

ふれあい

編集発行

社会福祉法人 京極町社会福祉協議会
〒044-0121北海道虻田郡京極町字三崎68番地
TEL(0136)42-3681 FAX(0136)41-2031
Eメールアドレス
kyogoku-fukushi@blue.ocn.ne.jp
ホームページアドレス
<http://www.shakyo.or.jp/hp/63/>

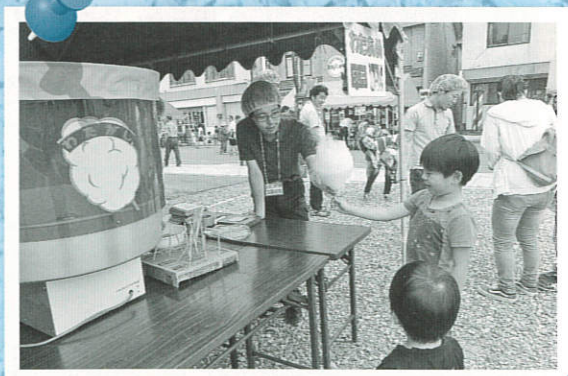
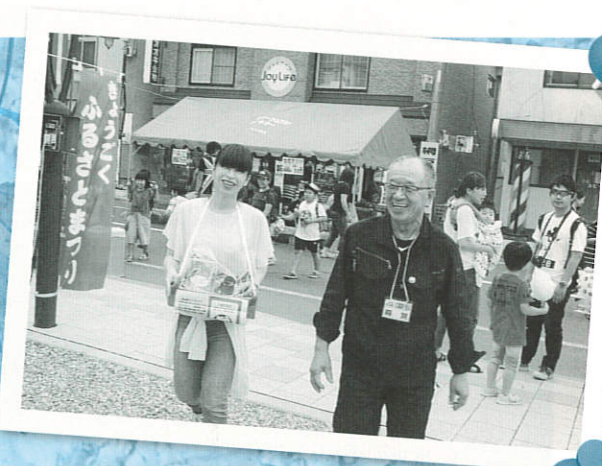
この広報は赤い羽根共同募金の助成金で印刷されています。

2017ふれあい 広場を開催

改装された共生型地域福祉拠点に
たくさんの方が来場されました

8月14日(月)「第25回京極町ふれあい広場」
を開催いたしました。福祉課題について理解を
深めることを目的に毎年開催しています。

4月からオープンした共生型地域福祉拠点前
で、皆さんの協力のもと、たくさんのお店を開く
ことができました。ふれあい広場での収益は、町
の福祉事業に大切に使われます。



関係協力団体

京極町女性団体連絡協議会、
京極町身体障害者福祉協会、
京極町民生委員児童委員協議会、
京極町母子寡婦会、福祉委員、
京極製氷株式会社、
NPO法人MiMaTa夢の匠

関係団体のほか、
多くの
ボランティアさん
の協力をいただき
ました。

地域福祉拠点の 愛称が決定 しました!



京極の「京」と「今日」をかけて、「ここ」は「拠点」、「居場所」を表しています。「今日、ここで会いましょう」などの意味が込められています。拠点でコミュニケーション(会話)、やコミュニティ(集い)の輪を広げましょう。

拠点「きょうここ」とは?

平成29年4月3日より本オープンして現在5か月が経過しました。

地域の方々が気軽に立ち寄れる「居場所」として誰もが利用することができます。

買い物帰りにひと休み、ご友人との待ち合わせ場所として、又は会議での利用も可能です。



住民の方からの寄付をいただき、8月からスロープ、手すり、風除室が設置されました。



お知らせ

拠点北側玄関前の交差点付近、拠点の隣の敷地への駐車はご遠慮ください。

お車でお越しの方は南側駐車スペース又は商工会館の駐車場への駐車をお願い致します。



駐輪場が設置されました!

