

一人ひとりを大切に ともに支え ともに生きる 共生のまち

南城市



2014.November  
No.54

平成26年  
11月1日発行

# 社協だより



子育てサロンボランティア(安里さん)  
子どもたちの笑顔に癒されています。



## あかいはね女子

南城市



わくわくふれんど

地域のお母さん達と一緒に勉強会継続中です。



読書会ボランティアトライアングル(大瀧さん)

おかげさまで芸能人並に忙しくしています(笑)



うーまくらぶ

毎週木曜日の午前中シュガー児童館で活動中です

今、あかいはね女子が全国で活躍中！共同募金の助成を受けて地域で様々な活動をしている女性ボランティアを通称で「あかいはね女子」と呼んでいます。今回は南城市の「あかいはね女子」を紹介します。

10月1日から赤い羽根共同募金運動が全国一斉に展開中です。南城市でも、様々な形で市民の皆様へのご協力を頂いているところです。すでにご協力を頂いた皆様ありがとうございます。

赤い羽根共同募金のスローガンご存知ですか？「じぶんの( )を良くするしくみ」の( )には何が入るでしょう。

①町      ②生活      ③からだ  
(答えは、どこかの頁にかくれているよ。)

# 介護の日

## 11月11日は

介護を必要とする人や、介護の仕事をしている人だけでなく、地域に暮らす一人として、社会の一員として、高齢者や障がい者等を取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から介護について考える日として制定されました。



今回は、母親と2人暮らしで、自ら障がいを持ちながらも、母親の面倒を見、なおかつ、積極的に社会参加をしている宮城明さん(65歳)にお話を伺いました。

生後3ヶ月で病気になり両足が不自由になった宮城さんは、恥ずかしさもあって、25年間は、家から一歩も出たこともなく引きこもっていたとのこと。

### 人生を変えたターニングポイントとは？

そんなある日、両親に進められて施設(更生指導所)へ入所した。そのとき初めて、自分と同じ境遇の人がいることを知り、仲間ができた。仲間と一緒にさまざまな訓練を受けて人生が開けた感じがした。あの時指導して頂いた先生には感謝してもしきれない。車の運転免許を取得する時も、学校にも通ってなかった自分たちに、一から指導、助言してくれた。そのお陰で今の自分がいると思う。

### お母さんとの日々の暮らしは？

現在、週4回のデイサービスとショートステイの介護保険サービスを受けている。食事づくり、洗濯、掃除は妹さんの担当、明さんは、妹さんが作った食事(朝食と夕食)の介助及び

話し相手をしている。自身も堀川にある「楽ワーク福祉作業所」(就労移行支援・就労継続支援事業所)へ通っている。日々の生活は、できるだけ、ただ妹さんの負担を軽減するようにできることはやっている。「妹がいるからできていくよ」と妹さんのことも常に気遣っているようだ。また、自分や妹ができない時は他の兄弟が手伝ってくれる。皆近くにいるから助かっているよ。

### 今、家族の介護に携わっている方に何か声をかけるとしたら

自分ひとりで母親の介護していたとき、どうしてもイライラして母親を怒ってしまったことがあった。こちらが感情をあらわにすると、相手も同じようになり、うまくいかないところばかり。それからはできるだけ優しくかわるようになっている。

介護保険サービス事業所の職員が良くしてくれるので、自分の時間ももてるし、とても助かっている。だから身体的なお世話については、介護保険のサービスを上手に活用しながら、家族としてできることをしてあげると良いと思います。家族としては本人の精神的な支えになることですかね。そして無理をしないってことかな。

### 最後に、宮城さんの今後の目標を聞かせて下さい。

今、仕事でエコクラフトをやっています。かばん、コースター、ティッシュケースなど、最初は大変でしたが、今はとても楽しく生きがいにもなっています。今は、その仕事の責任者として後輩の育成にも力を入れていきます。所長をはじめ皆さん理解のある人たちで、将来はいろんなエコクラフトができればいいなと思っています。また、スポーツが大好きで、ずっとスポーツはやっていきたいなあと思っています。



