

# みずほっと



■ 編集・発行 / 社会福祉法人 名古屋市瑞穂区社会福祉協議会 ■ webサイト / [www.mizuho-shakyo.jp](http://www.mizuho-shakyo.jp)



★ 輝く!! みずほのボランティアの星 ★

瑞穂学区地域福祉推進協議会 編



**“おひとり暮らし高齢者昼食会” 給食ボランティアの皆さま**  
今日 行く所がある『きょういく』、今日 用がある『きょうよう』そんな地域を目指して

瑞穂区内の中でも、最も歴史が長い瑞穂学区。昭和59年5月より始まった“おひとり暮らし高齢者昼食会”も女性会、民生委員、子ども会、小中学校PTA所属の給食ボランティアなどのご協力により運営されています。

おひとり暮らしの高齢者が集い、温かい食事をご提供し、一緒に楽しいひと時を過ごしていただくことを目的とした、この事業を支える方々をご紹介します。

**Q** 昼食会は、3地域(大喜、本願寺、北井戸田)に分かれて会食ですよね。準備は大変ですか?

**A** 代表者: 給食ボランティアの方々は、それぞれ役割分担しながら効率よく準備しています。

**Q** 料理メニューや味付けなど高齢者向けに何か工夫をしていますか?

**A** 代表者: これまでご提供した料理の記録を参考にしながら旬の食材を用意し、おひとり暮らしではなかなか出来ない料理を心掛けています。味付けの好みは、人それぞれなのでメリハリを付けて、全体で「大人の味」になるようにしています。(笑)

**Q** 気になっていることなどをお話してください。

**A** 代表者: 閉じこもり予防の観点からも昼食会は大切だと

考えていますので、ひとりでも多くの方が楽しく参加していただくには、何が必要かを常に考えています。参加者同士の会話が弾むよう機を並べ方ひとつにも気を配っています。

**Q** うれしかったことや新しい担い手についてお話しください。



左上から 森部さん、林さん、近藤さん、成田さん  
左下から 近藤さん、西田さん、細野さん、平林さん

**A** 代表者: 参加者からさまざまなご意見をいただきます。やはり、「美味しかった。ありがとう。」と言われると励みになります。

若い世代の方も、ぜひ給食ボランティアへ気軽に参加してください。知らない人でも身近な地域の住民同士、すぐ仲良くなれますよ。



おひとり暮らし高齢者昼食会の風景



瑞穂学区給食ボランティアの皆さま



瑞穂学区地域福祉推進協議会 会長  
伊藤 勝利 さん

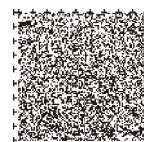
瑞穂女性会を中心にした給食ボランティアの皆さまは、長年にわたり、おひとり暮らしの高齢者のために、ご尽力いただいている瑞穂学区のかけがえない方々です。その他の学区行事などでも、何かとお世話になりご負担をお掛けしていることに心苦しさもありますが、皆さまの日頃のご支援を大変ありがたく感じております。

これからも瑞穂学区のために、皆さまの更なるお力添えをいただければ幸いです。

## もくじ

- P.1... ☆輝く!! みずほのボランティアの星(瑞穂学区推進協議)
- P.2... **特集1** 地域支えあい事業 リポート!(すけっとやとみ)
- P.3... **特集2** 瑞穂区地域ボランティア交流会を開催しました!
- P.4... 愛知みずほ大学短期大学部ヘルスセミナーカフェのご紹介  
フレール愛サロン ほのぼのレポート(其の十七)
- P.5... こんにちは『いきいき支援センター』です!!

- P.6... 平成28年度 赤い羽根共同募金のご報告  
平成28年度 名古屋市瑞穂区社会福祉協議会  
賛助会費 募集経過報告  
ボランティア活動保険のご案内  
HOTなきもち(寄付)  
ほっとなつばやき(編集後記)



# 地域支えあい事業 リポート!



『誰もが住みなれた瑞穂区で安心して心豊かに暮らしていけるようなまちづくり』を目指して、御劔・高田・穂波・堀田学区では、支援が必要な方への見守りや住民同士の助け合い活動に力を入れて取り組んでいます。

「地域支えあい事業」とは、学区の相談窓口に常駐するボランティアコーディネーターが、地域にお住まいの皆さんが抱えているちょっとした困りごとを受け付け、地域住民の登録ボランティアさんと協力して解決をはかる活動です。



**平成28年11月からは、新たに“弥富学区”でも事業スタートとなりました!**

これまで、ゴミ出し、病院付添い、お買物代行、電球の取り替え、お話し相手、庭木の剪定などのお困りごとを地域のボランティアさんに解決していただいています!