自転車は道路や隣の敷地にはみ出さないよう綺麗に停めてください。

【北側玄関前】



【南側玄関前】



拠点「きょうここ」の内部をご紹介します

【カフェスペース】▶

北海道カラーデザイン研究室代表の外崎由香さんに内装の色合いについてアドバイスをいただき、家具や時計クッションの色合いにもこだわったデザインになっております。



◀【ミーティングスペース】

奥の部屋はサロン、会議、ミーティングなどで利用可能です。

カフェスペースと仕切ることができます。

ドリンクメニューのご紹介

- コーヒー(ホット/アイス)200円
- オレンジジュース 100円
- 麦茶 100円
(中学生以下は麦茶1杯無料です)
(お水は無料なのでご自由にどうぞ!)
- 不定期で手作りスイーツを販売



拠点「きょうここ」情報

- 平日・日曜日に開館しております。
- 平日は福祉センター職員が常駐しておりますのでご相談などもお気軽にどうぞ!
- 日曜日のお話し・お茶出しボランティアさん大歓迎です。

開館時間
10時～16時まで



京極町地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、高齢の方の地域での暮らしを地域全体で支え、より自分らしい暮らしを送ることができるよう、地域ケア個別会議を実施しています。

地域ケア個別会議

『地域ケア個別会議』は、困りごと(個別課題)を抱える高齢の方について、地域の皆さんと一緒に考える会議です。

参加者は、ご家族やご友人、町内会役員、地区担当の民生委員、役場、医療・福祉の関係者などで、ご本人の生活や抱える困りごとなどによって様々な方に参加して頂いています。

会議では、ご本人自身のことや、置かれている状況を皆で共有して理解を深めたり、課題解決に向けて参加者が協力して取り組んでいけるよう検討を行っています。

個別会議の回数を重ねると、似た困りごとを抱える方が他にも多く見られることがあるため、それを町全体の課題(地域課題)としてとらえ、新たな施策やサービス等、必要な社会資源について、地域ケア推進会議などで検討しています。



たとえば…



◇認知症がある方について検討

- ・不思議な言動等も認知症と理解した上で、近隣の方がこれまでの交流や相談相手を継続。
- ・適切な医療につながるようご家族・専門職が協力して支援。

【課題】

- ・地域で見守りや支えあいをする際の、個人情報の共有や取り扱い方。
- ・認知症について、地域全体での理解を進める。



地域ケア個別会議は、個別の課題について検討しますが、それが地域課題の発見や解決につながり、高齢の方が暮らしやすい町づくりにつながっていきます。

もしみなさんが地域ケア個別会議への参加を求められましたら、これらの目的や機能があるをご理解いただき、参加のご協力をお願いします。

自立支援型地域ケア個別会議

自立支援型地域ケア個別会議は、自立支援・介護予防の観点から地域ケア個別会議を活用した取り組みです。

ご本人を担当するケアマネージャーや、サービスを提供する事業所に対して、医師や薬剤師、リハビリ専門職、管理栄養士などの専門職が助言を行います。

ご本人がより自分らしい暮らしを目指すことができるよう、状態を改善するためどんな取り組みをしていくと良いかなどを、多職種の様々な視点から検討しています。



京極町介護予防センター

介護予防センターでは、町民の皆様が、介護が必要にならない体を作り、元気で過ごして頂けるよう、色々な会を開催しています。今月は「つどいの場」の紹介をします。

今月のスポットライト つどいの場

つどいの場とは？

住民が主体となり、介護予防に取り組む場のことです。週1回以上の頻度で運動を行ったり、他者と交流することで介護のいらぬ元気な体を保つことが出来るといわれています。月1回程度では運動効果は得られにくく、週1回以上で効果があらわれます。

- ・誰もが気軽に集まれる地域の小さな拠点
- ・3人以上のメンバーで構成されている
- ・「ちょこっと体操」を週1回以上行っている
- ・町民が主体的に運営している

対象となる方 どなたでも参加可能です

日時・場所

- ・京極温泉（かがやけ）
水曜日 10:00～10:40
- ・地域福祉拠点Kyo-coco（ささえあう輪）
月曜日 13:30～14:10
- ・京極集会所（たんぼぼの会）
月曜日 15:00～15:40

料 金 無料

持 ち 物 動きやすい服装・運動靴・飲料水・汗ふきタオル・介護予防手帳

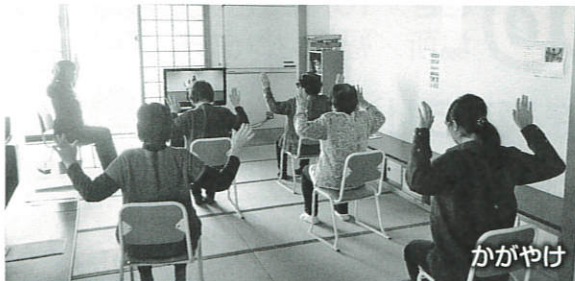


何をするとところ？

- ・ちょこっと体操→必ずやること
(お口脳トレ編・足腰編)
- ・皆で楽しめる活動→自由にやること
(茶話会・ふまねっと・コグニサイズ・ニュースポーツ・麻雀・カラオケ等)