宮城さんは決して無理をしない。母親の介護も上手に介護保険サービスや、妹の力も借りて、できることを積極的に手伝うという具合だ。「母親が元氣な頃は苦勞をかけたと思う。障がいを持った自分をいつも氣遣い、入院した時は、毎日あるいて病院まで通ってくれた。その恩返しをしている。それは当たり前のこと・・・又、兄弟の子ども達、甥や姪が小さい頃は、よく面倒もみた。小さい頃からかわっていたので自分の障がいも自然に受け入れ、車イスの準備もごく自然にできる優しい子に育っているよ。だから介護は、子ども達も積極的に参加させた方がよい。最初は大変かもしれないが、思いやりの心は自然と育つのではないかな。」と話していた。

子ども達に最も身近な祖母や地域の高齢者、障がい者との交流の機会を設け、自然と支えあえる社会になればと感じた。

## 介護のことで困っていませんか？

認知症の人と家族の会 南部地区「みなみの会」

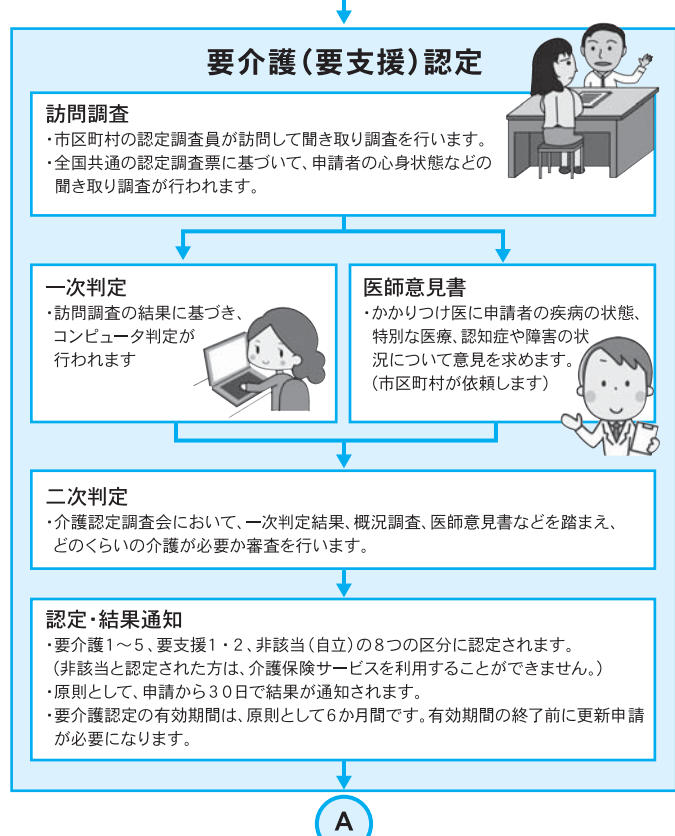
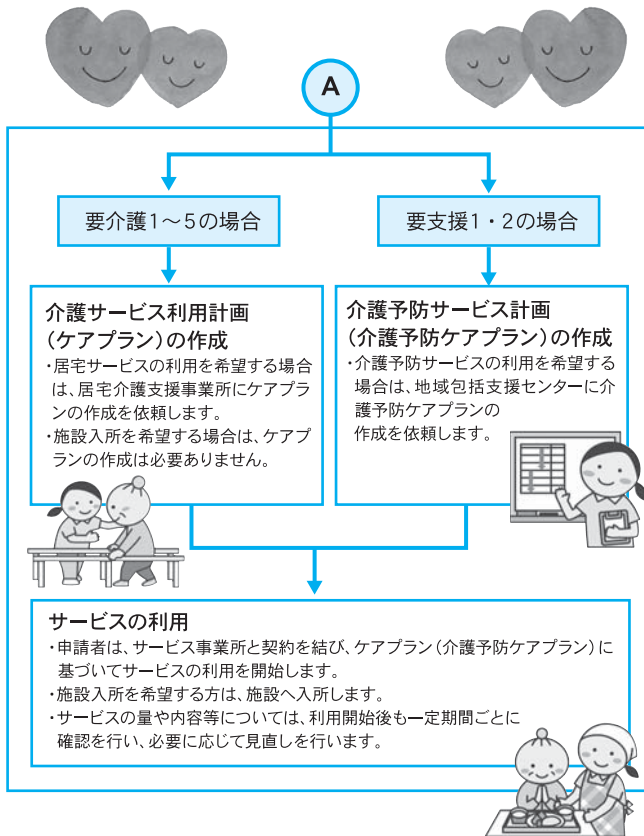
家族の毎月第四火曜日午後1時(祝日除く) 詳しくはデイサービスまいる南城市集い場所イオンタウン南城南城なんじいほろ 電話(948)7765(徳盛)

