

こころんねっど

第19号

「相談窓口」を利用しよう！



松栄学区の皆さん(市営住宅松風荘の集会所にて)



滝川学区の皆さん(滝川コミュニティセンターにて)

生活の中で起こるさまざまな困りごとや悩みごとを、気軽に相談できる「相談窓口」が、昭和区内で続々とスタートしています。今回は、「松栄学区」「滝川学区」の相談窓口の取り組みを紹介します。

特集

P4～です

もくじ

健康長寿のトップランナー	2
若いパワーで地域を変える!	2
地域の一番星	2
玉腰先生の ココロまんぷくお料理レシピ	3
みかちゃんの ゴーイングマイウェイ	3

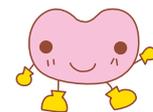
特集

相談窓口が続々オープン!	4～5
伊藤会長就任あいさつ	6
新聞エコバッグ作りの達人	6
推進協発! 福祉のたねまき	6
しょうわ 町・名・散・歩	7
社協からのお知らせ	7
投稿王国	7
講座・案内・寄付	8

社会福祉協議会ってなに?

社会福祉協議会は、誰もが安心して暮らすことのできる昭和区のため、住民のみなさんと一緒に福祉活動を計画し、実施していく民間の団体です。

マスコットキャラクター「こころん」



あたたかい心で
福祉のタネをまく

イメージから生まれました。

健康長寿のトップランナー

元気なシニアの“若さの秘けつ”を突撃レポート！

昭和三区老人クラブ連合会会長 谷田正雄さん

昭和三区老人クラブ連合会の会長や昭和三区安心・安全で快適なまちづくり推進協議会員など、地域の要職を歴任する谷田さん。パワフルな行動は、かつて草野球やハイキングで鍛えた体力のたまものです。



岩倉市に生まれ、昭和三七年から名古屋在住。近鉄の宣伝広報担当として活躍し、旅行ポスターやチラシのデザインなどに活躍しました。

退職後、平成九年に老人クラブに加入。平成二二年から昭和三区老連の会長に就任し、活動の先頭に立っています。「老人クラブはみんな仲が良いので楽しいですよ」と、顔をほころばせます。

丈夫な足腰で、食欲も旺盛。その健康の秘けつは、毎日欠かさないお風呂でのマッサージです。「頭部やけい動脈、手指。そして第2の心臓といわれる足裏のマッサージを、入念に行います」

「年の功か、性格はずいぶん丸くなりました」と言う谷田さん。「これからも若々しく、楽しく活動していきたいですね」と、笑います。



広告マンだった経歴を生かし、凝った年賀状を作るのが谷田さん流。どれも素晴らしい出来ばえ。

若いパワーで地域を変える

ボランティア活動でかがやく昭和三区内の学生サークル・団体を紹介します。

円上中学校生徒会

熱心なボランティア活動が伝統として受け継がれている円上中学校生徒会。毎年、うちわやプランターなどを作り、ヒューマンライフケア滝子の湯や昭和三区デイサービスセンターといった福祉施設に寄贈しています。今年度は、手作り楽器をプレゼントしました。

前生徒会長の横山友恵さんは「生徒全体に呼び掛けてペットボトルを集め、中に小豆を入れてマラカスを作りました」。マラカスは50個ほどでき、テープなどでカラフルに飾り付けて仕上げました。



施設での交流会では、管弦楽部の演奏やCDから流れる音楽に合わせて、利用者の方にマラカスを振ってもらいました。その楽しげな姿に「作って本当によかったと感じました」と、前副会長の名和優花さんは言います。

交流会では連想ゲームなども行い、世代間交流も満喫。「人生の先輩の話聞いて、勉強になりました」と、全員が笑顔です。



円上中学校前生徒会の皆さん

昭和三区 地域の一番星

昭和三区内で福祉にがんばる人々をリレーで紹介します。

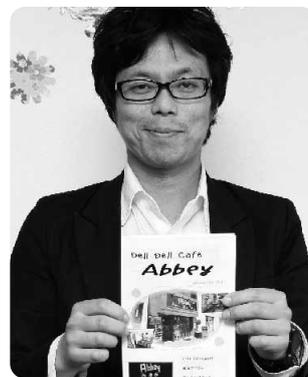
デリデリカフェアビー 代表 清水崇志さん

誰もが楽しめる「ゆったり時間」を提供

平成二三年九月にオープンしたばかりのおしゃれなカフェ。障がい者の就労支援をサポートする店で「自然な味わいを大切にしたいフードが自慢です」と、代表の清水崇志さんは言います。

