

たかしろ社協だより52号

令和6年1月 高城地区社会福祉協議会

事務所：電話 28-0950（高城コミュニティセンター内）

みんなで支え合って 安心して暮らせる 福祉の郷 たかしろ

新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。

日頃は、高城地区社会福祉協議会の事業におきまして、ご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年は、5月の新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、コロナ騒動も鎮まり、コロナ前の状態に戻りつつあります。10月の高齢者との「ふれあい交流会」では、4年ぶりに会食を再開して、参加者が一堂に会して食事を楽しむことができました。ふれあい・見守り活動は、以前の様に人と接することができるようになり、ほっとしました。

ところで、昨年9月に、高齢者の方が気軽に集える場<高城地区サロン>の開催に向けて、アンケートを取らせていただきました。アンケートに協力していただいた皆様には、心より感謝申し上げます。いただいたアンケートは、地域のお年寄りが「楽しむことのできる場づくり」に活用させていただきます。

このことにつきましては、話し合いの場「やらいな高城」でしっかり検討し、進めて参りたいと思います。皆様のご支援・ご協力をよろしくお願い致します。

最後になりましたが、今年が災害のない平穏な1年になりますよう、そして皆様のご多幸を祈念し新年のご挨拶とさせていただきます。

高城地区社会福祉協議会長

笠見満隆

I. 事業紹介

1. ふれあい交流会

- (1) 10月20日(金)10時～12時 高城コミュニティセンターで「ふれあい交流会」を開催し「運動して大笑いして会食して」楽しい時間を過ごしました。給食ボランティアさんを含めて33の方が参加、お弁当を11名の利用者に届けて喜ばれました。

- (2) ふれあい健康講座

- ① フレイルと健康：うつぶき地域包括支援センター 治郎丸さん

- ✚ 元気で生活する為に、社会との繋がりを持ちながら、健康寿命を延ばしましょう。

✚ 栄養・運動・社会参加の3本柱でフレイル予防！



おかしくてお腹が痛い！

- 社会性が低下すると、生活範囲や行動範囲が狭くなり、精神・心理状態が下がる。続いて口腔機能や栄養状態が悪くなり、身体機能が低下します。
- 1日に1回は外に出る(散歩)！ 週に1回は人と話す！ 月に1回は好きな活動に参加する！

② ボッチャで運動と笑い:倉吉市社会福祉協議会 中本さん

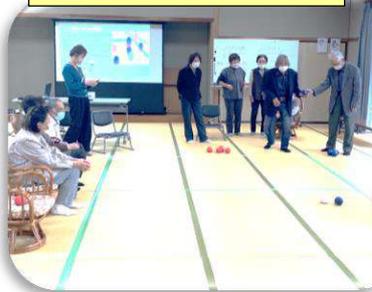
✚ 65歳以上の高齢者の4人に1人が認知症に直面している時代！

✚ 今日はボッチャで「運動して！ 笑って！ 食事して！」、楽しみましょう！

フレイルと健康について学習



ボッチャで運動と笑い



大笑いを聞きながら楽しく調理



2. 移動サロン研修会

① 10月16日(月)移動型ふれあいサロン利用者とボランティア運転手、世話人を含めて12人で奥大山へ研修に出かけました。車中では「認知症予防クイズ」で盛り上がり、地蔵峠周辺で少し早い紅葉、鏡ヶ成で一面のススキを楽しみました。

② サントリー天然水奥大山ブナの森工場見学

- 大きなジオラマにプロジェクションマッピングを投影しながら、どの様にして天然水が生まれるか丁寧な説明を受け、ペットボトルの原型を膨らませてペットボトルに成型し天然水を充填する工程を見学しました。



③ とっとり花回廊見学



- お楽しみの食事後、広大な敷地に色とりどりの花の園内を、フラワートレインで周遊。レッドカーペットを敷き詰めたかの様なサルビアの丘は圧巻でした。中央のフラワードームの珍しい植物にも魅了させられました。



3. 給食ボランティア研修会

✚ 11月8日(水) 13:30~15:00 18人の方に出席を頂き、給食ボランティア研修会を以下の内容で開催しました。

✚ 倉吉市衛生協会の講演、倉吉市社会福祉協議会から HACCP の書式説明

- ◆ 配食弁当事業について、食品衛生法、HACCP(ハサップ:食品安全システム)に従って、利用者が安心してお弁当を食べる為に！
 - 衛生管理計画を立てる！ 調理記録を書く！ 文書を残す！
 - 1回あたり20食以上のお弁当を定期的に配食している地区は、営業届け出が必要。高城は、現在11食で届け出は不要です。
 - 配食弁当数に関係なく、食品衛生法に従った衛生管理が要求されます。
- ◆ 食品衛生責任者の設置義務づけ。



ずっと健康でいてね！

✚ 地区社協では食品衛生法要求事項を踏まえて、保健所、倉吉市社会福祉協議会に相談しながらお弁当利用者に安心して食べて頂く！給食ボランティアの皆さんに負荷がかからない調理記録作成を検討しています。

✚ 2月を目途に給食ボランティアの皆さんへ説明出来る様に準備をしています。



4. 一人暮らしのお年寄りへ花鉢プレゼント

◇ 11月12日(日)小学生が育てた花鉢と手紙を添えて、プレゼント対象の一人暮らしのお年寄りの皆さんへ小学生と福祉協力員より渡されました。

おじいちゃん！ おばあちゃん！
ずっと健康でいてね！



II. 「やらいな高城」 高城地区サロン開催アンケート結果報告

- ❁ 高城地区の高齢者が集うサロンがなくなり、趣味のサークル活動も減少し「人と人との関係が希薄化」して孤独・孤立が心配されています。
- ❁ 高城地区75歳以上の方(8月末現在の393人)に「気軽に集えるサロン」開催の為にアンケート調査行いました。結果を踏まえて色々な提案をして参ります。

(1) アンケート回収率: 対象者393人中205人の方が回答、回収率52.1%

- 回答自治公民館 18(対象者:338人)
- 未回答自治公民館 6(対象者: 55人)

(2) サロンに参加したい人 30人

年 齢	外出頻度		人 数
	週1日未満	それ以外	
75～79	1	13	14
80～84	4	10	14
85～89	0	1	1
90～	0	1	1

健康維持の為に取り組んでいる事(複数回答)

	項 目	集 計	備 考
1	運動(散歩含む)	16	
2	規則正しい生活	19	
3	趣味	21	
4	集落の行事	12	
5	地区の行事	9	
6	食事	25	
7	友人等の会話	21	
8	その他	6	野菜作り等
	計	129	



(3) サロンに参加しない(交通手段がない) 17人

年 齢	男	女	計
75～79	1	1	2
80～84	1	6	7
85～89		4	4
90～	1	3	4
計	3	14	17

多くの方が参加できる態勢づくりが課題!



III. 地域トピックス 除雪協力隊

- ◆ 12月11日(月)歩道型除雪機3台の機械点検を実施しました。
- ◆ 今シーズンも、小学生の通学路(岡・上米積→小学校)の除雪を行います。
- ◆ 除雪協力隊を募集しています!

チェック表に沿って点検

