



いいだ
社協情報
お
マメで

第 57 号

老若男女でよさこいソーラン 踊った後の汗が爽快です

このよさこいソーラン定例会は、昨年七月に「踊りを身につけ、出前ボランティアをやりたい」という会員の声に、飯田ボランティア協会が期間限定で、実技講座を始めたのがきっかけで、協会のよさこい連が結成されたとのこと。講師は千代の森山文枝さんで、毎月一回、さんとびあ飯田で練習を重ねてい

踊りの最後に「どっこい、どっこい、どっこいしょ」、のかけ声で力強く腕を天に突き出し、踊りを締める場面は、メンバーの息もびったりで圧巻でした。踊り終えたという安堵感と爽快感が観る者に伝わってきました。

両手に持つ鳴子の拍子に合わせて全身を使って踊るメンバーの表情が回を重ねるごとに、笑顔がこぼれるようになってきたそうです。

「夜さ来い」ソーラン 鳴子両手によく踊る

ちなみに「よさこい」は「夜さ来い」今晚はいらっしゃい」のことばの意味が込められているそうです。



るそうです。最初は講師の実技指導に「無理だ、体がついていかない」と冷や汗をかいて戸惑いもあったそうですが、その年の十月に、ある福祉施設の秋祭りに出前する目標を立て、猛練習して初舞台デビューを飾ったことが自信につながったとのこと。

「また来とくんなんよ」格好よかったに」と笑顔で拍手をもらおうと、メンバー一同、うれしさも倍増だったそうで、事務局の小澤さんは「よさこいソーランは、曲も踊りもアレンジできるので、踊り自体も健康に良いのでは、初心者も大歓迎です」と、その魅力を語ってくれました。

発行 月 年 7 月
平成 19 年 7 月
発行
社会福祉法人飯田市社会福祉協議会
〒395-0024 飯田市東栄町 3108-1
TEL : 53 - 3040
FAX : 53 - 3186
HP : <http://www.iidashakyo.or.jp/>
e-mail : is011@iidashakyo.or.jp
印刷
龍共印刷株式会社

● おもな内容 ●

- 1面 スマイルさん
- 2面 小学生の夏休みボランティア体験
- 3面 ちょっといいお話
- 4面 高次脳機能障がいシリーズ
- 5面 ふれあい広場
- 6面 19年度事業概要
- 7面 新役員紹介
- 8面 情報コーナー



ボランティア情報

小学生の夏休みボランティア体験

いろいろな人と出会い、相手の気持ちを思いやる心、支えあう心、共に生きることの大切さなどを学び、みんな仲良しになりましょう！ この夏休みに素晴らしい体験をしてみませんか？

第1回目

日付 8月6日（月）
時間 13：30～15：30
内容 仲間づくり
手話ダンスに
チャレンジ！

第2回目

日付 8月9日（木）
時間 13：30～15：30
内容 車イス、アイマスク
体験とお話

第3回目

日付 8月10日（金）
時間 13：00～16：00
内容 演芸ボラおじさんに
学ぼう！
お楽しみマジックと
大道芸体験

みんな集まれ！



- *対象者 小学校4年生以上（3年生以下については、保護者同伴にて可）
- *募集人数 20名程
- *集合場所 さんとぴあ飯田 2階 社会適応訓練室
- *申込締切 定員になり次第 最終締切7月31日（火）
- *問合せ・申込み 飯田市ボランティアセンター
TEL 53-3182 FAX 53-3183
- *その他 児童の送迎については、保護者の方をお願いします。

