

## 手話奉仕員養成講座（入門課程）



手話で閉会の挨拶をされる  
宇陀市聴覚障害者協会の寺澤会長

終了  
しました



### 主な内容

- 2面・・・新年のご挨拶  
県社会福祉大会表彰者紹介
- 3面・・・赤い羽根共同募金中間報告  
うだカップリングパーティー3
- 4面・・・地域包括支援センターのコーナー
- 5面・・・相談日のお知らせ  
市ボランティア連絡協議会研修会案内  
ボランティア活動紹介
- 6面・・・いきいきサロン紹介  
リサイクル情報・善意銀行

昨年6月8日にスタートした手話奉仕員養成講座の入門課程が、11月16日に終了し、19名の方々が修了証を授与されました。

初めて手話をされる方がほとんどでしたが、最終講座では手話を使ってスピーチをするまで上達されました。

閉講式では「今後、学んだ手話を地域の中で活かしてほしい。」と社協会長が挨拶をされました。

# 「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指し



社会福祉法人 宇陀市社会福祉協議会  
会長 森田 伊佐男



新年明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

また、日頃より宇陀市社会福祉協議会の運営や事業推進、並びに共同募金活動等に対しまして、温かいご支援とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

さて、社会経済情勢が激動している中、近年の日本社会においては、社会福祉を取り巻く環境も、年々厳しさを増しています。高齢化の影響はもとより、少子化の進行による「人口減少」は、将来の社会生活に深刻な影響を及ぼすものと考えられます。地域から子どもたちの姿が減少する一方で、高齢者が増加し、防犯や消防などの自主的な住民活動をはじめ、集落という共同体の維持さえ困難な状況が生じる可能性があります。また、経済の低迷する状況にあつては、障がい者等が可能な限り地域社会において自立した生活ができるようにという理念が唱えられております。

このように複雑多様化した社会となった今日こそ、日常の生活を維持していく為に「見守り」といった生活の基盤的支援は、喫緊の課題です。あの時、絶望の淵から人々が求めたのは「絆」でした。「助け合い」こそが福祉の本質ではないかと思えます。

社会福祉協議会といたしましても、子供から高齢者に至る「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指し、地域福祉の進展と充実を図り、市民が主体となった組織づくりに努め、各種事業が円滑に遂行できるように取り組んで参ります。

本年も役員一同、更に精進する所存でございます。皆様方のご理解、ご協力をお願い申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

## 奈良県社会福祉大会

### 表彰者紹介

昨年11月7日、橿原文化会館大ホールにおいて「第62回奈良県社会福祉大会」が開催されました。

大会では、多年にわたり社会福祉の推進に努められ、その功績が顕著な方々の表彰が行われました。

市内の表彰された方々は、次のとおりです。

### 奈良県社会福祉協議会

#### 会長表彰

◆民生委員・児童委員功労者

- |    |    |       |
|----|----|-------|
| 峯野 | 義弘 | (大宇陀) |
| 清水 | 定心 | (菟田野) |
| 山下 | 正一 | (榛原)  |
| 岡本 | 良一 | (榛原)  |
| 北森 | 玲子 | (室生)  |

【敬称略】



# じぶんの町を良くするしくみ 赤い羽根共同募金

## 中間報告

昨年の10月1日から全国一斉に共同募金運動が行われました。  
宇陀市におきましても、10月1日に近鉄榛原駅前共同募金セレモニーを行い、その後、各地域で募金活動を行いました。

セレモニー当日は、宇陀市連合自治会長さんやボーイスカウトのみなさん、各地域では民生児童委員のみなさんのご協力をいただき、また、戸別募金では自治会役員さんのご協力と住民のみなさんのご理解によって、下記のとおり多くの募金が集まりました。  
ありがとうございました。

【11月末日現在の募金額】 **3,407,242円**

＜内訳＞

戸別募金	1,577,376円
街頭募金	209,044円
職域募金	203,524円
法人（事業所）募金	1,390,000円
学校募金	22,313円
その他の募金	4,985円



