

# あわ市社協だより



梅

Japanese apricot

春を告げる花  
トップ10に入る  
3種類の花をご紹介



しだれ梅

Weeping plum



福寿草

Adonis ramosa

撮影：福原 和代 氏

## CONTENTS

2020.3月発行

vol.50

- 2 ● 社協会費（賛助会費）協力者掲載、善意銀行だより
- 3 ● 阿波市共同募金委員会だより
- 4 ● 第15回阿波市社会福祉大会の報告
- 5 ● 阿波市老人クラブ連合会単位老人クラブだより
- 6 ● 各種相談事業日程表

令和元年度

## 阿波市社会福祉協議会賛助会費にご協力いただきました 企業・団体・個人の皆さま

赤池循環器消化器内科

有限会社 阿北運送

阿北電気 株式会社

阿波家庭電器株式会社

株式会社 阿波銀行市場支店

阿波就労支援センター アスカ

阿波中央バス株式会社

阿部商事 株式会社

阿波清掃

阿波病院

有限会社 市川材木店

市場石油 有限会社

株式会社 イナイ

有限会社 井上商店

上原敏彦税理士事務所

うどん亭八幡

有限会社 大野自動車

医療法人博美会 大野病院

有限会社 大林メディカル

有限会社 大村モータース

カーガレージフラットアウト

株式会社 カサイ

有限会社 笠井電機

川人進薬店

晃和自動車株式会社

阿波老人ホーム 御所園

医療法人 御所診療所

株式会社 金剛

斉藤食堂

有限会社 さくら

佐々木建設株式会社

株式会社 山興建設

四国部品株式会社 徳島工場

有限会社 島田印刷

新藤石油店

株式会社 スカイトラベル

有限会社 西部メディカル

株式会社 関亀五郎商店

セブンイレブン阿波市場香美店

大安

株式会社 敬工務店

有限会社 高田新聞店

高山産業株式会社 徳島西営業所

武沢自動車整備工場

有限会社 武田電機商会

株式会社 トーカイ

有限会社 ドアーメンテ徳島

株式会社 徳島大正銀行市場支店

株式会社 南海 MJE

坂東カーサービス

ばんどう保険

光清掃有限会社

藤井石油

有限会社 平尾石油

平尾不動産

有限会社 廣海興業

有限会社 ペンシル倶楽部

特別養護老人ホーム 蓬莱荘

前田印刷

有限会社 松永石油

八幡交通タクシー有限会社

結城末広堂

吉岡設備

吉田モータース

吉野地区民生委員児童委員

株式会社 リブドゥコーポレーション徳島市場工場

株式会社 ルーチェ

岡田敏一

近藤明夫

岸上茂春

近藤マサ子

酒巻俊文

酒巻和夫

出口ヨシ子

松永雅子

(順不同 敬称略)

### 社協会費にご協力いただきました市内自治会の皆さまありがとうございました

#### 令和元年度の社協会費の報告 (令和2年3月1日現在)

普通会費	2,867,250円
賛助会費	408,000円
合計	3,275,250円



地域福祉の推進や情報発信のための広報・啓発など、住民の皆さまのよりよい生活のため活用させていただきます。

### 阿波市社会福祉協議会 善意銀行だより … 善意の預託 ありがとうございました …

●現金預託 井村 亮様 公益社団法人 阿波麻植法人会様

●物品預託 公益社団法人 阿波麻植法人会様

この浄財は、社会福祉の推進のために有効に活用させていただきます。



阿波市共同募金委員会だより

令和元年度

赤い羽根共同募金・  
歳末たすけあい  
募金運動による報告



阿波市

赤い羽根共同募金	5,688,569 円
歳末たすけあい募金	1,265,539 円
<b>総 額</b>	<b>6,954,108 円</b>

皆さまから寄せられたあたたかい善意に感謝申しあげます

共に助け合い、支え合う「自分の町を、良くするしくみ。」

配分金により様々な地域福祉活動に活用させていただきましたほんの一部をご紹介します



吉野地区合同サロン  
(笑いヨガ)

吉野地区



令和元年12月3日(火) 吉野地域福祉センターにおいて、合同サロンが開催されました。吉野地区の6つのサロンが顔を合わせるのは今回で3回目、顔なじみも増えました。笑いヨガティーチャーの福原和代氏を講師にお迎えし、早朝より70名の参加者がホールに集い、会場は熱気ムンムン! リラックスした雰囲気の中で、ヨガの呼吸法「ホッ、ホッ、ハハハ」と大きく元気な笑い声が溢れていました。参加者は口を揃えて「楽しい! 温もる! 長生きできる!」。別れ際には「また会おうなあ」の合言葉。シルバーパワー全開のいきいきサロンでした。