1階が手作り惣菜の持ち帰りコーナーで、2階がゆったり過ごせるカフェスペース。宅配も行なっています。店内にはカーペット敷きのスペースや多目的和室も完備しているので「ゆったり過ごせ、小さなお子さん連れも大歓迎です」と、清水さん。

この店のもう一つの目的は、『まちの中の居場所づくり』です。「年齢や障がいの有無に関係なく、安心して過ごせる、縁側のような場を提供したいですね」と、清水さんは笑顔を見せます。今後、各種イベントや教室なども企画するそうで、今後の展開が楽しみです。



ランチは「日替わりパスタ」(880円)と「日替わり9種弁当」(1,000円)など

Deli Deli Cafe Abbey(デリデリカフェアビー)
昭和三区川原通8-37-2 TEL:052-753-6091
営業時間:午前11時~午後10時 無休
<http://www.abbeycafe.jp>



手軽につくれて
栄養たっぷりの
レシピを
ご紹介します!

玉腰先生の **ココロまんぷく**

お料理レシピ

vol.19 ほっかほっか! シチュー鍋



寒い季節はみんなでワイワイ、シチュー鍋で心も身体もほっかほかに!!
子どもが大好きなクリームシチューをベースに、コラーゲンたっぷりの
手羽としょうがの入った、簡単で栄養満点な鍋です。

【材料 4人分】

- ・市販のクリームシチューのルー 1/2箱
- ・水 500cc
- ・豆乳(または牛乳) 150cc

<具材>

- ・鶏手羽 8本
- ・ソーセージ 8本
- ・白菜またはキャベツ 1/4玉
- ・かぼちゃ(小) 1/4個
- ・にんじん(中) 1/2本
- ・しょうが 1~2かけ

【作り方】

1. 鍋に水500ccと、鶏手羽、千切りにしたしょうがを入れ、アクを取りながら10~15分煮る。
2. ざく切りにした白菜を1.の中に入れ、しんなりしたらソーセージと薄切りにしたかぼちゃ、ピーラーで薄くりボン状にしたにんじんを加えて煮る。
3. 具材に火が通ったら火を弱め、シチュールーを入れ、さらに豆乳(牛乳)を加えて軽くともみが付いたら出来上がり。

ポイント!

最後のシメは、
ご飯とチーズを
加えてリゾット
風にお楽しみく
ださい!

玉腰明子(管理栄養士)

みかちゃんの ゴーイングマイウェイ

第9回 えらんでいいよ

画：琴子



作者しようかい●琴子:成人になってからアスペルガー症候群(自閉症の傾向はあるが知的障害を伴わない)の診断を受ける。みかちゃんは自分の分身。



特集

相談窓口が続々

松栄学区の取り組み



松栄学区福祉推進協議会会長の伊藤正弘さん

昔からの住民と新しい住民の割合が半々という松栄学区。行事が活発で、普段から住民同士の絆が強い地域といわれています。ここで「地域力を一層高めようとの思いから、相談窓口を始めることにしました」と、松栄学区福祉推進協議会会長の伊藤正弘さんは言います。

松栄学区では、市営住宅松風荘の集会所で高齢者が集う「松風サロン」を開催しています。その中で、日頃から「高齢者なので、窓ガラスの防災フィルムが貼れない」など、困りごと相談が出ていました。そんな要望の高まりが、相談窓口開設のきっかけになりました。

相談窓口は1月27日(金)から始まっています。

「電話で相談を受け、その内容ごとにボランティアや行政の窓口で作業を依頼します」と、相談員の榎澤明さん。松栄学区は面積が広く「まずは市営住宅松風荘の周辺を対象に行きます。そこから少しずつ地域を広げていきます」と、意欲満々です。



相談員の榎澤明さん

地域の助け合いをサポートする、相談窓口が、区内で続々と開設されています。その活動の主旨と具体的な取り組みを、松栄学区と滝川学区で取材しました。

シルバーパワーの活用も、相談窓口の大きな目的です。「地域の役に立ちたいけれど、どうすればよいかわからない人の受け皿になれば、地域のパワーアップにもつながります」と、榎澤さんは期待を寄せます。

松栄学区の今年のテーマは「総合力」。今年も、もちつき大会や文化祭など行事が目白押しです。その一方、細やかな暮らしのサポートを担う相談窓口は、地域活性に必要な両輪といえます。

「ちょっとした困りごとの相談に乗ることで、より住みやすい地域にしていきたいですね」と、伊藤さんは笑顔を見せます。

松栄学区相談窓口

専用電話で、
毎週水・金曜日 午後1時～4時
学区の皆さまには町内回覧で詳しいことをお伝えしていきます。



たまり場プロジェクトチーム企画「たまり場交流会」開催!

