

北茨城のふくし



編集・発行



社会福祉法人
北茨城市社会福祉協議会

〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16
(北茨城市地域福祉交流センター内)
TEL 42-0782・30-1810
FAX 42-7666
<http://www.kitaiba-shakyo.jp/>

謹 賀 新 年

本年もよろしく願いいたします

9月以降に開催した主な事業

三世代の集い園芸教室(さつま芋掘り)

10月8日に高齢者を中心に、子・孫の三世代が共通の場に集い、お互いの理解を深めながら豊かで明るい社会を推進することを目的に、中郷町足洗の畑に生活改善グループOB会の方々が植えた「さつま芋」の収穫祭を実施しました。当日は曇り空のなか、100名を超える参加者が、さつま芋掘りを行いました。また、生活改善グループOB会の方が試食用にと「ふかしイモ」を提供してくれるなど秋の味覚にみなさん舌鼓!

最後には収穫した芋を全員で分けて自宅へお持ち頂きました。



高齢者芸能発表会

10月27日に趣味や仲間づくりの場を提供することにより、高齢者の生きがいづくりを促進することを目的に、北茨城市民ふれあいセンターにおいて開催しました。今年は45組の出演者があり、歌に踊りに大いに盛り上がりしました。

また、今年も歌手の志摩幸子さんをゲストにお呼びして歌謡ショーを披露していただき、楽しいひとときを過ごしました。



福祉体験・世代間交流サポーター養成講座

9月16日と23日、小中学校における福祉体験や世代間交流事業などに協力していただけるサポーター（ボランティア）を養成することを目的に、老人福祉センター「ライト」において、講座を開催しました。

車いすの操作方法や高齢者疑似体験セットの使い方や注意点などを真剣なまなざしで聞いていました。

また、世代間交流事業などのイベントにおいて披露していただけるように、バルーンアート製作にも取り組みました。

受講されたサポーターの皆さんは、さっそく11月16日に大津小学校で行われた福祉体験授業の講師として協力いただきました。

今後も本会が実施する「子育てサロン祭り」においてバルーンアートを披露していただく予定で、活躍の場が広がっております。



生きがい講座コーナー

■今年度実施する講座の数：23講座

■12月までの受講延人数：4,697名

(H28.12月末日現在)

今年度も体操講座、手芸講座、カラオケ講座等の様々な「生きがい講座」を開催しました。講師の指導のもと作品を完成させたり、仲間とのおしゃべりで笑ったり、体操で汗をいかたりと楽しいひとときを過ごす事ができました。



グラウンド・ゴルフ交流大会

9月9日に市内各地のグラウンド・ゴルフ愛好者が一同に集い、会員相互の交流と親善を深めるとともに、グラウンド・ゴルフのより一層の普及を図り、健康増進と体力づくりを目的に雨情の里スポーツ広場で実施されました。当日は前日の雨でグラウンド状態が悪い中、日頃の練習の成果を発揮されていました。



平成29年度 生きがい講座受講生募集

■受講資格 市内に在住する60歳以上の方で、1年間受講可能な方

生きがい講座は、高齢者を対象に老化の防止、趣味の向上、
高齢者同士の交流を図ることを目的に行っています。

囲碁・将棋

- 講 師 なし
- 時 間 9:30～11:30
- 月4回木曜日
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 随時募集

エコクラフト

(中級)

- 講 師 鈴木 照子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第1火曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 15名

ビーズ製作

(木曜コース)

- 講 師 小川カツ子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第4木曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 15名

大正琴

- 講 師 羽生 綾子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第1金曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 20名

ちぎり絵

- 講 師 及川 徳江 氏
- 時 間 13:30～15:30
- 毎月第4火曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 20名

エコクラフト

(関南)

- 講 師 鈴木 照子 氏
- 時 間 13:30～15:30
- 毎月第2木曜実施
- 場 所 関南町公民館
- 募集数 15名

ビーズ製作

(金曜コース)

- 講 師 小川カツ子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第4金曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 15名

介護予防体操

- 講 師 シルバーリハビリ
体操指導士
- 時 間 13:30～15:30
- 毎月第2・4金曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 40名

麻雀中級

- 講 師 円谷 洋一 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第2金曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 24名
(麻雀経験者のみ)

カラオケ会

(火曜コース)

- 講 師 な し
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第1・3火曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 30名

パッチワーク

(初 級)

- 講 師 遊佐みどり 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第1木曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 15名

姿勢スッカリ貯筋体操

- 講 師 福地 直美 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第2・4月曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 35名

携帯電話

- 講 師 ドコモショップ店員
- 時 間 9:30～11:30
- 4月～8月の第4火曜
(5回)実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 15名

カラオケ会

(水曜コース)

- 講 師 な し
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第1・3水曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 30名

シルバークッキング

- 講 師 石田 和子 氏
- 時 間 10:00～13:30
- 火曜(月1回)実施
- 場 所 保健センター
- 募集数 32名
(男性のみ)

3B体操(水曜コース)

- 講 師 根本 典子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第4水曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 30名
(水曜又は金曜のいずれかを受講)