介護についての相談は地域包括支援センターへ

# ～上手に活用しよう～ 介護保険サービス

## 相談・申請

◎介護保険サービスの利用については、市区町村の介護保険担当窓口、地域包括支援センター、居宅介護支援事業者等に相談することができます。  
 ◎サービスの利用を希望する場合は、市区町村の介護保険担当窓口介護保険被保険者証を添えて「要介護(要支援)認定」の申請をします。  
 (地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、介護保険施設に申請の代行を依頼することもできます。)



# ボランティアセンター情報

## 福祉体験から学ぶ

9/30 百名小4年生

総合的な学習の一環として、「講話と福祉体験学習」を実施しました。

車いす体験を通して、「段差がわかったけど友達がちやんと声をかけてくれたので安心できた」「曲がる時も声かけをすることが分かりました」などの感想があり、介助する時の声かけの大切さを学びました。

県社協の新屋司氏を講師にバリアフリーについて身近にある点字ブロックやスロープを例にして、工夫一つで誰もが住みやすい町になることを学びました。子ども達は、「学校にもあるよ!」や「あれはそのためにあったんだあ」等の気づきがありました。

最後のまとめで、「街中で困っている方を見かけたら、勇気を出して『何かお手伝いすることはありますか?』と声をかけるようにして下さい。今日の体験を活かせば、皆さんにも出来ることあるはずですよ。」との話に大きくうなづいていた子ども達でした。



あなたの特技をいかしてみませんか? ボランティアの登録受付は ☎(882-8861) 嶺井 又は 佐久間

## 民生委員・児童委員 新たに2人委嘱

平成26年9月1日付けで新たに2人の民生委員・児童委員が厚生労働大臣より委嘱を受けました。地域住民の良き相談相手としてご活躍されることを期待しています。



島袋区  
仲村渠正子さん



新里区  
高江洲あやのさん

10月9日(木)南城市中央公民館にて、ミニデイボランティア研修(玉城地域)を開催。沖縄県社会福祉協議会、県ボランティア・市民活動支援センターの與儀あき氏を講師に招き、「一人ひとりの想いが輝くボランティア活動」と題し、30名のボランティアが参加して、各字のミニデイについてのワークショップを行いました。

日頃の活動を振り返りながら、他の人の意見もいろいろ聞けるいい機会になりました。

他の3地域でも同研修会を順次開催します。

## ミニデイ ボランティア研修 ワークショップで 意見交換



表紙の答え①

# 平成26年度 社協会員加入報告

平成26年10月24日現在



会員の種類	加入世帯・口数	会費(実績)
戸別会員	7,208世帯	3,603,600円
賛助会員	471口	471,000円
団体会員	16団体	85,000円
施設会員	25施設	185,000円
特別会員	249口	1,245,000円
合計		5,589,600円



南城市社協会員募集にあたりたくさんの皆様にご協力を賜り厚くお礼申し上げます。  
ご加入頂きました会員の皆様の気持ちを大切にしながら、南城市社協が実施する地域福祉活動事業の財源として有効に活用させていただきます。

