

# ほほえみ

令和7年1月発行 No.103

社会福祉法人  
ぎやま市社会福祉協議会

〒811-5316 長崎県壱岐市芦辺町諸吉大石触179-2  
壱岐島開発総合センター内

☎0920-45-0048 FAX 0920-45-0068



郷ノ浦支所☎47-0132 勝本支所☎48-3222  
芦辺支所☎45-2378 石田支所☎44-6150  
ホームページ <https://ikicity-csw.jp/>



## 晴天の中、歩くことを楽しみました

### 芦辺町老人クラブ・レクリエーション大会

## CONTENTS 目次

P 2 新年のご挨拶

P 3 介護相談窓口紹介

P 4 Gotoウォーキング・ボランティアの集い

P 5 県社協会長・九社連会長表彰・福祉体験筒城小、  
勝本小、鯨伏小、石田小

P 6 サロン紹介・お元気さん・職員紹介

P 7 ご寄付のお礼・プレ文化祭報告

はつらつ元気塾・職員募集・心配ごと相談・雑談・  
ほほえみの1枚



# 令和7年 新年のご挨拶



社会福祉法人 吉岐市社会福祉協議会

会長 末 永 榮 幸

新年あけましておめでとうございます。

会員ならびに市民の皆様には、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、吉岐市社会福祉協議会の地域福祉活動推進には、格別のご支援ご協力を賜り衷心より厚く御礼申し上げます。

併せて、共同募金・災害義援金・奉賛会募金の各募金活動の推進並びに、会員増強支援協力・多額のご寄付など、感謝に堪えない次第であります。

本年は、私たちが住む地域では、新型コロナウイルス感染症は、令和五年五月八日から、「五類感染症」に移行されましたが、コロナウイルス感染症で希薄になった地域での繋がりは、依然として回復がなされていない環境にあります。よって、地域での孤立に気づき、つながり、つなげる、見守る「地域共生社会」の実現に向けた、地域福祉活動を積極的に推進する所存であります。

一方、加齢とともに心身が老い衰える状態を「フレイル」と呼ばれ、要介護状態に陥る危険性が高い訳ですが、早く介入して、対策を行えば元の健康に戻る可能性があると云われています。そこで、社会福祉協議会では、サロンの組織の増強を重視し、「フレイル」予防に積極的に取り組み、社会福祉法人としての価値観の発揮に、役職員一同努力してまいる所存であります。

本年も、市民皆様のご支援ご協力を賜りますようよろしくお祈りを申し上げます。

本年が、皆様にとりまして、素晴らしい年でありますようお祈りを申し上げます、新年のごあいさつといたします。



# 介護の相談を できるところ が知りたい



突然、家族がけがをしたり病気になったりして介護が必要になります。  
その時、悩みを抱え込むのではなく、社協地域福祉課に相談を行って介護の悩みに向き合うことが大切です。

**社協では、介護の相談をできる体制ができています。**

## 包括支援センター相談窓口

介護の悩みに対して最初に相談に対応してもらう窓口です。

介護保険、生活支援業務を数多く関わっている相談員が状況を確認し、状況に合わせたアドバイスができる体制になっています。



## 介護支援専門員

介護保険制度で認定が出たとき、本人の状況を見て介護のプランを立てます。

## 相談支援専門員

障害児・障害者の意向を踏まえて、障害福祉サービス利用支援などを行います。



**介護の悩みがあれば、まずはお電話してご相談ください。**

**吉岐市社会福祉協議会 本所 45-0048**

地域福祉課（担当 吉本、吉田、下條、堤）



# GoTo ウォーキング大会

芦辺町老人クラブ

12月4日(水)吉岐島開発総合センター周辺にて開催し、約100名の参加がありました。

ただウォーキングするだけでなく、4か所のチェックポイントでは脳活トレーニングを取り入れ、ゴール後は健康指導、お楽しみ抽選会もあり、工夫を凝らした楽しいウォーキング大会となりました。