シリーズ その8

ちよつと いいお話

～夏バテしない身体づくり～



テレビ等の報道では「今年の夏は猛暑でしょう」と言っておりま
す。
本格的な夏が来る前に、猛暑を
乗り切る体力づくりをしましょ
う。

1 夏バテ予防の食べ物
魚・肉・卵・豆腐・
ウナギ ↓ タンパク質
をしっかり摂って、
夏バテに負けない抵
抗力をアップ。



夏バテ対策2

- 1 水分補給で調子を整える
- 2 栄養しっかり 体力づくり
- 3 睡眠をしっかり 体力を維持
- 4 室温調整は冷やしすぎ 外との温度差を大きくしない



く気をつけたい4つのポイントく

夏バテ対策1

「夏バテ」って何？

夏バテとは、高温多湿な日本の夏に身体がなんとか対応しようとし
てしきれなかった結果「だるくて疲れやすい、食欲がない」といった
症状が起こる、いわば夏の身体の不調の総称です。

- 2 野菜や果物・海藻やきのこ
- 3 レバー・玄米・豚肉 ↓ 身体の調子を整える強い味方です。
- 4 ショウガ・しそ・ダイコン ↓ 食欲がないときにお役立ち。
- 5 ニンニク・ニラなどや酢・梅干し ↓ 疲労回復。パワーアップ！
- 6 朝食をしっかり取る ↓ 一日をハツラツと過ごすコツ。
- 7 冷たい飲み物を摂りすぎない ↓ 摂りすぎは、だるくなってしまう。



地域福祉の拠点として = 介護サービスの相談を気軽にどうぞ =

飯田市社会福祉協議会が運営しております『いいだ・北部・上郷・竜東』の各デイサービスセンターに平成19年4月から介護支援専門員(ケアマネジャー)が分駐するようになりました。「介護保険の申請をしたいが、どんなサービス事業者が地域にあるか。」等々、ご相談にのらせていただいたり、関係機関への調整をさせていただきます。地域の皆様の介護の相談場所としてお気軽に来所、電話をいただきたいと思ひます。また、各デイサービスセンターでは、ボランティアをしていただける方もお待ちしております。地域に開かれた施設運営を行うためにも皆様方のご支援、ご協力をお願いいたします。

高次脳機能障がいシリーズ

その1

『高次脳機能障がい』って何？

健和会病院 院長・神経内科医 牛山 雅夫
リハビリテーション科 作業療法士一同



何が原因で起きるのでしょうか？

高次脳機能障がいという言葉をも、どこかでお聞きになった事がありますか？最近、テレビや新聞でも取り上げられる様になりました。

原因となる病気には、脳出血・脳梗塞・くも膜下出血などの脳血管の病気、交通事故などで起こる頭部外傷などが挙げられます。

それらが原因で脳には病的な変化が起こり、更に日常生活・社会生活・対人関係に差し障りが出てきます。

例えば、得意料理なのに、何を使えば良いのか分からない。電話で話した後、誰からの、どんな用件だったか分からなくなる。仕事の予定を手帳に記入したはずなのに忘れてしまう。何に対してもやる気が起きない。病気や事故を境目に、以前と違う様子が見られるとしたら、高次脳機能障がいの可能性があります。

具体的な様子はどいったものでしょうか？

前述した幾つかの様子は、料理を作れない↓実行機能障がい、電話の相手と内容が分からない↓注意障がい、仕事の予定を忘れる↓記憶障がい、やる気が起きない↓意欲の障がいという症状に結びつけて考える事が

が出来ます。

他にも、今日の日付や季節が分からなくなる↓見当識障がい、すぐにカッとなり怒る↓人格情動障がいと言われる症状もあります。

「高次脳機能障がい」自体が目に見えにくい「何でこんな事が出来ないのか」「どうしてこうなってしまうのか」身近に居る家族や友人、同僚の方などは、イライラしたり、怒れてしまう事があるかもしれません。大切なのは、原因を明らかにし、適切な対応方法を見つける事です。又、リハビリテーションを行い、本人の能力を最大限引き出す事も必要です。