3B体操(金曜コース)

- 講 師 根本 典子 氏
- 時 間 9:30～11:30
- 毎月第2金曜実施
- 場 所 老人福祉センター「ライト」
- 募集数 30名
(水曜又は金曜のいずれかを受講)

※会場の都合、天候により実施日が変更になる場合があります。

■申込み方法

希望講座1つに対し、1枚の往復はがきでの申し込みになります。
往信面に希望講座名・氏名・(ふりがな)・性別・住所・電話番号・生年月日・緊急連絡先を記入します。
復信面に自分の住所・氏名を記入し、下記まで送付してください。(記入もれの無いようにお願いします)
※受講申し込みに記載された個人情報は、当該講座のみに使用いたします。

■申込み先

〒319-1535 北茨城市華川町臼場187-74 北茨城市老人福祉センター「ライト」生きがい講座

■締め切り

平成29年2月13日(月) 必着 ※応募多数時抽選

■問い合わせ

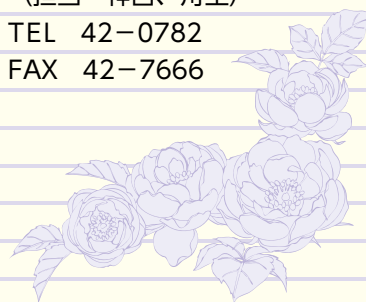
北茨城市老人福祉センター「ライト」 TEL 43-5361 (平日8:30～17:15) 担当/篠原
※講座内容等が変更となる場合があります

平成28年度 精神保健福祉講座開催要項

ストレスやメンタルヘルスなど心の健康づくりについて理解し、メンタルヘルスに不安を感じている方々の生活と社会参加を地域で支えることを目的に精神保健福祉講座を開催いたします。

	日時・内容・場所
<第1回>	平成 29 年 3 月 2 日(木) 午前 10 時～正午まで ☆開講式 ☆講 義 「ひきこもり等への理解と支援」 ～地域でのひきこもりがちな方への支援を考える～ 講 師：NPO 法人茨城居場所研究会理事長 朝日 華子氏 ●北茨城市民ふれあいセンター
<第2回>	平成 29 年 3 月 9 日(木) 午前 11 時～午後 4 時まで ☆施設見学 認定 NPO 法人 茨城 NPO センター・コモンズ グッジョブセンターみと(中間的就労支援の取り組み) 茨城県水戸市大工町 1-2-3 トモスミとビル 4 階 C-1 ●水戸市大工町
<第3回>	平成 29 年 3 月 14 日(火) 午前 10 時～午前 11 時 30 分まで ☆講演会 演 題 「未定」 講 師 内田医院 精神科医 内田 太一氏 ●北茨城市保健センター 2 階会議室

- 募集人数 第1回目100名
第2回目 35名
(申込時に確認し、申込者
多数の時は抽選とする)
- 第3回目100名
- 応募締切り 平成29年2月3日(金)までに
電話かFAXにてお申込み下さい。
- 申 込 先 北茨城市社会福祉協議会
(担当 神白、舟生)
TEL 42-0782
FAX 42-7666



地域防災講演会

■講 師

元釜石市立釜石小学校校長

わたなべ しんりゅう

渡邊 真龍氏

■演 題 「釜石の奇跡」と

呼ばれた子どもたち

開 催 日／平成29年2月2日(木)

時 間／14:00～15:30

(開場13時)

場 所／北茨城市民ふれあいセンター

参 加 費／無 料

(参加申込は不要ですので、お誘い合わせのうえ是非ご来場下さい)

お問合せ先／〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16

北茨城市社会福祉協議会

TEL: 42-0782 担当／神白・舟生



平成29年度 ボランティア活動保険

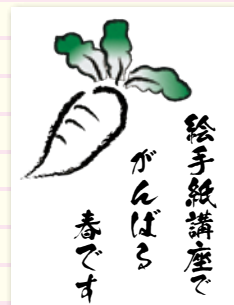
2月から
受付開始!!

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中に起こる様々な事故に対する備えとして、ボランティアの方々を補償する保険です。この保険は、年度ごとに加入・更新となりますのでボランティア活動をされる方は保険加入をおすすめします。

1. 補 償 期 間 平成29年4月1日午前0時から平成30年3月31日午後12時までとなります。
(4月1日以降の加入については、加入申込手続き完了日の翌日午前0時から平成30年3月31日午後12時までとなります。)
2. 年間保険料(掛金) 基本Aプラン350円から(掛金の一部を社協が負担します。)

生きがい講座「絵手紙講座」募集について

- 日 時 平成29年2月14日(水)・15日(木) 計2回
午後1時30分から午後3時30分
- 場 所 北茨城市老人福祉センター「ライト」休養室
- 講 師 伊藤 貞子 氏
- 内 容 季節の絵手紙を書く
- 募 集 人 数 20名
- 材 料 費 絵手紙用はがき代300円
- 用意するもの 古新聞、描きたいもの(花・野菜・人形など)
- 対 象 者 市内在住の60歳以上の方 ※2日間参加できる方
- 申 込 方 法 1月10日(火)から電話にて受付開始
午前8時30分から午後5時15分まで(土日、祝日は除く)
※定員になり次第締め切らせていただきます



