

雷山校区社会福祉協議会 視察研修

- *実施日 : 平成26年9月9日(火)
- *視察先 : 如意輪寺(小郡市)
藤井養蜂場
- *参加者 : 21名

視察研修に参加しました

三坂行政区長 是松 正俊

社会福祉協議会役員の見識を深め、資質の向上を図るための視察研修が毎年実施されています。今回は、小郡市にある如意輪寺(通称かえる寺)を訪ね、御住職の説法を拝聴してきました。

如意輪寺は、行基を開祖とする真言宗の古刹ですが檀家を持ちません。しかし本尊の如意輪観音が、人びとの願いを思い通りに叶えてくださるとの話が全国に広まり、今では年間十万人が参拝するパワースポットになっているそうです。原口元秀住職の説法はユーモアに富み、当意即妙、含蓄のあるものでした。私たちが健康で楽しい人生を送る秘訣は、日々の生活の中で「あいうえお」を実践することだそうです。「あ」は安眠「い」は色気「う」は運動「え」は笑顔「お」はおしゃれで、これらを実践すると、運気を上げ健康増進や長寿に繋がるそうです。人生は束の間である故に命を活かし、日々の生活を楽しむことが大切である。人生を前向きに生きるため、一日に4回「自分は幸せだ」と唱えろとのお話もありました。高齢化の時代に私達が、余生をどのように送るべきかを考える上で示唆に富む言葉だと思います。

このお寺は通称「かえる寺」と呼ばれているように、境内や本堂に五千体を越す蛙の石像や置物があります。「かえる」は還る、代える、換えるなど様々に読み替えることができます。若返るため、初心に帰るため、あるいは社会を変えるためなど様々な「かえる」の想いを胸に、多くの方々が参拝しています。今回の研修は、日々の生活に追われ、物事を落ち着いて考えることが少なくなった私にとって、来し方を振り返り、行く末を考える良い機会となりました。



願掛けの風鈴が涼やかな境内



様々なメッセージを伝えるかえるたち



雷山校区社会福祉協議会へご寄付をいただきました

寄付者 田中 孝子 様

ありがとうございました



米寿おめでとうございます

9月15日は、敬老の日でした。本年度、雷山校区では19名、男性5名、女性14名の方々が米寿を迎えられました。心よりお祝い申し上げます。

＝各行政区、米寿の方々は次のとおりです＝

雷 1名、 高野 1名、 高上 3名、
香カ 3名、 蔵持 2名、 平原 1名、
有田 1名、 有田中央 5名、 富 2名

雷山校区社協
ひとり暮らし高齢者

にじの会の集い



- ◇日 時：10月29日（水）
- ◇場 所：初潮旅館
- ◇参加者：会員 34名
役員 11名
マイネスハウス 1名
富の里 1名

10月29日ににじの会の集いにお誘いいただき、はじめて参加いたしました。

ひとり暮らし半年余り、地域社会の中でどう生きていくか模索しながらの暮らしです。家族また地域の方々の暖かい見守りの中、まず自分にできる事、第一に健康に留意し家庭菜園や趣味また友達とのおしゃべりなど楽しく前向きにと思っています。

今後、社会福祉また民生委員様方には迷惑をかけるかと思いますがよろしくご指導お願いいたします。

心にかけていること

たとえ楽しくなくても顔や口の筋肉を動かして笑顔を作るだけで人間の脳は私は幸せで楽しいと錯覚するようにできている。「まさに笑う門には福来る」（斉藤一郎書より）

参加させていただきありがとうございました。

にじの会会員（平原行政区）



笑いの耐えない会話が広がります

会話と歌は健康の秘訣です！



来年も元気にお会いしましょう！

雷山校区社会福祉協議会 介護講習

- * 実施日 : 平成26年11月6日(木)
- * 講師 : 富の里職員の方々
- * 参加者 : 30名

11月6日19時から雷山公民館で富の里の職員の方々5名を講師に迎え、介護予防講習会「要介護法改正について」が行われ、雷山校区社協から32名が参加いたしました。

全国で認知症と診断された人は462万人、軽度は400万人にのぼり、65歳以上の4人に1人、80歳以上では40%もの人が発症しているそうです。糸島市でも団塊の世代が75歳以上となる2025年には高齢者は3万8千人で高齢化率は33%に上昇すると予想され、要介護法改正の運びとなったそうです。

続いて富の里の職員さんから、要介護状態になっても住み慣れた場所で安心して暮らせるよう医療、介護、介護予防、見守り、生活支援、住まいが一体となった「包括支援センター」を5ヶ所（糸島市を前原西・前原・前原東・二丈・志摩の5地域に分けて）設置し、いずれも社会福祉法人などに委託し、新年度にはオープンする計画であると話がありました。

最後に認知症にならないよう、脳のトレーニング（グーパー体操・指の体操・あと出しジャンケン）、肩痛予防体操と腰痛予防体操の実技指導をしていただき、片山会長の挨拶・謝辞で20時過ぎに終了しました。