ちょこっと体操とは？

- ・DVDを観ながら約30分間体操します
- 〈お口の体操〉
首・口・舌・ほほを動かす・発声練習
- 〈足腰の体操〉
上半身、下半身のストレッチ・筋トレ



かがやけ



たんぼぼの会



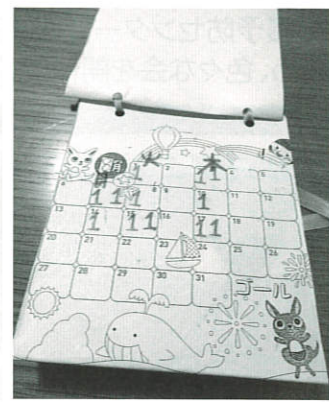
ささえあう輪

お問い合わせは… 介護予防センター
(☎0136-42-3681)

デイサービスだより

デイサービスでは8月から「イキイキウォーキング」という活動を始めました。

楽しみと意欲を持っていただく為に、個人でカードを作り歩行した分のスタンプを押し、運動不足と下肢の筋力低下を防ぐ目的とし、歩行する動機づけに役立っています。

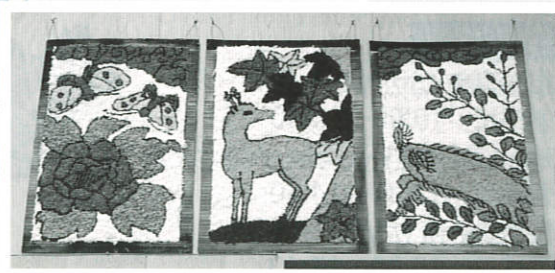


今年もミニデイサービスにこっとさんと畑を作りました。トマト、ナス、きゅうり、まめなどの野菜を植え、天気の良い日には草取りや育てていく様子を楽しみに作業を行って

いました。みなさんは暑さにも負けず声を掛けながら楽しむ事ができました。



敬老会に出品する為に、6月から作業を始めひとつひとつ丁寧に作り上げました。細かい作業にも関わらず、みなさんととても根気強くこんなに素敵な作品に仕上がりました。ぜひ一度デイサービスに見に来てください。お待ちしております。



第17回

ほかほかまつり

とき／10月22日(日)10時～15時
場所／福祉センター

テーマ

「あたたかい心で地域の絆を築こう！」

今年のほかほかまつりでは、京極町出身で小樽市の藤澤心臓血管クリニック院長藤澤康聡医師に「元気のヒミツ、からだにいいお話」について講演いただきます。医療や健康についてわかりやすく教えていただけますので、ご参加ください。



京極町生活サポートセンター



身近な法律行為について

part 2

知っていますか? シリーズ 債務整理について

「失業したため借金が返済できなくなった」「年金生活で借金を返せない」など、多額の借金返済で困っている時、借金の額を減らし、重い利息負担から解放してくれるのが債務整理です。

債務整理の方法には「任意整理」「特定調停」「個人版民事再生」「自己破産」という主に4つの方法があり、どの方法を選ぶかは弁護士や司法書士といった法律専門家と相談して決めることになります。



こんな時はどうしたら良いの? Q&A

Q1. 弁護士費用等が工面できません。良い方法はありますか?

A. 法テラスでは経済的に困りの方が法的トラブルにあったときに、無料で法律相談を行い、弁護士・司法書士の費用等の立替えを行う業務を行っています。

※法律扶助制度を利用するには、資力等について一定の要件を満たす必要があります。

Q2. 多重債務を負った認知症の父の債務整理は、どのように行えばよいのですか?

A. 債務整理は、基本的には本人のみしかできませんが、成年後見制度を利用して代理人が整理できることがあります。成年後見制度を利用し、認知症の方の法定代理人である後見人を選任して、その後見人が本人の代わりに債務整理の手続きをとることになります。

Q3. 借金(多重債務)について相談できる窓口はありますか?