今後とも、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。誠にありがとうございました。

## 戸別会員 3,603,600円 (7,208世帯)

字名	加入世帯	金額(円)	字名	加入世帯	金額(円)	字名	加入世帯	金額(円)	字名	加入世帯	金額(円)
津波古	393	196,500	具志堅	50	25,000	志堅原	100	50,000	当間	164	82,000
小谷	86	43,000	知念	146	73,000	堀川	60	30,000	仲程	136	68,000
新里	188	94,000	吉富	53	26,500	富里	75	37,500	大里分譲住宅	29	14,500
兼久	116	58,000	久手堅	83	41,500	當山	88	44,000	大里団地	5	2,500
佐敷	161	80,500	安座真	118	59,000	屋嘉部	60	30,000	高宮城	49	24,500
手登根	196	98,000	知名	185	92,500	糸数	121	60,500	銭又	44	22,000
伊原	45	22,500	海野	83	41,500	喜良原	64	32,000	平川	87	43,500
屋比久	45	22,500	久原	111	55,500	船越	245	122,500	稲嶺	129	64,500
外間	31	15,500	久高	37	18,500	愛地	92	46,000	大里グリーンタウン	386	193,000
仲伊保	89	63,000	県営知念団地	39	19,500	前川	143	71,500	目取真	149	74,500
富祖崎	126	44,500	親慶原	240	120,000	西原	38	19,000	湧稲国	110	55,000
新開	248	124,000	垣花	42	21,000	南風原	84	42,000	大城	204	102,000
つきしろ	80	40,000	仲村渠	68	34,000	平良	62	31,000	稲福	74	37,000
県営団地	19	9,500	百名	149	74,500	嶺井	123	61,500	真境名	64	32,000
県営第二団地	34	17,000	新原	37	18,500	嶺井団地	73	36,500	大里第2団地	29	14,500
県営仲伊保団地	27	13,500	玉城	60	30,000	古堅	88	44,000	大里ニュータウン	40	20,000
志喜屋	143	71,100	中山	31	15,500	福原	90	45,000			
山里	59	29,500	奥武	163	81,500	島袋	122	61,000			

# 平成26年度 社協会員加入報告

## 賛助会員 471,000 円 (471 口)

単位:円

南城市役所	199,000	佐敷幼稚園	2,000	南城市農業委員会互助会	22,000
南城市区長会	67,000	久高幼稚園	1,000	大里郵便局	5,000
みどり保育所	8,000	玉城小学校	5,000	航空自衛隊知念分屯基地	5,000
わかば保育所	8,000	馬天小学校	2,000	陸上自衛隊知念分屯地	5,000
大里南幼稚園	3,000	佐敷中学校	26,000	南城市社会福祉協議会 非常勤職員	78,000
大里北幼稚園	2,000	玉城中学校	3,000	その他	2,000
玉城幼稚園	5,000	島尻消防・清掃組合	23,000		



介護入門講座

## 団体会員 85,000 円 (16 団体)

単位:円

南城市商工会	10,000	南城市身体障がい者福祉協会	5,000	玉城民生委員児童委員協議会	5,000	J A おきなわ知念支店	5,000
南城市老人クラブ連合会	5,000	南城市青年連合会	5,000	大里民生委員児童委員協議会	5,000	J A おきなわ大里支店	5,000
南城市手をつなぐ育成会	5,000	南城市母子寡婦福祉会	5,000	佐敷民生委員児童委員協議会	5,000	J A おきなわ佐敷支店	5,000
南城市女性会	5,000	知念民生委員児童委員協議会	5,000	J A おきなわ玉城支店	5,000	南城市知念漁業協同組合	5,000

## 施設会員 185,000 円 (25 施設)

単位:円

めばえ保育園	10,000	以和貴保育園	5,000	特別養護老人ホーム小谷園	10,000	障害者支援施設 つきしろ学園	10,000
さしき保育園	5,000	知念あさひ保育園	5,000	特別養護老人ホーム朝日の家	10,000	介護老人保健施設 おおさと信和苑	10,000
馬天保育園	5,000	小羊保育園	5,000	児童養護施設 島添の丘	10,000	障害者療護施設 仁愛療護園	10,000
船越保育園	5,000	めだか保育園	5,000	障がい者支援施設 玉川園	10,000	株式会社	5,000
あおぞら保育園	5,000	特別養護老人ホームしらゆりの園	10,000	障がい者支援施設 鶴生の叢	10,000	南城福祉会	5,000
あおぞら第2保育園	5,000	特別養護老人ホーム東雲の丘	10,000	介護老人保健施設 真徳苑	10,000	楽ワーク福祉作業所	5,000
パンピ保育園	5,000						