良いのは何をしたら良いのでしょうか？

まずは、医療機関で医師の診察を受け、必要な検査を行い、何が原因となっているのか、明らかにしていきます。その後、より詳細な評価を行い、必要な

リハビリテーションを始めます。具体的なリハビリテーションの内容は、次回紹介しましょう。



まめめいごら言

「高い穴」のお話

畑に穴があり、そこに青虫が落ち込んでいた。這い上がるんだが途中で転げ落ちてしまう。到底無理だ。子供がそれを見つけて母親を呼びに言った。

「おかあさん、青虫さんが高い穴に落ちて、出られなくなっているよ。見て。」「何のこと？」「見て。高い穴に落ちて困っている。」

「あーあ、これね。」合点のいった母親は、子供と共に近くの小枝で青虫を助けながら、やさしく我が子に教えた。「高い穴じゃなくて、これ、深い穴でしょ。深い穴って言うのよ。」「そっかあ、深い穴って言うんだ。」

一応納得した子供の瞳と、介助を受けながらやっとの思いで地上に這い上がることでできた青虫。その情景を見て母親ははっとした。「ごめん。ごめん。お母さんの間違い。青虫さんの落ちていたところは、高い穴だよ。」

必死で這い上がってもなおも越えられない壁。この壁にぐるりと囲まれて空を仰ぐ青虫にとって、ここは『高い穴』以外の何物でもない。青虫と同化した我が子に、他者の立場に立つことの何たるかを教えられた母親であった。

第29回

ふれあい広場



ハンディを持つ人も持たない人も、子どもも、大人も、
同じ地域で暮らす仲間同士が自主的な市民活動を通して
「共に生きる社会づくり」を目指します。

2007年 7月27(金)・28(土)・29(日)
(10:00~19:00 29日のみ15:00終了)

皆様にご協力いただいた、チャリティーオークション、愛のバザーによる収益金は、ボランティアの育成やその活動資金として使用するほか、災害発生時のボランティア活動用基金として大切に活用させていただきます。

飯田勤労者福祉センター
(さんとぴあ飯田) 東栄町3108-1

3日間 10:00~19:00 (29日15:00まで)