A. あります。下記で相談窓口をご紹介します。



◆借金で悩んだ時、国の相談窓口があります。

【相談先】北海道財務局「多重債務者相談窓口」(金融監督第三課)

TEL.011-807-5144

受付時間/平日9:00~12:00、13:00~17:00(土日・祝日及び年末年始を除く)

◆一般相談(離婚・交通事故・労働問題・消費者問題・多重債務など)窓口

【相談先】法テラス札幌

TEL.050-3383-5555

受付時間/平日9:00~12:00、13:00~16:00(土日・祝日及び年末年始を除く)

◆悪質商法や不当請求などの契約トラブルなど消費生活に関する相談受付窓口

【相談先】「ようてい地域消費生活相談窓口」

TEL.0136-44-1600

受付時間/平日8:40~17:15(土日・祝日及び年末年始を除く)

◆暮らしの中での困り事、身近な相談窓口としてもご利用ください。

京極町生活サポートセンター TEL.42-3681 (福祉センター内)

駒田・藤原(実)まで

専門機関へのつなぎ役も承ります。お気軽にご相談ください。

ビート君
『ロゴマークの巻』

なに
してるの？

ビート君

トの
ウス

つげに
行くんだよ

白黒で
シンプルで良ね

名前が
決またんた!!

ビートの
青春ハウス

でも、
実は

Kyo-coco

「地域福祉拠点
Kyo-coco(きょう・ここ)だよ
本物のロゴマークは広報の
どこかにあるから 探してね!!」

地域福祉拠点『きょうここ』

— イベント活動紹介 —

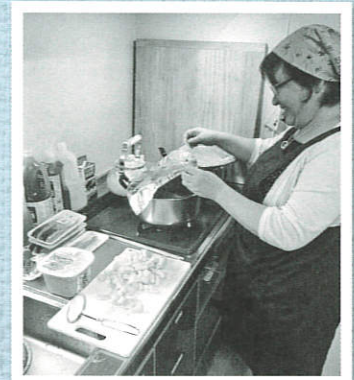
まるちゃん食堂

開催日:木曜日

時間:11時半~13時半

500円のワンコインランチ

限定10~15食



【1回目 メニュー】▶

から揚げ、
新じゃがとささげの煮物、
酢の物、ごはん、味噌汁



◀【2回目 メニュー】

焼き魚、ポテトサラダ、
きんぴらごぼう、ごはん、
味噌汁、漬物

「まるちゃん食堂」はやさしい家庭の味で皆さんに元気
をお届けしたい!という思いで取り組んでいます。

おばちゃん食堂 よってって

開催日:月末

時間:11時半~13時半

500円のワンコインランチ

限定30~40食



地域食堂でつながりの輪を
広げませんか?どなたでも
お気軽にお立ち寄りください。

【2回目 メニュー】

けんちん汁、コロッケ、
酢の物、ごはん

【1回目 メニュー】▼

ちらし寿司、
なすの鶏そぼろあんかけ、
そうめん清汁、サラダ



「おばちゃん食堂よってって」は、地域住民のふれあい・
支え合いを目指し、運営しています。

居宅介護支援事業所

在宅福祉サービスの中の 短期入所生活介護 (ショートステイ) の紹介を行います。

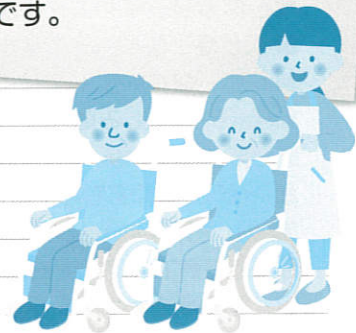


自宅で生活している方に居宅サービス計画に沿って、短期的に(数日～最大30日)施設へ入所し、日常生活の介護等を受けながら施設での生活を送ることのできるサービスです。