NEW

**弥富  
学区**

- ◆名 称:『すけっとやとみ』
- ◆相談窓口:弥富コミュニティセンター
- ◆相談日時:毎週月・水曜日  
9:45~12:45
- ◆電 話:080-4544-8485



**こんな相談を受けました!**

高齢でひとり暮らしのため、高い所にあるエアコンの掃除ができず困っています。

**2名のボランティアさんで、エアコン掃除とお部屋掃除のお手伝いをしました!**

『すけっとやとみ』がお困りごとの解決をお手伝いいたします。  
お気軽にお問い合わせください。



**高田  
学区**

相談窓口:高田コミュニティセンター  
相談日時:毎週月・金曜日 13:00~16:00  
電話:080-9722-4383 FAX:883-3776

**穂波  
学区**

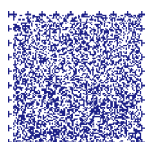
相談窓口:穂波コミュニティセンター  
相談日時:毎週火・金曜日 9:00~12:00  
電話:823-5181 FAX:823-5182

**御劔  
学区**

相談窓口:御劔コミュニティセンター  
相談日時:毎週火・金曜日 9:00~12:00  
電話・FAX:871-1200

**堀田  
学区**

相談窓口:堀田学区安心安全まちづくりセンター (旧堀田交番跡)  
相談日時:毎週月・水曜日 9:00~12:00  
電 話:080-9494-2973



上記学区でお困りごとのある方は、お住まいの学区の相談窓口までご連絡ください。  
ボランティアにご興味のある方もお問い合わせください。





## 特集②

# 瑞穂区地域ボランティア交流会を開催しました!

平成28年12月14日(水)、傾聴活動を始めとした地域でのボランティア活動を行っている「**地域ボランティアグループかがやき**」の皆さんと、**地域支えあい事業実施学区**(御剣・高田・穂波・堀田・弥富)の登録ボランティアさんなどが参加した、瑞穂区地域ボランティア交流会を開催しました。

この交流会は、様々なボランティアさんが、「傾聴」をテーマに交流しながらお互いの活動を知ること、新たなボランティア活動の担い手となるきっかけとするとともに、地域にある様々な活動への関わりづくりを目的に開催しました。



「かがやき」代表の近藤京子さんから、ボランティアへの想いをお話いただきました



「かがやき」の松岡平記さんから、傾聴のスキルを伺った後、さっそく体験しました

23名の方にご参加いただいた今回は、「かがやき」代表の近藤京子さんからご自身の経験を通じた新しい自分に出会えるボランティアの魅力についてのお話や、同じく「かがやき」の松岡平記さんを講師に傾聴のお話や2人1組での傾聴体験を実施しました。その後、社会福祉協議会からボランティア活動の紹介があり、最後はグループごとの振り返りを行いました。

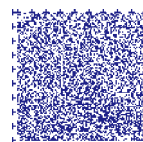
ご参加いただいた皆さんからは、「ぜひ今後も学び、他の活動者の方とも交流していきたい。」「普段は関わらないボランティア同士が出会えて、楽しかった!また開催してほしい。」といった声が聞かれました。今回学んだ傾聴の基本である「相手の心に寄り添うこと」は、どんなボランティアであっても共通して大切なことです。参加者の皆さんが今回体験したこの「寄り添う」ことを、それぞれの活動に活かしていただければと思います。



皆さん上手にお相手の気持ちを引き出していました



**皆さま、お疲れさまでした!!これからのご活躍を応援しています。**  
ボランティアについてのご相談は、瑞穂区ボランティアセンター  
までお寄せください!(電話:841-4063 FAX:841-4080)



今回は、牛巻交差点近くにある、

話し手：教授 上原正子 様

## 愛知みずほ大学短期大学部の「ヘルスセミナーカフェ」についてご紹介いたします。

### ★ヘルスセミナーカフェを開始したきっかけは？

地域の方々が、元気になることをお手伝いできたら考えたことがきっかけです。本学は「健康」の視点から、食や保健、幼児をキーワードにした教育を進めています。教員がもっている様々な専門的な知識や技術を、楽しんで学んでいただくことができるよう「カフェ」という形で企画しました。

### ★活動の内容は？

65才以上の方30名程度を対象としています。1時間程度、本学教員からの話と実習があります。その後は、本学で作った「シフォンケーキ」とお茶を楽しんでいただきます。

### ★参加者の声

「写真、ビデオを使用しての説明なので分かりやすかったです」「いつも季節のシフォンケーキをいただけるのを、楽しみに来ています」「学生さんたちに、にこやかに対応していただきました、ありがとうございました」