## 特別会員 1,245,000 円 (業者・篤志家 249 口) 敬称略

単位:円

株エマオ	20,000	㈲ドリム印刷	10,000	東洋自動車サービス	5,000	㈲大満土建	5,000
株技建	20,000	㈲国際事務機	5,000	株芝岩エンジニアリング	5,000	㈲サン冷熱	5,000
㈲新垣自動車整備工場	10,000	琉球ゴルフ倶楽部	5,000	株盛設計	5,000	㈲宮大産業	5,000
上原浩一司法書士事務所	10,000	琉球銀行佐敷支店	5,000	一般財団法人 沖縄県環境科学センター	5,000	アイリース	5,000
株東部電気土木	10,000	㈲東部重機	5,000	株正太商事工業	5,000	前川電気	5,000
㈲アドーン開発	10,000	タビック沖縄 ㈲ユインホテル南城	5,000	アトム印刷	5,000	アートル歯科	5,000
大志モータース	10,000	㈲南栄自動車	5,000	屋比久建築設計室	5,000	さしき歯科	5,000
株リフレッシュ沖縄	10,000	㈲つつみ	5,000	宮城1級建築士事務所	5,000	東峰自動車	5,000
沖縄県メモリアル整備協会	10,000	㈲大城ブロック工業	5,000	㈲ディーランド	5,000	株沖縄工設	5,000
新垣事務機	10,000	㈲あかつき衛生	5,000	カーメンテナンス百名	5,000	勢理客 徳助	5,000
㈲愛地モータース	10,000	きゃん司法書士事務所	5,000	㈲モダン広告	5,000	高良 昇	5,000
株第一建設	10,000	与那嶺ストアー	5,000	㈲西原農園	5,000	吉田 勝廣	5,000
旭堂商事株	10,000	㈲海西工業	5,000	合資会社 沖縄つやげん	5,000	城間 勝美	5,000
トーマ産業株	10,000	㈲南風原印刷	5,000	具志堅土木	5,000	金城 里美	5,000
みなみ耳鼻咽喉科	10,000	光建設株	5,000	㈲エースプロジェクト	5,000	照喜名 朝武	5,000
みなみ野クリニック	10,000	㈲儀武組	5,000	新報トラスト株	5,000	比嘉 久美	5,000
㈲徳吉組	10,000	㈲沖広販	5,000	株沖縄県食肉センター	5,000	當眞 光子	5,000
㈲ユアビス測量設計	10,000	一般財団法人 沖縄電気保安協会	5,000	株沖縄綿久寝具	5,000	嶺井 朗	5,000
沖縄メディカル病院	10,000	㈲南土木設計	5,000	株シルバーサービス沖縄	5,000	社協理事監事	55,000
㈲若葉印刷	10,000	琉球食糧株	5,000	南城歯科クリニック	5,000	社協正職員	85,000
㈲栄開発	10,000	農業生産法人 株仲善	5,000	南城つはこクリニック	5,000	匿名(個人1・業社8)	555,000
㈲チャーリーレストラン	10,000	千栄タイヤ	5,000				



子育てサロン「笑いヨガ」



区長、民生委員、社協三者連絡会



福祉用具の貸出

この社協だよりは、赤い羽根共同募金・社協会費の配分金により作成されています。

ひろ子が行く! **ふれあいミニデイ訪問記**  
 ~木曜日の巻~

利用者に聞きました「ミニデイサービスって何？」

「はっさ！近所の公民館でみんな楽しく過ごすことさ〜。ちゃっさうむさくとう」最高の答え！

いつも笑いの絶えないミニデイです。おなかを抱えて笑うこともしばしば。私たち職員が元気とパワーを頂いている気がします。

あなたの地域でも参加者やボランティアさんを常時募集してますよ〜 気軽に地元の公民館をのぞいてみませんか!?

さぁ〜今回はどんな笑顔にあえるかな？  
こんにちは、花城です♡



大 城

ちょっと緊張してますか!?

盛り上げ上手の大城区で〜す!



稲 嶺

はい出た!ピンゴ〜♪



前 川

今日も一日リフレッシュ♪



糸 敷

美童花遊び〜♪



つきしろ

ゲームを終えてお茶タイム中!