エコノミークラス症候群  
予防体操 (防災セミナー)

土成地区

令和元年8月30日(金) 土成保健センターにおいて、ボディークリエイター 黒川由紀氏を講師にお迎えし、「エコノミークラス症候群」予防体操について学びました。東日本大震災報道で取り上げられたこの病気。椅子に腰掛けかかとの上げ下ろし運動をしたり、ふくらはぎを軽くもんだり、生活の基となる下半身を中心とした体操に、25名の参加者は真剣に取り組んでいました。物資を備えることも大切ですが、普段から健康を保つことが備えにつながることを実感しました。



ふれあいの集い

市場地区

令和元年9月12日(木) 「ハートブラザ住友」において、75歳以上のひとり暮らしの方と高齢者世帯を対象にふれあいの集いを開催いたしました。民生委員との交流事業として毎年開催していることもあり、みんなこの日をとても楽しみにしているとか。血圧測定で日頃の体調をお伺いし、健康体操で会場の空気と参加者の体を温め、宴の始まりです。十八番をカラオケで披露したり、歌詞を片手にみんなで童謡を熱唱したり。もちろん会食時は食事も進み会話も弾み和気あいあいとした雰囲気の中、明日への活力を蓄えてい



ました。



若返りトレーニング  
講座 (脳トレ)

阿波地区



令和元年11月18日(月)、19日(火)の両日「脳わくわく・若返りトレーニング講座」を阿波健康福祉センターにおいて開催いたしました。普段あまり接することが少ないiPadを、使いこなすコツの手ほどきを受けながら、認知症予防に対応したゲーム感覚のこの講座は、記憶・数字はもちろん、部首を体で表現するなど真剣にすればするほど面白おかしくなる人が続出! でも、正解を導き出した参加者30人の納得したその顔は、満足度100%でした。



## 第15回 阿波市社会福祉大会

第15回阿波市社会福祉大会を去る9月14日(土)、阿波市防災交流拠点施設アエルワにおいて開催いたしました。日頃より社会福祉事業の各分野においてご活躍、ご協力いただいております市民の皆様、関係者の方を含めた600名のご参加をいただきました。また、多数のご来賓の方々にもご臨席いただき、盛大に挙行することができました。



本大会では、阿波市 藤井正助市長、阿波市社会福祉協議会 沖津正紀会長のあいさつに続き、永年にわたり地域福祉の向上に大きな功績をあげられた方、ボランティア活動に取り組み活躍されている方、受賞者27名4団体の方々に社協会長より表彰状が贈られました。引き続きダイヤモンド婚・金婚を迎えられた107組のご夫婦には、市長より祝詞と記念品が贈られました。また、来賓として徳島県知事、県議会議員、市議会議員よりご祝辞を頂戴し、会場の皆様とともに受賞された方々の功績を



たたえました。

式典終了後は記念映画として、樹木希林出演作品『にちちこれこう日日是好日』を上映し、“お茶”を通じた女性の体験と感動を綴った作品に、会場は穏やかな感情に包まれていました。

なお、本大会にご協力いただきました皆様方に、厚くお礼申し上げます。

### 第15回阿波市社会福祉大会表彰状贈呈者

(敬称略・順不同)

#### 大会長表彰

#### ◆民生委員・児童委員功労者

多田 美子 洙田 繁明  
 ※多年にわたり民生委員・児童委員として、地域福祉の向上に貢献された方

#### ◆ボランティア功労者・ボランティア功労団体

鎌田 艶子 平井 昇一  
 坂本 綾子 山添百合子  
 山添 昭美 大野 安江  
 瀬野 民子 森 鉄雄  
 岡田 悦子

#### ◆社会福祉事業功労者

酒巻千恵子 近藤 順子  
 十川美津江 西野美代子  
 武田 和代 森本 武志  
 中川 紘一 堀北 武子  
 ※多年にわたり老人福祉の向上に貢献された方