### ★これまで続けてきた感想は？

4月からは3年目になります。年4回開くことにしていますが、毎回来てくださる方もいらっしゃるとうれ

しいです。暮らしの中で活かしていただける「食」や「運動」、「薬」の話などの身近な話題や、参加者の方々に希望をお聞きしながら進めています。学生も地域の方々に学ぶことができ、本学にとっても意義ある取組みになっています。

### ★次回開催の予定

◆日 時／6月3日(土)9:30～11:00

◆内 容／音楽を楽しむ ◆参加費／200円

◆場 所／瑞穂区春敲町2-13

愛知みずほ大学短期大学部1階学生サロン

### ★お問合せ先

愛知みずほ大学短期大学部 (担当：大場様)

電話 882-1815 FAX 882-5700



## フレ〜!愛知ロシ

### ほのぼのレポート(其の十七)

瑞穂区では、地域の方が気軽に集まれる“たまり場づくり”『ふれあい・いきいきサロン活動』が盛んです。今回は…

### ★御劔健康サロン(御劔学区)をご紹介いたします。

話し手：サロン運営者 南谷 哲 様

「ここで皆さんと一緒にゲーリングを楽しむことで、地域の方との輪ができて、とても心強いです」

「楽しいのでお友達を誘ってこれからも参加したいです」

### ★これまで続けてきた感想は？

楽しくみんなで体を動かしているので、日数を増やすことを検討しつつ、今後も仲良く続けていきたいです。理想を言えば、参加者が20人を超えることができればいいなと思っています。みんなで和気あいあいと体を動かし、お茶を楽しんでいるので、地域の方々のご参加をお待ちしています。



参加費  
100円

○日 時／毎月 第1木曜日 9:00～11:00

○場 所／御劔コミュニティセンター

★お問合せ先 御劔コミュニティセンター  
電話 871-1200 (担当：南谷様)

### ★活動を始められたきっかけは？

ゲーリングを他学区から教えていただき、みんなで始めたことがきっかけです。その

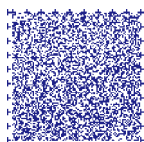
の後、ゲーリングだけではなく、せつかくみんなで集まるのだからお茶も楽しもうという話になり、茶話会も行うようになり、サロンという形になりました。

### ★どのようなサロンですか？

みんなで助け合いながら、教えながらゲーリングをしています。毎回、みずほ体操でウォーミングアップをしてからゲーリングを楽しみ、その後みんなでおしゃべりやお茶をしています。年二回程度大会も行っています。

### ★参加者の声

「少々肩や膝が痛くても、無理なくゲーリングを楽しんでいます。頭も使うし、とても体に良いと思います」





H28年10月1日から開始しました!!

# “認知症の人にやさしい店”に登録しませんか

～認知症の方の「早期発見」から「見守り体制」づくりを目指す～



## 認知症の人にやさしい店とは?

瑞穂区の認知症の見守り体制づくりに賛同し、認知症のことを理解して適切な対応を行なっているお店のことです!!

## 認知症の人にやさしい店になるには?

まずは、認知症サポーター養成講座を受講してください。受講された事業所で、「認知症の人にやさしい店」の登録を希望される事業所は申し出てください。登録店舗には、ステッカーと認定証と交付します。

瑞穂区内の店舗、金融機関、会社などが対象になります。お気軽にセンターへお問い合わせください!!

平成29年度上半期

## 認知症家族支援事業のお知らせ

参加費  
無料

### 認知症家族教室

認知症の知識を深め、介護者同士の交流をします。東部は毎月第2月曜日10時～12時(第2回の5月のみ13時30分～15時30分)、西部は第3火曜日13時30分～15時30分です。

1回目ようこそ家族教室へ、2回目認知症について正しく理解しよう(医師)、3回目介護体験を聞こう、4回目認知症の方への関わりについて学ぼう(専門職)、5回目介護保険サービスなどについて知ろう

### 家族サロン

介護や生活の情報を交換します。東部は毎月第1水曜日、西部は毎月第4木曜日(9月29日のみ第5木曜日)の13時30分～15時30分

### もの忘れ専門医による専門相談

医師と個別に認知症の症状や対応について気軽に相談できる場です。東部は毎月第3水曜日、西部は毎月第4木曜日13時30分～14時～の2回(1組30分)です。事前に予約してください