各々の専門スタッフによる丁寧な説明・指導がありました

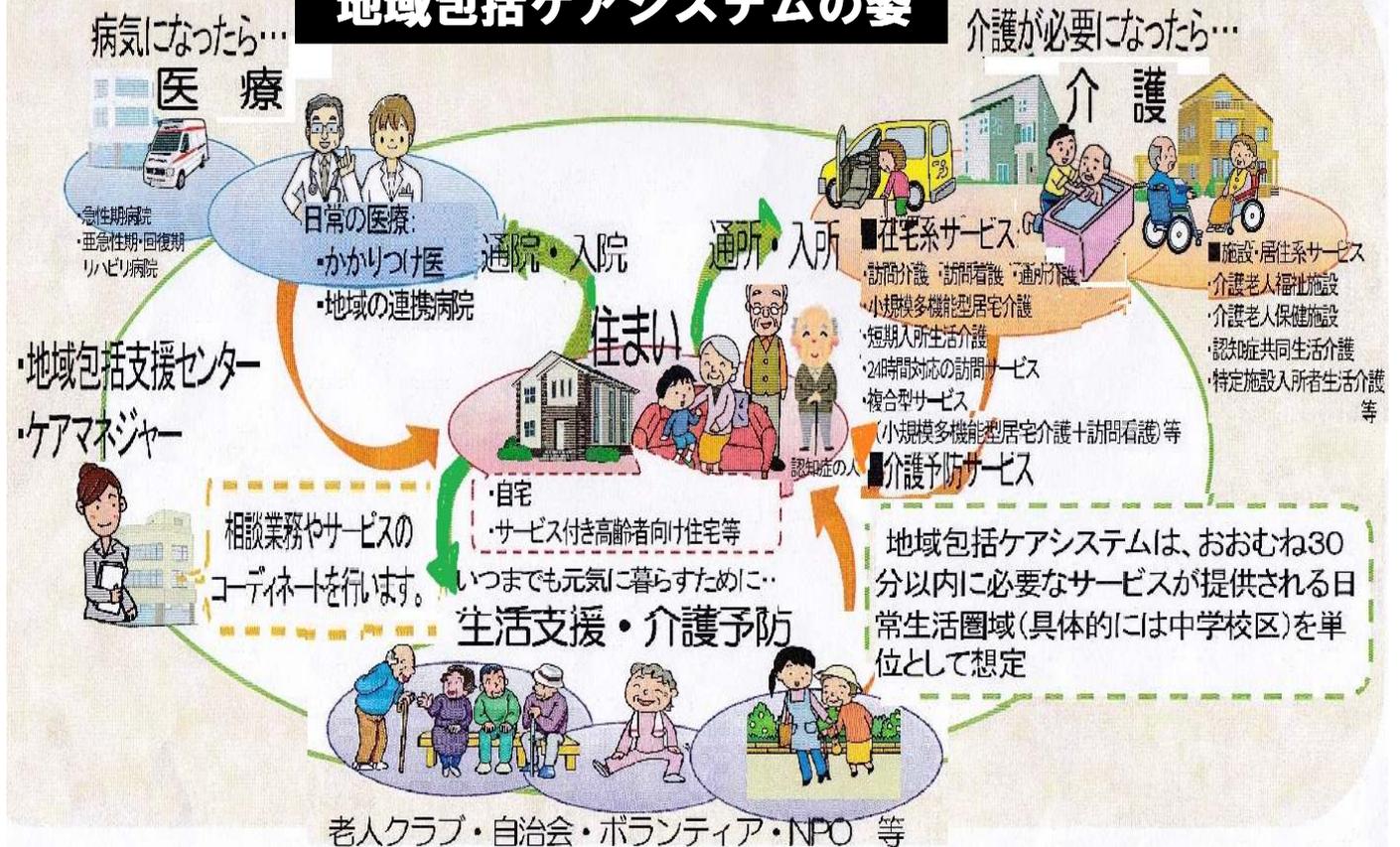


熱心に話をきく参加者の方々



簡単な体操を続けることが大切です

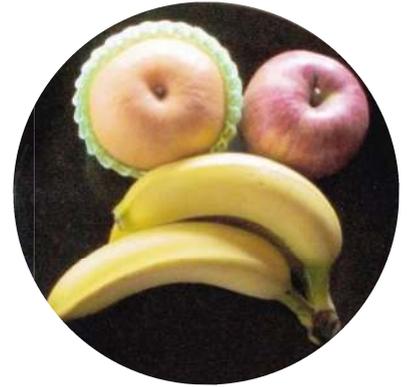
地域包括ケアシステムの姿





にじの会 第2回 愛のふれあい配布活動

9月25日は、ふれあい訪問活動（対象：単身で65歳以上）の日でした。
民生児童委員、福祉委員で訪問しました。
今回は「果物」を雷山校区の88名の方に配布いたしました。
みなさん、「こんなにたくさん」とよろこばれました。



いきいきサロン紹介 高上・蔵持サロン 合同バスハイク

蔵持「ふっくらサロン」と高上「づくぼうサロン」は10月16日（木）、糸島市社会福祉協議会のバスを利用しベテランの徳安ドライバーの運転で日田・浮羽方面へ出かけました。心配していた台風も通り過ぎた秋晴れの空のもと、両サロンの参加者・スタッフみんなで楽しむことができました。最初に日田天領水の工場を見学。工場隣にある道の駅では、この天領水を使ったお酒の試飲をすることができました。昼食はバイキング形式で好きなものをお腹いっぱい食べて、それから買い物と充実した時間を過ごしました。午後からは、浮羽の「ぶどうの丘、弘農園」で梨狩りを楽しみました。みなさん、たくさんのお土産を抱えて帰ってきました。



各行政区「高齢者いきいきサロン」活動日

行政区	サロン名	定期実施日
高上	づくぼうサロン	毎月 第3 月曜日
香力	ぽっかぽか広場	毎月 第3 土曜日
蔵持	ふっくらサロン	毎月 第2 月曜日
有田	ふれあいいきいきサロン	毎月 最終 木曜日
県営有田団地	ほっと“サロン”	不定期
富	富いきいきサロン	毎月 第3 水曜日

※活動時間はいずれも午前中2時間程度です

一度遊びにきてください
お待ちしております～♪