#### おはなしのとびら

食生活改善推進協議会土成支部  
 吉野地区ボランティア協会手芸部  
 秋月サロン

#### 石川 貴美 井川 徳子

※多年にわたり身体障害者会役員として障害者福祉の向上に貢献された方

#### ◆自立生活の模範となる者

小賀野素久  
 ※困難を克服し、自立した生活をされておられる方

桜井 正子 山添 福江  
 安友ツル子 中原 幸  
 巻島代司子  
 ※多年にわたり婦人会役員として地域福祉の向上に貢献された方



## 阿波市老人クラブ連合会だより

会員自らの安心安全な暮らしをモットーに、健康づくり・介護予防において生活を豊かにする活動であったり、また、友愛訪問・ボランティア活動・様々な交流活動に関わり地域を豊かにと、地域を基盤とした多種多様な活動を自主的に行っております。

ここでは、市内で活動している各地区老人クラブ・長寿会の活動のほんの一部をご紹介します。

## 吉野地区 社会奉仕活動(堤防清掃)

令和元年9月22日(日)長寿会会員による清掃活動が開催されました。この日はあいにくの雨で、カッパを着用しての作業は大変



でした。ポイ捨てが多い吉野川北岸堤防付近を中心に拾い上げたゴミ袋の中は、空き缶・空き瓶・傘・発泡スチロールなど家庭用ゴミであつという間に溢れました。通勤・通学・ジョギング・散歩、往来が多いこの道を、気持ちよく通っていただきたい、そして自分たちの町をきれいにしたいという一心で毎年実施されているこの活動は、会員たちの張り合いになっています。

## 土成地区 研修会

## (介護予防リーダー活用促進事業)



令和元年11月29日(金)土成保健センターにおいて開催されたこの研修では、介護予防リーダーを含む老人クラブ会員が地域の高齢者やひとり暮らしの方を招待し、できたての手作り弁当をふるまいました。また、地域包括支援センターより保健師をお迎えし、ずっと元気でいたいなら健康寿命をのばす重要なカギとなるフレイルの予防について、詳しくご説明いただきました。衣・食・住においてかかせない地域での交流がフレイル予防の近道でもあり、参加者の健康への意識も高まりました。



## 市場地区 いきいき百歳体操

令和2年2月5日(水)市場総合福祉センターにおいて、徳島県理学療法士会会長 鶯 春夫 氏を講師にお迎えし「いきいき百歳体操」と題し、58名の参加者が認知機能改善における講義と実技を学びました。住み慣れた地域で元気で長生きするためには、社会(=人)とのつながりを維持することが何よりも大切で、生活の中に「楽しみ」を作ることが秘訣とか。また、椅子に腰かけたままゆっくりと手足を動かす筋力運動を中心とした体操



では、参加者は動作の意味を感じ取りながら、体を動かすことの大切さを実感していました。

## 阿波地区 食生活改善料理教室

## (介護予防リーダー活用促進事業)



令和元年12月11日(水)・12日(木)の2日間、阿波健康福祉センターにおいて料理教室を開催いたしました。年季の入った指導員による栄養バランスの整った手軽にできる献立に、グループごとに役割を担った会員の表情はイキイキしています。家庭では省く作業も、この教室ではきっちりこなして仕上げました。当然、腕によりをかけて出さ栄えは、絶品! だったことでしょう。生活習慣病を予防するには、まず食事から見直すことに意義があることを改めて確認した延べ37名の参加者の胃袋は、満たされていました。



ピーマンの肉詰め



## みんな知っと〜で?

そもそも社会福祉協議会は、全国の都道府県、市町村に設置されていて、社会福祉法という法律に規定された「地域福祉の推進を図ることを目的とした団体」で、略して「社協(しゃきょう)」と呼ばれています。社会福祉及び社協の「社」を図案化し、「手を取り合って、明るい、幸せな社会を建設する姿」を表現しています。

社協の  
シンボルマーク  
おぼえとってよ!