お問い合わせ

社会福祉法人 北茨城市社会福祉協議会
北茨城市老人福祉センター「ライト」
 〒319-1535 北茨城市華川町白場187-74
 TEL 43-5361 FAX 43-5395 担当/篠原

サークルJのご案内

サークルJは、障がいを持つ方が自分らしく地域で暮らすために、障がいのない方たちとも気軽に集い、おしゃべりをしながら仲間づくりのできるふれあいサロンです。

サークルJでは、ボランティアの方々にも参加していただき、にぎやかに運動やゲームを通して交流を深めております。

その他にも、地域の環境美化活動として、大津子どもの家(旧中村医院)の周辺の草刈りも実施しました。

事前の申し込みなどはいりませんので、いつでもどなたでも気軽にお出かけ下さい。

■お問合せ：北茨城市社会福祉協議会 TEL 42-0782 担当/神白



北茨城市社会福祉協議会支部の活動紹介

社協支部は福祉のまちづくりの主役です。

北茨城市社会福祉協議会では、市内町単位で7支部を設置し、地域に応じた福祉推進事業を行っております。支部の実施した事業の一部をご紹介します。

関 南 支 部 ◆ 「介護予防体操教室&サロン」



関南支部では、毎月第3土曜日に、関南多目的集会所において、地域の方がお茶やお話、体操やレクリエーションなどをしながら、地域でいきいきと元気に楽しく暮らせることを目的に「介護予防体操教室及びサロン」を開催しております。

また、10月29日(土)には、「関南小ふれあい祭り」に参加して、子どもたちに車いすや高齢者疑似体験を指導することとおして、地域で支え合うことの大切さを伝えました。

北茨城市社会福祉大会・地域福祉を考える集い

■講 師

元NHK手話キャスター

宮本 まどか 氏

■演 題 「聞こえなくても平気だよ」

～生きてるってすばらしい～

開 催 日／平成29年1月22日(日)

日 程／「北茨城市社会福祉大会」

13:00 開会 式典

「地域福祉を考える集い」

14:00 講演

15:30 閉会

場 所／北茨城市民ふれあいセンター

参 加 費／無 料

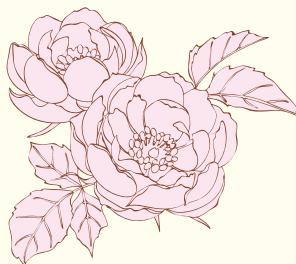
(参加申込は不要ですので、お誘い合わせのうえ是非ご来場下さい)

お問合せ先／〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16

北茨城市社会福祉協議会

TEL: 42-0782

担当／長瀬・豊田



講師プロフィール

5歳のときに神経性高度難聴と診断され、6歳のとき浜松ろう学校に入学。言語・聴能訓練と同時に母親が「音楽」を取り入れピアノを始める。高校時代には「ピアノコンサート」を開催。

NHK総合テレビ「音が響きますか」に出演。キャスターとしては、NHK「聴力障害者の時間」司会者、NHK文化センターの手話講師に採用される。

文化講演会

■講 師

ジャーナリスト・コラムニスト・メンタルケア心理士

橋本 テツヤ 氏

■演 題 「生涯現役!いつまでも輝くために」

～日常的に自分を磨く～

開 催 日／平成29年2月23日(木)

日 程／13:00 受付

14:00 講演

15:30 閉会

場 所／北茨城市民ふれあいセンター

参 加 費／無 料

(参加申込は不要ですので、お誘い合わせのうえ是非ご来場下さい)

お問合せ先／〒319-1542 北茨城市磯原町本町2-4-16

北茨城市社会福祉協議会 TEL: 42-0782 担当／舟生・豊田



講師プロフィール

文化放送のパーソナリティーからフリーアナウンサーを経て、各局のテレビ番組に多数出演。NTV「びっくり日本新記録」初代司会者。「欽ちゃんの仮装大賞」ナレーション。TBS「クイズ100人に聞きました」屋根裏のアナウンサー。古代衣裳に造詣が深く、皇太子殿下ご成婚時、雅子妃殿下がお召しになった「十二単」をNHKテレビで解説。現在はジャーナリスト、コラムニスト、脳のアンチエイジングアナリストとして活躍中。また、メンタルケア心理士として、地域精神医療に携わるなど多方面にわたって活躍している。

第55回

茨城県老人クラブ大会

9月15日(木)に、茨城県民文化センターにおいて、第55回茨城県老人クラブ大会が開催されました。この大会は、県老人クラブ連合会主催で毎年行われており、長年にわたり老人クラブ活動を通じて地域貢献された方を表彰するものでございます。

なお、当市からは以下3名の方々が表彰されました。本当におめでとうございました。

■知事感謝状

古川 善治 様 (中郷地区 栗野楽天会)

■県会長表彰

和田とよ子 様 (磯原地区 重岩共栄会)

青木 幸江 様 (平潟地区 かめめ会)

