタブ回収
	福祉バザール	1月29日(土)	10:00~12:00	フラワーアレンジメント、凧作り、グラウンドゴルフ、カラオケ、フリーマーケット、ポップコーン、キャップ・プルタブ回収
		11月7日(日)	10:00~13:00	地域の皆様のご協力でお安くご提供します。

※フェスティバルは 高齢者から子どもまで、異年齢のふれあいを楽しむ行事です。

街頭募金	10月1日(金)	16:00~17:30	オーケー相模原店・中村書店・業務スーパー
ふれあい訪問事業	3月9日(水)	70歳以上のひとり暮らしの方を民生委員が訪問しふれあいます。	
広報紙発行(年2回)	10月4月	まごころ	50号発行 まごころ 51号発行

### キャップ・プルタブ回収数

	22年4月~9月	19年8月~累計
ペットボトルキャップ	185k	943.4k
プルタブ	58.2k	131.2k

- ・ペットボトルキャップは1k(400個)10円、20円でポリオワクチン一人分になり発展途上国に送られます。
- ・プルタブはドラム缶約7本で車椅子一台と交換できます。

☺ご協力をいただきありがとうございます。ありがとうございました。

日赤社員増強運動結果報告(5月~6月)  
一、〇七六、〇三三円

### 22年度 編集委員

- 中原庄三郎 (民生・児童委員)
- 小林 茂夫 (民生・児童委員)
- 清水 ミヨ (民生・児童委員)
- 中村 悦子 (民生・児童委員)
- 奥山 憲雄 (星が丘公民館)
- 阿部 美雪 (障害者福祉施設)
- 瀬戸 美穂 (星小PTA)

### 編集後記

中原 まごころで福祉伝えて五十号地区社協今後どうぞよろしく。

小林 猛暑日と熱帯夜はダメ、しかし、高校野球の熱い戦いは大歓迎でした。

清水 はやぶさや流星群に感動し、灼熱の夏を超え、いざ冬よ来たれ。

中村 みつばちハッチになって秋の草むらの中にいる虫達と話してみたい。

奥山 編集委員の熱い思いが結集し、充実した五十号記念の号になりました。

阿部 グループホームの庭に、利用者が桃を植えた。今年「まさか」の実が熟した。私は利用者が早く巣立つ事とダブった。

瀬戸 みなさんと楽しみながら活動できました。ありがとうございます。

# 星が丘地区社協の取り組み

私たち星が丘地区社協は、様々な個人・団体や関係機関等と連携を持ちながら、住民主体で、誰もが住みなれた地域で安心して暮らせるための福祉活動・事業に取り組んでいます。興味のある方は、ボランティアとして一緒に活動してみませんか。



## 高齢者サロン

千代田・星が丘・横山の3カ所で毎月1回開催。カラオケや工作、気軽なおしゃべりを通して交流いただき、楽しい時間を過ごします。

## みんなのつどい～フェスティバル～

子どもから大人まで地域の誰もが楽しく集える交流の場です。物づくりなどの体験コーナーやカラオケ、フリーマーケットも。年3回開催。



## 福祉学習会

楽しみながら学べる地域の福祉講座として年1回開催しています。



## ペットボトルキャップ・プルタブ回収

世界中の子どもたちの病気を治すワクチン代として協力しています。



## 子育てサロン

千代田・星が丘・横山の3カ所で子育て中の方の「息抜き」を目的に開催。絵本やおもちゃで遊んだり、親同士の交流の場にもなっています。



## 福祉バザー

11月の第一日曜日に開催しています。地区社協の活動財源に充てさせていただきます。

**福祉学習会に 五十数名が参加**

九月十一日、公民館を会場に福祉学習会が開かれました。防災講演会と津軽三味線演奏の二部構成です。

■災害に強い街づくりを

防災講演会は、「自分の身は自分で守るとはどういうこと？」をテーマに、相模原災害ボランティアネットワークの方の話でした。

講演は、①地震発生の現状、②地震災害の現場、③自分の身を守るために、④災害発生時の対応、の四つからなり、次のような話が強く印象に残りました。

- 自分の身を守るために、家具の転倒防止や、ガラスが飛散しないようフィルムを貼るなどの対策を施すことが重要。
- 災害発生時の行政とボランティアの役割の違いを認識しておく。基本的には行政は道路など全体への対応、困っている個人へはボランティアが対応してくれる。
- 自主防災隊と避難所運営協議会を別に立ち上げる。大規模災害発生時には、防災活動と避難所開設は同時に進行するため、防災隊員が避難所運営を兼ねることは困難である。そして最後に、近所の人の顔が見