「菟田野小学校体育大会」



「室生子ども園運動会」



「大宇陀スーパーもりかわ」



## うだカップリングパーティー3



平成24年10月28日（日）に、市内の独身の方が素敵なパートナーと出会えるイベントを開催しました。

当日は宇陀市榛原平成子供のもり公園でバーベキューを行い、宇陀の自然や食材を味わいながら盛り上がり、31名の参加者の中から4組（8名）のカップルが誕生しました。

# 地域包括支援センターのコーナー

## お口爽快で、健康な一年に!!

寒さも厳しくなり、インフルエンザや風邪ひきが気になる季節です。インフルエンザや風邪は、口や鼻からウィルスが体内に入って感染します。

ウィルスが体内に入りにくくするためには、外出後の手洗い・うがいと口の手入れ（口腔ケア）が効果を発揮します。

年齢とともに口腔（口からのどまでの空間）機能は低下していきます。筋力が衰え、唾液の分泌が減ってくると、口腔内に細菌が繁殖しやすくなり気道感染や肺炎を招くこともあります。口腔ケアは、虫歯や歯周病および口臭の予防だけでなく、気道感染・肺炎の予防や認知症の予防にもつながります。口腔ケアは口の手入れと口の動きをよくすることの両面が大切です。

### 口の手入れをしましょう

～丁寧な歯磨き、入れ歯の手入れ、舌もきれいに～

#### ① 毎食後、きちんと歯磨き・うがいをしましょう

歯が磨けないときは、うがいなどで食べ残しがないようにしましょう。



#### ② 入れ歯は毎日はずして手入れをしましょう

見える汚れは専用ブラシで手入れし、見えない汚れを洗剤できれいに。



#### ③ 舌の掃除もしましょう

歯ブラシや舌掃除用ブラシなどで舌の手入れを。



#### ④ 定期的に歯科医の検診を受けましょう



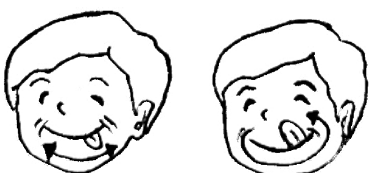
### 口の動きをよくしましょう

「お正月にお餅がのどに詰まる」などの事故は、口腔機能が衰えると起きやすくなります。

口腔体操をして、舌や口のまわりの筋肉を活性化して唾液の分泌を良くし、むせ防止をしましょう。

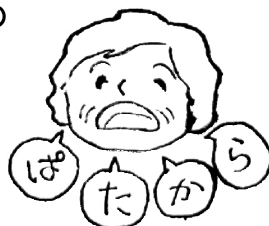
#### 1 舌の運動

舌を前に出し左右に動かす。口のまわりをなめるように回す。



#### 2 口や舌を大きく動かしながら、大きく発声する

「ぱ・た・か・ら」と発声すると舌や口の動きがアップ。



#### 3 唾液腺マッサージ

親指以外の4本の指を頬にあて、上の奥歯のあたりを後ろから前に回す。



## 相談日のお知らせ

弁護士による福祉専門相談【要予約 先着2件】	精神科医による専門相談【要予約 先着2件】
<b>■日 時</b> 1月10日(木) 午前10時～正午 <b>■場 所</b> 宇陀市社会福祉協議会 <b>■申込締切</b> 1月8日(火) <b>■申 込 先</b> 宇陀市社会福祉協議会 ☎0745-84-4116	<b>■日 時</b> 1月28日(月) 午後2時～4時 <b>■場 所</b> 宇陀市社会福祉協議会 <b>■申込締切</b> 1月21日(月) <b>■申 込 先</b> 宇陀市社会福祉協議会 ☎0745-84-4116

※弁護士・精神科医の相談日時と場所は、変更する場合があります。

## ボランティアNEWS

### 宇陀市ボランティア連絡協議会

宇陀市ボランティア連絡協議会では、会員の活動意欲を高めるために次の研修を行います。研修会は、会員以外の方も参加いただけます。興味を持たれた方は、ぜひご参加ください。