## 「令和6年度 吉岐市ボランティアの集い」 開催



12月5日(木)吉岐島開発総合センターにて、各地区老人会、ボランティア団体、民生委員等、のべ100名以上の参加者がありました。

日本赤十字社長崎県支部から榊山智子様はじめ3名の講師の方々に来てもらい、「避難所での感染予防・感染後の対応について」「AEDの使用方法・避難所での緊急時の対応について」講演、実技指導をしてもらいました。

災害が起きる前から、体力をつけて免疫力を高めていくことなど日頃の体調管理が大事だという事などを聞きました。後半は、心臓マッサージ、AEDの操作について救急車到着までの実技をして命の大切さに大変有意義な時間となりました。

## 長崎県社協会長・九社連会長表彰

永年勤続者に対する長崎県社会福祉協議会会長表彰及び、九州社会福祉協議会連合会会長表彰があり、下記の方が表彰されました。

### 【長崎県社協会長表彰及び九社連会長表彰】

- 施設・社協職員功労者  
(施設・社協職員として功績顕著で15年以上在職)

壱岐市社会福祉協議会	山口 直美 様
壱岐市社会福祉協議会	山田 初美 様
壱岐市社会福祉協議会	篠崎 佐恵 様
壱岐市社会福祉協議会	田町 優子 様



## 福祉体験

アイマスク体験、車いす体験を行い支援してもらう側、支援する側を経験してもらいました。

アイマスク体験では、介助の仕方など説明し、実際に歩いてもらいました。普段は何でもない階段がとても怖く感じ腰がひけ、怖かったと話をする児童もおられました。

車いすでは、車いすの扱い方の話をしてから実際に動かしてもらいました。押しってもらう時、後ろ向きで段差を乗り越える時は怖い事や移動が速く感じたと話してくれる児童もおりました。それぞれの立場に立って色々考える事ができたようです。

11/5  
筒城小



11/15  
勝本小



11/26  
鯨伏小



12/6  
石田小



ふれあい

いきいきサロン 58

諸吉生きがいサロンⅡ

開催日時 年間15回

開催場所 諸吉本村公民館

・平成28年4月結成・メンバー 13名

包括支援センター・社協より協力頂き介護予防教室・はつらつ元気塾により、健康教室運動等受講しアンチエイジングにつとめ、正月は島内の神社参拝で、健康長寿を、お祈りしてます。

スポーツもラダーゲッター・ポッチャ・モルック・ダーツ等と新しいものにもチャレンジして楽しんでいきます。



お元気さん

石田町

江川 静枝さん

93歳(昭和6年生まれ)

○元気の秘訣は？

毎日、好き嫌いなく何でも食べることに。畑に出て野菜作りや草取りをして体を動かしていること。

○日々の過ごし方は？

ほとんど畑に出て野菜作ったり、出来た野菜の収穫したり、草取りをしています。

○今一番の楽しみは？

植えた野菜が日々大きくなっていくのが楽しみです。月一回の老人会(クラブ)に行くのも楽しみです。

○一番の思い出は？

婦人会に入っていた頃、色んな所に仲間と旅行したことです。

畑仕事と草取りが大好きだと、とても明るく元気な江川さん。これからも元気に畑仕事に野菜作りをさせて下さい。



● 社協で働きたいと考えている方へのメッセージをこの仕事をはじめ特にコミュニケーションの大切さを実感しています。人生の大先輩の方々の話するのはとても勉強になり人生の糧になりますよ。

● 休日は何をして過ごしていますか？ 土日は色々な場所でイベントが行われているため、子供たちを連れて参加しています。吉岐で子供たちがのびのび成長してくれていることが本当に嬉しいです。

● 主な仕事の内容・その魅力は何ですか？ 福祉用具専門相談員の仕事をしています。利用者・ご家族、医療介護機関の方々と多くの方と関わるため、色々な経験をさせてもらえるやりがいある仕事です。