詳しい日程は、本センターへお問い合わせいただくか、広報なごややチラシでご確認ください。

◆開設時間/月～金曜日(祝祭日・年末年始を除く) 9時～17時

瑞穂区東部いきいき支援センター  
佐渡町3-18 瑞穂区在宅サービスセンター内  
電話 858-4008

瑞穂区東部いきいき支援センター分室  
洲山町2-21 啓徳名古屋南ビル1F  
電話 851-0400

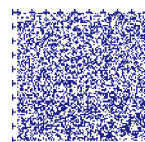
瑞穂区西部いきいき支援センター  
堀田通1-18 シティアーク1階  
電話 872-1705

## 孤立防止セミナーを開催しました!



2月16日(木)に遺品整理会社のキーパース代表取締役の吉田太一氏をお招きし、「孤立死の現場から学ぶ」と題し、現場を通して見えてきた実態、課題についてユーモアあふれる口調でお話していただきました。テーマは重いものでしたが、当日は93人もの参加がありました。

参加者の皆さんからは、「自分には関係ないと思っていたけど、たくさんの人との関わりが大事だと気づきました。」「最近元気なさそうなあの人にちょっと声を掛けてみます」などと地域とのつながりを見直したいという感想をいただきました。





## じぶん＜瑞穂区＞の町を良くするしくみ 赤い羽根共同募金のご報告

今年度も赤い羽根共同募金運動にご協力をいただき、誠にありがとうございました。心より御礼申し上げます。平成28年度瑞穂区赤い羽根共同募金の最終実績額は、以下のとおりとなりましたので、ご報告申し上げます。

平成28年度 赤い羽根共同募金実績額

**8,058,209円**

一般募金 …………… 7,747,072円  
歳末たすけあい募金 …… 311,137円



皆さまからお寄せいただいた募金は平成29年度において、瑞穂区の町を良くする地域福祉活動や愛知県内の広域の社会福祉施設の整備・団体の事業などに役立てられます。

瑞穂区共同募金委員会

### 平成28年度 名古屋市瑞穂区社会福祉協議会 賛助会費 募集経過報告

今年度も、多くの地域住民の皆さま、法人の皆さまからの温かいご協力をいただき、誠にありがとうございました。

各学区で集められた賛助会費の9割額は、来年度の地域福祉活動の財源として学区に還元されます。

残りの賛助会費については、瑞穂区社会福祉協議会第3次地域福祉活動計画に基づいた取組みや事業広報・啓発などの財源として、有効に活用させていただく予定です。

今後とも、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

総額

**3,429,500円**

個人 3,049,500円

法人 380,000円

(平成29年1月末現在)

### 「ボランティア活動保険」のご案内



ボランティア活動中に伴う傷害・賠償事故を補償する保険です。活動中のみならず、活動場所に向かう途中の事故も補償対象です。

補償期間は、平成29年4月1日から、または加入日の翌日から翌年3月31日までです。

平成29年度分の加入手続きは、**3月1日(水)**より開始です。加入手続き時には、ご印鑑をお持ちください。

瑞穂区ボランティアセンター

ほっとな  
つぶやき

編集  
後記

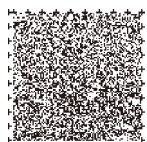


3月に入り、桜咲く暖かい春が待ち遠しい今日この頃です。3月といえば、年度末ということもあり何かと忙しい時期でもありますね。また、学校の卒業や職場の異動、定年退職など人生の節目を迎える方もいらっしゃると思います。

今の環境で過ごすのも残りわずかということもあり、さまざまな思い出がよみがえり、感傷的になることがあるかもしれません。そんな時、出会いの大切さを表した『一期一会』という言葉が、身に染みて実感できますよね。

次号も引き続き、瑞穂区社協広報紙

『みずほと』をご愛読して下さいますよう、よろしくお願いします。



HOTな  
きもち



本会にご寄付いただき、ありがとうございました。

(平成28年9月1日～平成29年1月31日) ※順不同

寄付金

- 並木 ひろゑ 様
- 日本基督教団 尾陽教会 様
- 名古屋女子大学中学校・高等学校PTA 様

\* お寄せいただいた寄付金は本会地域福祉基金等として受け入れ、その果実(利息)により、各種社会福祉事業の実施等、地域福祉の推進に活用させていただいております。誠にありがとうございました。



編集・発行

社会福祉法人

名古屋市瑞穂区社会福祉協議会

〒467-0016 名古屋市瑞穂区佐渡町3丁目18番地

最寄駅：地下鉄 桜通線

[瑞穂区役所] 駅下車

徒歩5分(区役所東方向)

TEL 841-4063

FAX 841-4080

webサイト [www.mizuho-shakyo.jp](http://www.mizuho-shakyo.jp)

メールアドレス [mail@mizuho-shakyo.jp](mailto:mail@mizuho-shakyo.jp)