**日時：** 平成25年1月29日(火)  
午後1時30分～開始予定

**場所：** 宇陀市農林会館(榛原下井足825)

**内容：**「段ボールベッドが命を救う」

講師：Jパックス株式会社  
代表取締役 水谷嘉浩氏

研修会のご案内  
参加お待ちしております

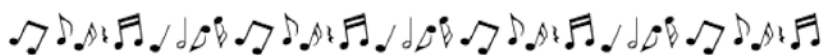
お問い合わせ先

宇陀市社会福祉協議会

TEL: 0745-84-4116

IPTTEL: 0745-88-9202

## ボランティア活動紹介⑱



### 歌声楽団『竹とんぼ』

代表者名：京地由美子 会員数：3名

いきいきサロンや特別養護老人ホーム、子育て支援グループ等で童謡・唱歌・懐かしのメロディーなどを一緒に歌いながら音楽交流を楽しんでいるグループです。メンバーはギター、マンドリン、キーボードの3人で、時にはウクレレやハーモニカ、リコーダーなどの楽器に持ち替えることもあります。トーク、手遊びリズム遊びなどをおりませながら楽しいひとときになるように心がけています。あの懐かしい音楽喫茶をよみがえらせたいと年数回、歌声サロンを開催しています。



# あなたの地域のいきいきサロン ~紹介⑳~

サロン名 麻生田いきいきサロン  
 開催場所 麻生田老人憩の家  
 対象地域 大宇陀麻生田



私たちサロンは、年4回の開催で12年続いています。軽い体操や指の運動、頭の体操や歌のほか開催時期に応じた行事も行っています。毎回「今日もお世話になります」と元気よくこやかな顔で来られる利用者さんの姿や、隣近所の人と楽しそうに話をしている姿は、私たちボランティアに元気と幸せを与えてくれます。これからも利用者さんのパワーをもらいながらボランティア一同、サロンを続けていきたいと思っています。

## リサイクル情報

★申し込みは、宇陀市社会福祉協議会までご連絡ください。  
 ☎ 0745-84-4116

宇陀市社会福祉協議会では『もったいない』そんな心を大切に、リサイクルをしています。家庭にある不用品を譲ったり、求める人の仲介を行っています。

ただし、家電製品は取り扱っておりません。

譲っていただく品物は、希望者が現れるまでご自宅で保管していただきます。

希望者が現れるまでに処分されましたら、宇陀市社会福祉協議会までご連絡ください。

☆譲ります☆

- 学習机
- 柔道着（175 cm）
- 婦人用自転車（26 インチ/前子ども乗せ付）

☆譲ってください☆

- 榛原東幼稚園制服（女子 100 cm～）
- 榛原西小学校制服（男子 130 cm、女子 130～140 cm）
- 菟田野小学校制服（男子/女子 140～150 cm）
- 榛原東小学校制服（女子 140 cm、150 cm）
- 榛原中学校制服とカッターシャツ（男子 170～175cm）
- 石膏デッサン用アグリッパ像



## 社会福祉法人 宇陀市社会福祉協議会

〒633-2221 奈良県宇陀市菟田野松井 502 番地  
 （宇陀市中央公民館 菟田野分館内）

部 署	電話番号	I P 電話	FAX 番号
総務課	0745-84-4116	0745 88-9202	0745 84-3600
地域包括支援センター	0745-84-4800		

宇陀市社会福祉協議会ホームページ  
<http://www.udashi-shakyo.jp/>

## 善 意 銀 行

宇陀市善意銀行に次の方から預託いただきました。厚くお礼申し上げます。（10/1～11/30 受付分）

- ◇「宇宙」教養講座社会見学  
参加者一同 4,650円
- ◇ 第6回農林産物品評会  
26,100円
- ◇ 匿名・・・50円切手200枚  
(10,000円分)

【問】宇陀市社会福祉協議会  
 ☎0745-84-4116