福祉展 福祉施設や学校などから寄せられた作品の数々
すばらしい発見もあることでしょう

チャリティーオークション

飯田市ゆかりの著名作家の皆様よりご協賛いただいた貴重な作品
あなたも入札してみませんか

29日15:00 入札締切
開札・受渡し後日



29日

10:00~14:00

先着
100名
限り

木工体験

ふみ台づくり

材料費:500円



ステージコーナー

10:00~15:00

- マジック ●腹話術 ●ハーモニカ演奏
- 太鼓演奏 (飯田養護学校)
- ボランティア協会よさこい連

28日

①10:00~

映画 **白い船** 字幕付き
鑑賞無料

②14:00~

子ども達が夢を持つ事のできるすばらしさ
夢をかなえる喜びと感動の物語

28日・29日

10:00~15:00

屋台村

フランクフルト・ソフトアイス
ジュース・かき氷・焼き鳥・カステラ
おにぎり・野菜・水まんじゅう・パン
ビール・焼きそば・その他お楽しみ

フリーマーケット

愛のバザー

28日 13:00~15:00

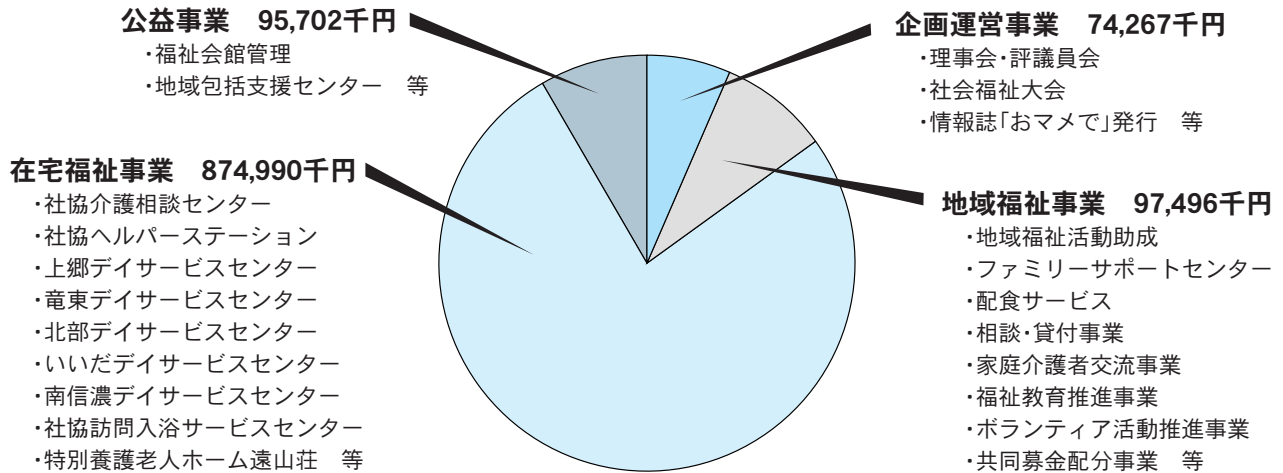
29日 10:00~14:00

市民の皆さんより寄せられた日用品や衣類等を通して
資源を大切にすると思いやりの絆を深める愛のバザーは
毎年ご好評をいただいています



『だれもが安心して暮らせる福祉のまちづくり』をめざします

平成19年度飯田市社協 総予算額 1,142,455千円



「善意銀行」～あなたと福祉をつなぐ窓口銀行～

飯田市社会福祉協議会では、皆様からの「社会や福祉のために役立てたい」という善意のこもった金銭や物品のご寄付を「善意銀行」でお預かりし、その善意を地域の福祉の推進のために有効に活用させていただいております。

平成18年度にご寄付をいただいた皆さま

預託者名	金額(円)
飯田信用金庫青年部	25,775
信州日報(株)	166,480
中藤さち子(遠山荘へ指定寄付)	100,000
鎌倉一美(遠山荘へ指定寄付)	300,000
北沢逸利(遠山荘へ指定寄付)	100,000
南信三菱自動車販売(株)	56,750
飯田市ボランティアセンター	12,000
田畑清秀	96,000
信越郵政局	30,000
アンサンブル・ファンファール	62,800
JPU 下伊那支部	90,000
住友生命松本支社(古切手を現金に)	3,600
吉川昭文	50,000
県地区カラオケ連合会(県地区社協へ指定寄付)	33,000
点字学習会	85,000
岡田 勉(上郷地区社協へ指定寄付)	200,000
南信歌謡連盟	95,670
南信カップ	150,000
匿名	500,000
チャリティークンサート実行委員会	30,000
飯田万民教会ボランティア会	50,000
日限地蔵尊	20,000
飯田市上郷地区老人クラブ連合会(上郷地区社協へ指定寄付)	190,374
(株)高田精機(飯田市社協ヘルパーへ指定寄付)	1,000,000
下平嘉代(北部デイへ指定寄付)	100,000
県公民館一色分館	28,556
飯田市ボランティアセンター	8,200
アピタ飯田店	27,964
ジョイマートユニー飯田駅前店	23,710
長野県労働金庫運営委員会	326,944
天竜ライン遊舟(有)	100,000
南信濃地区社協(南信濃福祉の里事業へ)	2,909,902
匿名	10,000