● 社協を選んだ理由は何ですか？ 私は家族を連れて3年ほど前にUターンしました。吉岐に帰ってからは地域貢献できる仕事がないという思いが強かったので、社協を選びました。

社協で働いています



芦辺支所 福祉用具貸与事業

芦辺町 池内 健治さん

(41歳)



# はつらつ元気塾のご案内

2月～3月の予定

◎参加は無料です。(ただし内容によっては利用料をいただく場合あり) 送迎：往復100円(先着9名) 送迎コースは下記記載  
 【参加対象】おおむね60歳以上で会場まで来所できる方  
 【開催時間】午前10時～11時30分  
 ★都合により内容が変更になる場合があります★

**郷ノ浦会場 吉岐の島ホール(吉岐文化ホール)**

初山～片原、神田～渡良浦、黒崎入口～柳田

2月4日(火)	健康体操
2月18日(火)	お口の体操
3月4日(火)	元気体操
3月18日(火)	フレイル予防

**勝本会場 勝本町かざはや**

勝本浦、湯の本～本宮仲触

2月6日(木)	モルック
2月20日(木)	脳活ゲームと笑いの体操
3月6日(木)	フレイル予防
3月27日(木)	脳トレエクササイズ

**芦辺会場 芦辺町つばさ**

芦辺浦、箱崎～瀬戸浦

2月7日(金)	終活講話
2月21日(金)	タオルでストレッチ
3月7日(金)	レクリエーションと軽スポーツ
3月21日(金)	モルック

**石田会場 石田農村環境改善センター**

2月5日(水)	タオルでストレッチ
2月19日(水)	AGE測定/栄養講話
3月5日(水)	脳活ゲームと笑いの体操②
3月19日(水)	嚥下について

◎この教室は、社協が吉岐市より委託を受けて実施しています。

## 令和6年度 心配ごと相談所 ～開設予定表～

悩み事、心配事などお気軽にご相談ください。  
相談は無料です。秘密は厳守します。

開催日	相 談 会 場
2月18日(火)	・郷ノ浦町デイサービスセンター
3月11日(火)	・勝本町かざはや

※法テラス吉岐、ひまわり基金法律事務所による弁護士無料相談有り。

- **開設日** 毎月第2火曜日
- **開設時間** 午前9時～午前11時
- **利用方法** どなたでも、支所問わずご利用できます。  
電話での相談も可能です。
- **相談員** 山内義夫 松野周司 大桑啓雅  
※詳しくは本所(☎45-0048)へお問い合わせください。



## 吉岐市社会福祉協議会 調理スタッフ募集中!

未経験者歓迎!

一緒に働こう!



**仕事内容**：調理・皿洗い・弁当配達など  
**時 給**：1,000円 ※通勤手当・処遇改善加算手当等あり  
**勤務時間**：8：30～17：15の間の4時間以上  
**募集年齢**：64歳以下  
**必要資格**：普通自動車免許(AT限定可)  
 ※厨房経験、栄養士、調理士免許あれば尚可  
**勤務場所**：社協各支所いずれの勤務地でも可能な方

**連絡先** 吉岐市社会福祉協議会 ☎45-0048  
 長崎県吉岐市芦辺町諸吉大石触179番地2

## ほほえみの一枚



石田通所介護

○ **正 誤**  
 ○久保田恒徳 会長  
 ○久保田恒憲 会長

お詫びと訂正  
 11月発行ほほえみの「郷ノ浦町老人クラブ活動」の欄で記事に誤りがありましたので、掲載しお詫び申し上げます。

仕事を嫁業、妻業、母業と忙しい毎日ですが、毎月趣味の学びの時間を確保することを頑張っています。(S・Y)

体力づくりのために週末は家族一緒に近所を散歩しています。もう少し歩数が増えるように頑張りたいです。(Y・M)

◎今、頑張っています

雑談