11月4日(金) 昭和区社会福祉協議会で今年度の「たまり場交流会」が開催され、たまり場主催者から21名、昭和区ボランティア連絡協議会(ボラ連)から24名の参加がありました。

今回のテーマは“たまり場とボランティアの出会いの試み”。普段はあまり接点のないたまり場主催者とボラ連の相互交流と情報交換を行いました。これをきっかけに、今後はお互いに手を取り合いながら活動を進めていきたいと思えます。

会場から出た意見

たまり場
ボランティアを探すのがとても大変
プログラムがマンネリ化する

ボラ連
ボランティアをもっと活用してほしい
活動先があるのはボランティアにとって大きな励み



たまり場主催者から体操の紹介もありました

オープン!



滝川学区の取り組み

滝川学区の相談窓口は、1月25日(水)から滝川コミュニティセンターでスタートしています。

「滝川学区福祉活動計画」を平成21年に独自策定した滝川学区。計画の中で、高齢者など社会から孤立しがちな人を社会全体で協力して見守る「ふれあいネットワーク活動」を行っている同学区における相談窓口の開設は、「自然のなりゆきと言うべきものでした」と、滝川学区福祉推進協議会会長の杉藤 明さんは言います。



滝川学区福祉推進協議会会長の杉藤 明さん

滝川学区は昔ながらの一軒家から高層マン

ション、大学などがあり、幅広い人が住んでいます。相談員の古澤葉子さんは「暮らしの中で困りごとを抱えている人はたくさんいます。そんな声に応えていきたいですね」と、意気込みを見せます。

同じく相談員の長田(おさだ)裕美子さんは「私でお役に立つのなら、という気持ちで頑張ります」と、笑顔です。



相談員の古澤葉子さん(右)、長田裕美子さん

相談窓口の開設に伴い、ボランティアも大募集します、と杉藤さん。「あなたの力を、滝川学区のためにお貸してください! 互いに力を合わせ、支え合う滝川学区を作っていきたいですね」

滝川学区相談窓口

滝川コミュニティセンターにて、
毎週水曜日 午後1時～4時
毎週木曜日 午前9時～正午

学区の皆さまには町内回覧で詳しいこと
をお伝えしていきます。



<お知らせ>

モバイルサイト

昭和区社会福祉協議会「もばいるころん」

デビュー
しました!

「もばいるころん」は、“なごやのまんなか”昭和区のことをサクサクわかる「昭和区大好き わくわく発見サイト」。高齢者の方々や子育て中のお母さんなどに「便利でやさしい生活情報」を提供します。

「あの神社のお祭って、いつかな...?」「このあたりに駐車場はあったかな...?」そんな時に、大活躍するのが「もばいるころん」
まだまだスタートしたばかりですが、今後にご期待ください!

<http://www.showaku-shakyo.jp/m>

携帯電話やスマートフォン、パソコンでもご覧いただけます。



マスコットキャラクター
「ころん」の画像も
ダウンロードできますよ!



管理人情報

社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会
昭和区御器所3-18-1 TEL:884-5511 FAX:883-2231
メールアドレス fukushi@showaku-shakyo.jp
パソコンサイトURL <http://www.showaku-shakyo.jp>

「もばいるころん」への掲載情報も
大募集中です。お気軽にご連絡ください!



伊藤 正弘 会長就任あいさつ

このたび昭和区社会福祉協議会の会長に就任いたしました伊藤です。

昨年は東日本大震災という大きな災害があり、家族や地域といった様々な“絆”の存在、“絆”の

大切さを改めて感じた年でした。また、社会福祉協議会にとりましては災害ボランティア活動等を通して被災地の支援活動に全国の社会福祉協議会とともに力を合わせて取り組ませていただいた貴重な年となりました。こういった活動を通して住民の皆様と社会福祉協議会との“絆”

も、深めることのできた1年だったと思います。

今日、地域においては少子高齢化が進行し、次代を担う子どもたちの育成、高齢者の孤立や介護の問題など様々な課題があり、住民同士のふれ合いや助け合いがとても大切になってきています。