あたたかなご厚意に
感謝いたします



預託者名	預託内容
飯田信用金庫本店	硬貨計数機 一台
小島康晴	車イス 1台
(株)中村	ハイビジョンアンテナ・衣類乾燥機・食卓7点セット・ドライヤー・記録用デジカメ・プリンター
(株)戸松	菓子類(市内福祉施設等へ)
JAみなみ信州下条果実選果場	なし 100kg(市内福祉施設等へ)
(有)綿治硝子店	古切手
江戸浜町高齢者クラブ	たおる 72本 手拭 4本
大場君江	はんでん 25枚 袖なしはんでん 8枚
伊賀良老人クラブ連合会	雑巾 75枚 タオル 15枚
NTT 東日本-長野飯田支店 社員一同	車イス 2台
三菱電機(株)中津川製作所 飯田工場	りんご 30箱(市内福祉施設等へ)
平和時計購買協同組合	みかん 30箱(市内福祉施設等へ)
田畑達夫	りんご 30箱(市内福祉施設等へ)
野花会(やおいかい)	車イス 2台
ジャスコ飯田店専門店会	クリスマスケーキ 13個を風越寮へ
奥村利一	車イス 1台、ベットサイドテーブル大・小2台(北部デイへ)
イオン(株)ジャスコ飯田店	カセットデッキ・マイク、カセットテープ(飯田市ボランティアセンターへ)
飯田市立高陵中学校生徒会	スイングアーム介助バー・吸引器・車イス自走式(上郷地区内福祉施設等へ)、他古切手等
飯田市立和田小学校児童会	車イス 1台
飯田市立遠山中学校生徒会	福祉用具一式
南信濃地区社協	南信濃デイ・遠山荘へ車両各1台

(順不同・敬称略)

飯田市社会福祉協議会 基本理念

わたくしたちは 地域と命の尊さを守るため
「新たな福祉の創造による改革」を行い地域社会に貢献します

新しい役員体制が整いました

理事名簿			
会長	山内	章圭	
副会長	田中	義人	
副会長	武居	幸彦	
副会長	原	久	
常務理事	原	重一	
	伊野	昭次	
	會川	義明	
	草間	秀成	
	長沼	善朗	
	西尾	玲子	
	長谷部	喜則	
	林	郁夫	
	古井	直人	
	宮沢	孝明	

監事名簿			
安 静 章 雄	関 島 昌 平	増 澤 ヨシ子	
評議員名簿			
新 井 晴 夫	近 藤 和 子	原 廣 志	
池 田 延 史	斉 藤 勝	原 博 志	
井 坪 光 子	佐々木 嘉 昭	平 澤 嘉 彦	
伊 藤 雅 之	塩 澤 正 夫	福 與 嘉 孝	
小笠原 勝	塩 澤 正 人	堀 口 美 鈴	
岡 庭 章 夫	清 水 増 江	松 島 すみ子	
北 林 明	関 島 三 鈴	南 島 宗 市	
木 下 真 実	滝 沢 通 泰	山 岸 嘉 一	
串 原 喜代子	中 山 功 治	山 崎 博 文	
小 池 誠	西 野 武 久	横 田 富 士 雄	
小 林 伸 雄	野 牧 兵 衛	鷺 見 敏 夫	
小 林 春 雄	早 川 英 章		

(あいうえお順)

任期：平成19年6月27日～21年6月26日

新第三者委員

事業所の職員に言いづらい場合は第三者的に公平な立場で相談にのってくれる「第三者委員」にご相談ください。

受付：午前10:00～12:00 午後7:00～9:00まで

氏名	連絡先
吉澤利久	080-5144-7584
佐藤工三	080-5144-7582
吉澤健	080-5144-7583

任期：平成19年7月1日～21年6月30日

会長就任のあいさつ

地域づくりに励み

福祉力の向上に努める



会長 山内 章 圭

飯田市社会福祉協議会は今年度で創設五十六周年を迎えることができました。これも、地域の皆様のご理解と積極的な福祉活動によるものと存じます。

『地域住民のために発足した福祉法人である』ということを中心に、基本理念を忠実に実践することが大切であると考えます。

そのためには地域の皆様のご支援と、ご協力なくして新時代に相応しい、社協はあり得ないと思えます。

少子高齢化社会に対処するための福祉、勇気と希望、微笑みと感動する心を忘れずに、未知の人生に挑戦する喜びで、何時でもどこでも、元気一杯に決意を新たにまい進したいと存じます。