久 原

ナイススマイルですよ〜(´\_`)/



手登根

うり!入っちゃんど〜

自分の事のように大喜びで〜す。



仲伊保

新ゲームガラッキーに挑戦中!



南風原

上りされるかな?フウ〜 (笑)

地域	字 名	実施日	実施時間
大里	稲 嶺	毎週	10時~16時
	稲 福	毎週	10時~16時
	大 城	毎週	10時~16時
	南風原	毎週	14時~16時
玉城	糸 敷	第1	10時~13時
	屋嘉部	第3	10時~13時
	前 川	第4	10時~13時
佐敷	仲伊保	第1・3	10時~16時
	つきしろ	第2・4	10時~16時
	手登根	第2・4	10時~15時
知念	志喜屋	第1・3	9時~13時
	久 原	第2・4	9時~13時



志喜屋

はい!今度は2ゲート通過よ〜



稲 福

ボランティアが居なくても自分たちで♡



「屋嘉部区」手作りメニュー紹介



屋嘉部

美味しい食事!みなさんで頂きま〜す♡

\*次号は、金曜日の開催地域を紹介しますね〜(笑)

# カジマヤー・米寿 おめでとうございます!



新里 ツルさん



糸数 方建さん



城間 文弼さん

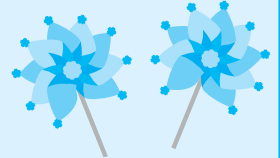


内間 新三さん



内間 久美子さん

皆様よりカジマヤー・米寿を記念して南城市社協へ寄付がありました



## 米の高坂や 楽々と登て風車に中ゆくい 百二十歳までいん

(米寿への急な坂道も楽々と登って、白寿も中間地点、120歳までもお元気で!)



## ご寄付ありがとうございました。



	日付	寄付者ご芳名	金額(円)	住所	摘要
一般寄付	9月26日	新里 ツル 様	30,000	南城市佐敷字新開	カジマヤー祝記念寄付金として
	10月3日	糸数 方建 様	50,000	南城市字つきしろ	カジマヤー祝記念寄付金として
	10月16日	城間 文弼 様	50,000	南城市玉城字仲村渠	カジマヤー祝記念寄付金として
	10月20日	内間 新三・久美子 様	100,000	南城市知念字久高	米寿祝記念寄付金として
香典返し	9月8日	照喜名 千代子 様	50,000	南城市知念字知名	故次男 朝則様の香典返しとして
	9月10日	真栄城 喜佐子 様	100,000	南城市佐敷字伊原	故夫 勇様の香典返しとして
	9月11日	新垣 茂 様	50,000	南城市大里字仲間(当間)	故母 トミ様の香典返しとして
	9月16日	運天 先睦 様	50,000	南城市知念字海野	故妻 美佐子様の香典返しとして
	9月22日	安里 昌之 様	30,000	南城市佐敷字津波古	故弟 昌武様の香典返しとして
	9月30日	田場 春子 様	50,000	南城市知念字吉富	故夫 典徳様の香典返しとして
	9月30日	仲村 安正 様	50,000	南城市佐敷字富祖崎	故妻 トミ様の香典返しとして
	10月1日	鈴木 純子 様	50,000	南城市大里字古堅	故母 野原壽子様の香典返しとして
	10月21日	嶺井 修 様	100,000	南城市玉城字當山	故母 照子様の香典返しとして
	10月27日	津波 認 様	100,000	南城市大里字大里(南風原)	故母 静子様の香典返しとして

社会福祉協議会の事業はお寄せいただいた多くの寄付金等によって支えられ実施しています。



照屋盛宏氏  
(元裁判所調停員)



上原浩一氏  
(司法書士)

### 法律相談(無料)要予約 TEL 882-8861

### 時間:午後2時~午後4時(1日3件 1件40分以内)

相談予定日	場所
11/20(木)	知念社会福祉センター
12/4(木)	老人福祉センター(佐敷)
12/18(木)	福祉センター(玉城)
1/15(木)	総合保健福祉センター(大里)

ご予約は  
お早めに!