新しい年に変わり、ますます多様な地域の福祉課題があることと思いますが、住民相互の“絆”を大切に、皆様と共に“住み続けていたい”、“住んでいて良かった”と思えるような福祉のまちづくりに、役職員一同、力を合わせて取り組んでまいりたいと思いますので、何とぞよろしくお願い申し上げます。

— 誰もが誰かの力になれる昭和区をめざして —

～新聞エコバッグ作りの達人～

昭和区デイサービスセンターのあるお客様は、新聞エコバッグ作りの達人です。デイサービスに通いながらも、自宅で新聞エコバッグ作りに励んでいます。

今年度は、社協1階の受付カウンターで新聞エコバッグを無料配布したり、児童館やボランティアさんに作り方を指導したり、新聞エコバッグ作りの会の講師を務めるなど、大活躍の1年でした。

昭和区社協では、支援される人をどう支援するかを考えるだけでなく、その人のできることや強みに着目した取り組みを大切にしています。



完成したエコバッグ



エコバッグ作りの会の風景

推進協発! Vol. 4 吹上学区 福祉のたねまき 福祉推進協議会

12月10日、吹上学区で「車いす体験教室」が開催されました。

20年ほど前から行われているこの企画は、小学生に車いすを体験してもらい、福祉に対する理解を深めてもらおうというものです。

当日は、小学生と各町内会の大人合わせて60人が参加しました。「AJU自立の家」の佐々木さんから車いすの取り扱い説明を受けた後、吹上公民館から市街地のコースを約1時間ほど通行しました。途中、道路のちょっとした傾きや、歩道をふさぐ駐輪自転車など、車いすに乗って初めて感じる不便や危険の多さに、みな驚いた様子です。

終了後の報告会では「意外と力がある」「自分の街を違う視点で見ることができた」といった声があがりました。



- ▶ 車いすに乗る人と押す人を交代しながら歩道を通行
- ▶ 左 地下鉄きっぷのボタンに「届かないよ～」

会を主催した福祉推進協議会会長の林 鐘一さんは「この体験を通し、相手を思いやる気持ちを育ててもらえれば」と、期待の声を寄せていました。



しょうわ 町・名・散・歩

私たちが暮らす町の、名前の由来や話題を探ってみましょう。



第4回 八 事

昭和三十四年から天白区にわたる広い丘陵地が八事と呼ばれてきました。八事本町、八事富士見、八事石坂、八事天道、元八事など昭和・天白区には「八事」と付いた町名がたくさんありますが、これは八事が広い地域であった証しです。

八事の意味は諸説があって決め手を欠き、はっきりしません。ただ「八事」という書き表し方は約600年前から定着しているようです。江戸時代前期に創建された興正寺も山号を「八事山」と名付けています。

【案内者】
加藤 龍明(かとう・たつあき)
中日新聞を退職後、文章サークルの講師を務める。現在「昭和三十四区案内人クラブ」会員。



八事山興正寺のシンボル・五重の塔は国の重要文化財です。

社協からのお知らせ

共同募金にご協力ありがとうございました!!

平成23年度の共同募金運動は、皆さまのご理解とあたたかいご協力をいただき、下記のとおりたくさん募金をいただくことができました。

一般募金	9,024,196円
歳末たすけあい募金	239,692円

皆さまからお寄せいただきました募金は、愛知県共同募金会でまとめられた後、約2割は愛知県内の社会福祉施設の整備などに活用され、約8割は昭和区社会福祉協議会に配分され、昭和三十四区内の子ども会や老人クラブ、障がい児者団体、ふれあいいきいきサロン活動など様々な地域福祉活動に活用されます。皆さまのご協力に心よりお礼申し上げます。(昭和区共同募金委員会)



第5回赤い羽根チャリティ展覧会 東日本大震災チャリティ 盛況のうちに終了しました

平成23年10月3日(月)から12月24日(土)まで、昭和区社会福祉協議会2階通路で「第5回赤い羽根チャリティ展覧会 東日本大震災チャリティ」が開催されました。



今回はイラストレーター、障がいのある作家、仙台在住の作家など24人が参加し、大きな成果をあげることができました。「地域に貢献したい」「東北の力になりたい」というあたたかな思いが、お客さまからも作家からも感じられる3か月間でした。

原画・ポストカードの売り上げの一部を、赤い羽根共同募金と東日本大震災義援金に寄付しました。

赤い羽根共同募金 に 167,287円
東日本大震災義援金 に 112,408円

投稿 王国

写真

「自慢のわが家族」



なまえ：
山田大生(ひろき)くん(7歳)
陽人(はると)ちゃん(8ヶ月)