また、皆様からの福祉の幅広いご提言と要望を賜り、安心安全で自然災害に強く、助け合いのできる地域づくりに励み、福祉力の向上に努めることを誓い、挨拶いたします。



掲 示 板



募集中

キャンプボランティア募集 ～明星学園～

【日 時】8月25日(土)13時～8月26日(日)12時まで
 【集合場所】飯田駅横アイパーク
 【活動場所】駒ヶ根キャンプセンター
 【内 容】キャンプのお手伝い(キャンプ場にて1泊)
 【送迎方法】明星学園マイクロ
 【募集人数】5～7名
 【申込締切】8月10日(金)
 【申込・問合せ】明星学園 TEL26-9456
 または 飯田市ボランティアセンター TEL53-3182



募集中

文化祭キャンペーン2007参加校募集

みなさんの学校の文化祭を通して、世界の子どものために活動してみませんか?
 ※詳細はこちら
 →<http://www.savechildren.or.jp/>



【募集締切】11月30日(金)
 【問合せ先】(社) サーブ・ザ・チルドレン・ジャパン
 TEL03-3516-8922 FAX03-3516-8923

お知らせ

～地球を冷まそう！～「長野県打ち水大作戦」

打ち水で地球に優しく楽しいエコ活動してみませんか? みんなで一緒に地球の体温を下げましょう!!

長野県一斉イベント 第1弾 第2弾

「一斉打ち水大作戦」～大切な水を地球に返し隊!!～ 「打ち水効果をはかってみよう!! 大作戦」～地球の体温をはかり隊!!～

【決行日】平成19年7月23日(月) 大暑 正午 【決行日】平成19年8月10日(金) 朝・昼・夕の3回

※詳細はこちら→<http://www.nsyakyo.or.jp/v-info/>

【問合せ・実施報告先】長野県ボランティア地域活動センター TEL026-226-1882 FAX026-291-5180



ちょっと
一息

「おマメで」クイズ???

今回のクイズは「クロスワードパズル」です。二重枠に入った文字を、A→B→C→Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか? 答がわかった方は下記の要領でご応募下さい。正解者の中から抽選で5名様に図書券を差し上げます。



1		2	3
	A		
		4	る
	B		
5	6		
	7	あ	8
			D
9			10
	C		

【タテのカギ】

- ①近所をぶらぶら
- ②木製の容器。漬け物でもつけようかな?
- ③「お金」を英語で言うと…
- ④人に知られていない温泉
- ⑥靴下をはいていません
- ⑧早起きは三文の〇〇

【ヨコのカギ】

- ①これを飲んで運転してはいけません。
- ②漫画『サザエさん』の家のネコの名前
- ④昼食の後のひとやすみ
- ⑤手紙を書いて投函。郵便〇〇〇
- ⑦〇〇〇ドアより、インドアが好き。
- ⑨うどんにはコレが大事です。
- ⑩髪をとかすのに使います。

ヒント：やっぱり〇〇〇〇第一ですね!

たくさんのご応募
おまちしています。



応募要領

395-0024
 飯田市社会福祉協議会
 「おマメで」編集委員会

- ①クイズの答え
- ②住所
- ③氏名 ④年齢
- ⑤電話
- ⑥「おマメで」の感想

※クイズの答え、当選者58号紙面にて発表
 ※ご応募の際にお書きいただいた個人情報は商品発送以外には使用いたしません。
 ※感想等は匿名にて誌面に掲載させて頂く場合がございます。

56号クイズの答え

答え：第1問 ③アメリカ 第2問 ①中国 第3問 ③フィリピン
 第4問 ①キューバ 第5問 ③イギリス
 当選者：井口皓瑛様(伊賀良) 山村絵理様(丸山町) 細田明様(上郷)
 おめでとうございました!
 今回もクイズへのたくさんのご応募ありがとうございました。

応募締切 8月末日(当日消印有効)