# 困ったときは ふれあい福祉センター

阿波市  
在住の方

## 各種相談日程表 (令和2年度)

※相談はすべて無料です。秘密は固く守られます。

相談種別	相談場所	4月	5月	6月	7月	8月	9月
心配ごと相談 13:30~15:30	吉野地域福祉センター	-	19日(火)	-	21日(火)	-	15日(火)
	土成保健センター	28日(火)	-	23日(火)	-	25日(火)	-
	市場総合福祉センター	-	12日(火)	-	7日(火)	-	1日(火)
	阿波健康福祉センター	7日(火)	-	2日(火)	-	4日(火)	-
行政相談 13:30~16:00	吉野地域福祉センター	28日(火)	26日(火)	23日(火)	28日(火)	25日(火)	23日(水)
	土成保健センター	20日(月)	18日(月)	15日(月)	20日(月)	17日(月)	28日(月)
	市場総合福祉センター	13日(月)	11日(月)	8日(月)	13日(月)	11日(火)	14日(月)
	阿波健康福祉センター	6日(月)	11日(月)	1日(月)	6日(月)	3日(月)	7日(月)
人権相談 13:30~16:00	吉野地域福祉センター	-	28日(木)	1日(月)	-	27日(木)	-
	土成保健センター	16日(木)	-	1日(月)	16日(木)	-	17日(木)
	市場総合福祉センター	-	14日(木)	1日(月)	-	13日(木)	-
	阿波健康福祉センター	2日(木)	-	1日(月)	2日(木)	-	3日(木)
法律相談 13:30~15:30 ※要予約	吉野地域福祉センター	-	15日(金)	-	17日(金)	-	18日(金)
	土成保健センター	17日(金)	-	19日(金)	-	21日(金)	-
	市場総合福祉センター	-	8日(金)	-	10日(金)	-	11日(金)
	阿波健康福祉センター	3日(金)	-	5日(金)	-	7日(金)	-
結婚相談 13:30~15:30	吉野地域福祉センター	合同相談 2日(木) 13:30~15:30 開催地:土成町	7日(木)	合同相談 4日(木) 13:30~15:30 開催地:吉野町	2日(木)	合同相談 20日(木) 13:30~15:30 開催地:阿波町	3日(木)
	土成保健センター		14日(木)		9日(木)		10日(木)
	市場総合福祉センター	21日(木)	16日(木)	17日(木)			
	阿波健康福祉センター	21日(木)	16日(木)	17日(木)			
介護・福祉相談	市場総合福祉センター	8:30~17:00 月~金 常時受付					
心の相談窓口	土成保健センター						

会場の都合により相談日の変更がありますので、お問い合わせください。

吉野地域福祉センター(吉野支所) TEL 088-696-2386  
市場総合福祉センター(市場支所) TEL 0883-36-5511

土成保健センター(土成支所) TEL 088-695-4802  
阿波健康福祉センター(阿波支所) TEL 0883-35-6033

### おしゃべり&相談会

~障がいのある子(人)をケアしている「あなた」のために~

4月9日(木) 5月14日(木) 6月11日(木)  
7月9日(木) 8月13日(木) 9月10日(木)

はじめてでも大丈夫!ぜひ自分のための時間をつくってみてください。  
(福祉サービスなどの相談もOKです)

場所 ● 土成保健センター(御所の郷 西隣)

日時 ● 原則として毎月第2木曜日 10:00~12:00  
※予定は変更される場合があるので必ずお問い合わせください。

対象 ● 障がい児(者)の親・家族 興味のある方などでも  
(会員外・阿波市以外にお住まいの方も可)

参加費 ● 会員無料 ※会員外100円

申込 ● 阿波市社会福祉協議会 土成支所  
(阿波市手をつなぐ育成会)

☎088-695-4802

(前日までに お名前と連絡先をお知らせください。)



### 成年後見・相続・遺言 無料相談会

主催 ● 一般社団法人 コスモス成年後見サポートセンター 徳島県支部  
(徳島市東沖洲2-1-8 ☎088-679-4440)

4月15日(水) 5月20日(水) 6月17日(水)  
7月15日(水) 8月19日(水) 9月16日(水)

場所 ● 市場総合福祉センター 2階 相談室  
日時 ● 毎月第3水曜日 13:30~16:30

行政書士が  
成年後見制度を  
通して日々の安心を  
お届けします

### 阿波市役所 人権相談開設日

4月 9日(木) 4月24日(金) 5月 7日(木)  
5月21日(木) 6月 1日(月) 6月26日(金)  
7月 9日(木) 7月30日(木) 8月 6日(木)  
8月20日(木) 9月10日(木) 9月24日(木)

場所 ● 阿波市役所(本庁1階 人権課横 相談室)

時間 ● 9:30~12:00 連絡先 ● 人権課 ☎0883-36-8716

※相談は無料で、秘密は固く守られます。

発行

社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会  
会長 沖津 正紀

〒771-1622 徳島県阿波市市場町興崎字北分60  
TEL: 0883-36-5511 FAX: 0883-36-7040  
http://care-net.biz/36/awashishakyo/