える関係づくりを進めることが、災害に強い街づくりに大切であること訴えていられました。

■力強い津軽三味線の音色に感激

第二部は津軽三味線演奏会です。この演奏を楽しみに来られた方も多かったようです。相模原市在住の中川紘汰さんとその師匠の小山竜昇さんを中心に、四人での演奏です。

津軽の民謡をはじめ、五曲演奏して頂きました。私達に馴染み深い「相模原音頭」の演奏時には、一緒に歌う声も聞こえてきました。また津軽三味線についての説明もお聞きし、理解を深めることができました。

中川さんをはじめ、皆さんの益々のご活躍を期待したいと思います。

# 社協って...なんだろう？

募金活動や福祉バザーをするのは何のため？今回は「まごころ」発行50号記念として、私たちの社会福祉協議会の役割とその活動について、特集してみました。

## 社協の成り立ち

戦争によりすべてが荒廃していた昭和20年代、社会の諸問題は国だけでは解決できない状態でした。

特に地域社会を立て直すためには、社会インフラはもろろん、戦争により傷ついた傷病者や失業者、孤児や寡婦世帯などに対して火急の支援が必要でした。

こうした背景の中、住民組織や民間の慈善団体・福祉事業者など行政機関との橋渡しを行い、民間主体による社会福祉活動を推進すること「社協」という。が、全国に組織されることとなりました。

## 社協の役割

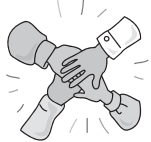
それでは戦後の混乱期から60年以上経過した今、私たち社協に求められていることは、なんでしょうか。

社会は豊かになり、家族のあり方も個人のライフスタイルも多様化が

進みましたが、逆に地域の中での孤立や孤独、引きこもり、他者への無関心など新たな課題が生じてしまい、中には孤独死やいじめ、虐待などの痛ましい事件も散見されるようになってしまいました。

こうした地域社会に共通する福祉ニーズや課題は、行政などの公的サービスだけでは解決できません。私たち社協は、自治会や民生委員児童委員協議会、ボランティアなどの個々の組織・団体の重層的な協議体(ネットワーク)です。住民組織として行政と連携して地域社会に対して働きかけたり、協働するための仕組みづくりや組織化を図ったりしながら、地域の人びとが住み慣れたまちで安心して生活するための、さまざまな活動を行う役割を担っています。

私たち社協は、自治会や民生委員児童委員協議会、ボランティアなどの個々の組織・団体の重層的な協議体(ネットワーク)です。住民組織として行政と連携して地域社会に対して働きかけたり、協働するための仕組みづくりや組織化を図ったりしながら、地域の人びとが住み慣れたまちで安心して生活するための、さまざまな活動を行う役割を担っています。



## 市社協の取り組み

相模原市社協では、次のような事業に取り組んでいます。(ごく一部を紹介)

### ◇地域福祉推進員・支援員の設置

地域の福祉活動を促進するため、地区社協や地区民生委員児童委員協議会の事務支援を行っています。

### ◇ボランティアセンターの運営

福祉分野のボランティア活動依頼について情報提供しています。また活動者向けの研修会を開催しています。

### ◇福祉教育事業の実施

各学校が取り組む福祉教育授業に、職員や指導ボランティアを派遣するなどの支援を行っています。

### ◇生活福祉資金等の貸付

生活困窮世帯等に対する相談援助・資金貸付を行っています。

### ◇あんしんセンター事業

判断能力が不十分な認知症高齢者、知的障害者、精神障害者の権利擁護を図るため、契約に基づいた金銭管理などの支援や、成年後見業務を行っています。

### ◇ふれあいサービス

会員方式で実施する有料の家事援助・介助サービスです。主に買物・掃除・通院介助・話し相手などを実

## 施しています。

### ◇給食サービス事業

在宅のひとり暮らし高齢者などの健康管理・孤独感の解消、安否確認等を目的に食事をお届け(配食)しています。配食は住民の皆様の協力で行っています。

こうした市社協事業の財源は、市の委託料や助成金の他、住民の皆さまのご理解とご支援による寄付金や賛助会費、共同募金配分金などで運営されています。



## 星が丘地区社協の取り組み

星が丘地区社協は昭和59年4月に発足した住民組織です。正式な名称は、星が丘地区社会福祉協議会です。自治会連合会、民生委員児童委員協議会、老人クラブ連合会、子ども育成会連絡協議会、星が丘小学校PTA、交通安全母の会、青少年健全育成協議会、保護司、公民館、星が丘小学校、子どもセンター、高齢者・障害者・児童福祉施設、福祉経験者(ボランティア)等の構成で福祉のまちづくりに向けて様々な活動・事業(詳細は次ページをご参照ください)に取り組んでいます。