コメント：
優しいお兄ちゃん大好き！
仲良し兄弟です。

写メールもOK!
QRコードをご活用ください。



募集&プレゼント

次号の投稿テーマも、写真投稿「自慢のわが家族」です。テーマに沿った写真を撮影していただき、住所・氏名・電話番号をお書き添えの上、4月末日までに昭和区社会福祉協議会までお送りください。採用された方に、図書カードを差し上げます。応募先はP8の問合せ先をご覧ください。お待ちしております。

i 講座・案内 福祉推進を目的とした各種イベント、行事、講座等(原則無料のもの)を紹介します。

高齢者はつつ長寿推進事業 介護予防への理解を深め、自主的な活動や地域活動などを通じて、
はつつクラブ参加者募集 地域でいきいきとした生活が送れるよう支援する事業です。

内 容:参加者の皆さんと一緒に、健康体操、音楽、外出、レクリエーション等を実施

参加期間:4月~9月の6カ月間(基本は月4回、毎週1回)

場 所:右表から選択

対 象:市内在住の65歳以上で会場まで自分で来られる方(介護、看護等個別対応が必要でない方)

定 員:1会場あたり23名

費 用:無料(材料実費分など一部有料)

申 込:2月10日(金)から2月29日(水)までに社会福祉協議会へ来所または電話で受付。申込多数の場合は抽選。定員に満たない場合は引き続き申込を受付。

問合せ先:昭和区社会福祉協議会 TEL:884-5511 FAX:883-2231

はつつクラブ実施会場

曜	時	実施会場
月	午前	昭和スポーツセンター
	午後	八事コミュニティセンター
火	午前	広路コミュニティセンター
	午後	シティーファミリー八事 集会所
水	午前	昭和区社会福祉協議会
	午後	市営住宅松風荘 集会所
木	午前	白金コミュニティセンター
	午後	川原コミュニティセンター



参加者の声

友達に誘われて入会。友達も増えて、街で会っても声を掛け合えるようになりました。(八事)

防災ずきん作りの時間に、バスタオルとフェイスタオルを使い、ポケット付きのずきんを作りました。(滝川)

お気に入りには「音楽と遊ぶ」です。身体や頭、口を使っの1時間は「あっ」という間に過ぎてしまいます。(広路)

「はつつクラブ」は私の生きがい! 体操や音楽など、何をしても楽しい。毎週わくわく、若い気持ちになります。(松栄)

毎回いろいろなメニューがあってとても楽しみです。先日は「外出の日」近くて遠い名古屋城に行ってきました。(川原)



音楽に合わせて楽しく健康体操

寄付 次の方々より本会へご寄付いただきました。寄付金は昭和区の社会福祉の推進に有効に活用させていただきます。ありがとうございました。

村雲女性会様
 昭和鯉城会様
 中村元一様・昭子様

編集後記

学区に開設された相談窓口が気軽に利用されると良いですね。 M・H

<投稿王国>に応募してください。編集者一同、楽しみに待っています。 H・K

カフェアビーさんととても素敵な所です。私は日替わり9種弁当が好きです。 Y・T



こころんねっと 第19号は
 いかがでしたか?

「こころんねっと」へのご意見、ご感想をお寄せください。お待ちしております。また、目の不自由な方へ、この情報紙「こころんねっと」を録音したカセットテープの貸し出しを行っています(無料)。ご希望の方はご連絡ください。講座案内の掲載についてもお問合せください。

問 合 せ 先 : 〒466-0051 名古屋市昭和区御器所三丁目18番1号
 TEL:052-884-5511 FAX:052-883-2231
 E-mail:fukushi@showaku-shakyo.jp

交通のご案内: 地下鉄:鶴舞線「荒畑」駅4番出口から徒歩5分
 市バス:栄20系統「荒畑」下車



<http://www.showaku-shakyo.jp>

発行 社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会
 〒466-0051 名古屋市昭和区御器所3-18-1
 TEL:052-884-5511 FAX:052-883-2231
 E-mail:fukushi@showaku-shakyo.jp URL:http://www.showaku-shakyo.jp

編集 株式会社リベルタ
 〒466-0842 名古屋市昭和区檀浜通2丁目4-2 檀浜ビル2F
 TEL:052-833-0987 FAX:052-833-0988
 E-mail:libertad@mbp.nifty.com

発行日:2012年(平成24年)2月