利用対象者は要支援1・2、要介護1～5と認定された方となります。利用する目的としては例えば、介護する側が体調を崩して自宅で介護するのが

一時的に難しい、旅行や冠婚葬祭で自宅をあけたい、介護者の負担軽減のために短期間面倒を見てほしい等が挙げられます。

しかし、自宅と施設の生活で環境が大きく変わり、利用する方がストレスや不安を感じる事も少なくないため、利用されるご本人とよく話あう事が重要になります。



このサービスへの詳細(利用可能な施設や利用料金等)やご相談については…

京極町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所

【代表TEL 42-3681】までお問い合わせください。

訪問介護事業所

今回は生活援助でおこなわれる調理についてご案内します。

ヘルパーはご本人の身体状況や暮らしぶりを考慮に入れて、ご本人と一緒に献立を考えて調理していきます。食材や調味料等はご本人の家にあるものを使うのが基本です。

糖尿病などの治療食は作れませんが、減塩や低カロリーなど、ご本人の身体に少しでも配慮した献立になるよう努力しています。

先日、ヘルパーで調理実習をしましたので、その報告をいたします。



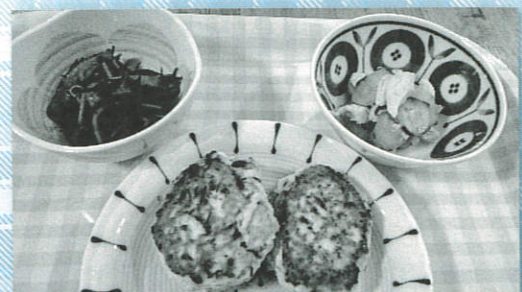
〈調理の目的〉 低カロリー、減塩食でもおいしく、40分以内に調理できること。

- 〈献立〉 ① **豆腐ハンバーグ** ② **ひじきの炒め煮**
③ **ささみの酢の物**

以上の3品を時間内に調理することが出来ました。

福祉センターの職員たちにも試食してもらったところ、概ね高評価をいただきました。

これからも利用者さんの暮らしと健康に配慮したサービスに努めたいと思います。



寄付・寄贈に感謝いたします。 ◆期間/6月～8月



寄贈

加藤 アイ子様

寄付

【福祉基金へ】

- 安藤 兼教様より、妻の故安藤 民江様の生前のお礼として
- 平岡 京子様より、夫の故平岡 善次様の生前のお礼として
- 岡田 雅之様より、義理の父の故横川 孝一様の生前のお礼として
- 横山 悟様より、妻の故横山 美鈴様の生前のお礼として
- 岡元 是功様より、父の故岡元 是朝様の生前のお礼として
- 小田 エイ子様より、夫の故小田 寛様の生前のお礼として
- 森 豊様より、母の故森 ミサオ様の生前のお礼として
- 石森 サヨ子様より、夫の故石森 常貞様の生前のお礼として
- 小上 幸子様より、夫の故小上 正晴様の生前のお礼として
- 奥野 一雄様より、母の故奥野 ミツエ様の生前のお礼として
- きょうごく楽しみ隊様より、京極町の福祉の為にとして
- 阿部 尚泰様より、京極町の福祉の為にとして
- 京極町身体障害者福祉協会様より、京極町の福祉の為にとして
- 横山 秀行様より、父の故横山 勉様の生前のお礼として
- 京極町商工会青年部 部長 江守 俊克様より、京極町の福祉の為にとして
- 京極町商工会女性部 部長 坪内 百合子様より、京極町の福祉の為にとして

【共生型地域福祉拠点へ】

- 笹原 まゆみ様より、運営資金として
- エコ・クラフトの会様より、運営資金として
- 寺小屋サロン様より、運営資金として
- 古屋 清子様より、運営資金として
- おばちゃん食堂 よって様より、売上の一部を



共同募金へご協力をお願いします



今年も赤い羽根募金、歳末たすけあい募金が始まります。京極町では、町民みなさんのご協力のおかげで毎年目標額に達することができています。寄せられた募金総額の、約8割が京極町の福祉のために使われ、残りが北海道広域の福祉事業のために使われます。

赤い羽根共同募金

【期間】10月1日～12月31日

目標額：1,031,000円

（募金の使われ方）※昨年度

広報ふれあい発行、小学校ボランティア活動助成金、高齢者緊急通報システム設置助成金、共楽クラブ・湧水塾・母子寡婦会・身体障害者福祉協会の団体活動の助成金など。

歳末たすけあい募金

【期間】12月1日～12月31日

目標額：1,250,000円

（募金の使われ方）※昨年度

一人暮らし高齢者や重い障がいを持つ方などへ歳末支援金の配付、福祉施設でのクリスマス会開催、除雪ボランティアイベントの開催など。

赤い羽根募金 京極町限定募金バッジ

京極町マスコットキャラクター

ゆうくん すいちゃん

1コ500円（寄付金額300円）

募金バッジ2017バージョンが出来ました！数量限定、京極町限定で実施します。寄せられた寄付金は主に京極町内の福祉活動につかわれます。

赤い羽根共同募金は、京極町の地域福祉活動の貴重な財源です。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

福祉センター窓口で取り扱いしていますので、お早めどうぞ。



2016ひまわりバージョンも残りわずかですが、あります。希望の方は、お早めに。