## 実習生

沖国大3年  
知名祐利奈さん



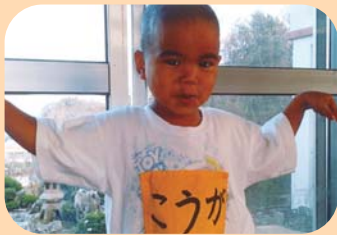
約一ヶ月とても恵まれた環境で充実した実習を終えることができました。社協の展開するミニデイやがんじゅう教室、子育てサロンなど様々な事業への参加や社協と連携している機関や団体の各関係機関の調整や話し合いにも同行させていただき、座学では学ぶことのできない社協の事業内容や地域福祉のことについて学び知識を深めることができました。

この貴重な実習で学んだことを今後の学習・活動等で活かしていきたいと思います。社協職員のみなさんお忙しい中実習を受け入れていただき本当にありがとうございました。



## 手をつなぐ育成会 全国会長賞 受賞 おめでとう!

玉城はつなさん(南城市手をつなぐ育成会大里支部会長)は、これまで常に会の先頭に立ち、会活動及び作業所の立ち上げなどに尽力された功績が認められ、この程「手をつなぐ育成会連合会全国会長賞」を受賞されました。「多くの会員の皆さんと、家族の理解・協力もあって活動が続けられています」と話すはつなさん。これからも健康に留意され、ますますご活躍されることを期待しています。



# 我が家の子育て

No.53

結婚して何年目ですか？

7年目です。

子育ての役割分担は？

お風呂や遊びはお父さん。  
それ以外はほぼお母さん。

子育てしていて一番印象に残っている出来事は？

次男が生まれて初めて弟を抱っこした長男が、あまりの小ささに「赤ちゃん手がないよー」と袖口を覗いて小さな手を見てホッとした表情をうかべていたこと。

子育てで一番大事にしていることは？

のびのびと子育てを楽しむ。

我が子に願うことは？

健康第一・思いやりのある子。

奥様からご主人に一言

子ども達を遊ばせたり、いろんな経験をさせてくれていつもありがとう。これからも子ども達が大好きなお父さんでいて下さい。たまには宿題の丸付けもして下さい(笑)



ご主人から奥様に一言

子育てと家事をいつもありがとうございます。これからもよろしくお願ひします。

今回登場してくれたのは長田ファミリーです。弟が生まれてますますお姉ちゃん、お兄ちゃんらしくなっただしょうね。



なが た かず ひろ れ お な  
長田 一宏 玲緒奈

ない き こう が ひろ あ  
乃姫(9歳) 宏河(3歳) 宏吾(1歳)

知念字久手堅

健康運動指導士

さとしのワンポイント

## トレーニング〜

〜姿勢を意識しよう たーち②〜



こんにちは。少しずつ風も冷たくなり、沖縄もようやく秋らしくなってきました。カラダが冷えてしまうと、カラダも丸くならずしませんか。

そんな姿勢の状態が続くと、呼吸も浅くなりやすく、酸素もカラダにまわりません。酸素は人が生きてく上では欠かせない存在です。

そんな時にこのエクササイズで、姿勢を正し、カラダ中に酸素を巡らせて寒さに負けないカラダを作っていきませんか？



① 楽に仰向けになります。膝を曲げます。手は広げるようにします。



② 膝を左右にゆっくり倒します。肩が離れないようにしましょう。(背中辺りの背骨を動かします)



③ 余裕がある場合は足を浮かせて左右に倒してみます。ウエストのシェイプアップにもなります。

※腰や肩が痛む場合は控えるようにしましょう。

※定期的に図の運動を行い、カラダのバランスを改善していきましょう!

### 編集後記

▽「介護の日」を皆さんご存知でしたか？いい日いい日のゴロにあわせて制定されたようですが、改めて在宅介護について考える機会となりました。

▽一人暮らしをしている親のことがいつも気になりながら元気でいることが当たり前と思っている自分に時々はっとする場面もしばしばあり反省しきりの日々です。

▽「あなたも私の歳になったらわかるさ」が口癖の母親。その気持ちに寄り添っていきけるように心がけようと思えます。

▽親思う心に勝る親心

### 南城市社会福祉協議会

知念支所 TEL 948-7659  
FAX 948-7990

玉城支所 TEL 948-3076  
FAX 948-3705

佐敷支所 TEL 947-3233  
FAX 947-3031