

幸報ふじ

発行：佐賀市富士支所
編集：幸報ふじ事務局
(一般財団法人スマイルアース)
TEL：0952-57-2341
FAX：0952-57-2217
hoonoki@smile-e.org
住所：富士町藤瀬724-4

富士地区社会福祉協議会が設立されました ～富士町の福祉を絶やさぬよう。 灯りを消さぬよう～

佐賀市社会福祉協議会富士支所が今年3月末で廃止され、富士町の福祉事業を継続するため、新たに富士地区社会福祉協議会が設立されました。事務局のあるフォレストふじにて、会長の吉浦利清さんからお話を伺いました。



高齢化が県下で最も著しい富士町で福祉のともしびを絶やさないようにと設立された富士地区社会福祉協議会。会の基本理念は「共に支え合う、地域福祉のまちづくり」です。重点的に行う事業は3つ。1つめは、一人暮らしの高齢者や障がいがあ

灯りを消さぬよう

る方など支援を必要とされる方を見守る「見守り協力員」のサポート。2つめは、年末に行っている70歳以上のひとり暮らし世帯へのお餅の配布。そして3つめが、フォレストふじでの「憩いの家・出てこん場事業」の実施。その他、赤い羽根募金や歳末助け合いなどの募金活動も、基本事業として継続していきます。

会長の吉浦さんは、平成18年から19年まで佐賀市の富士支所長を務められました。いただいた名刺を拝見すると、南部保育園理事長、佐賀市民生児童委員、総務省行政相談員など多方面で活躍されているのがわかります。総務省行政相談員というのは、たとえば道路にくぼみがあるとか、中央線が消えかかっているとか、危険だから横断歩道をつけてほしいとか、そういった要望を行政に伝える役割を担っています。「郵便ポストが古くなって雨漏りがしている」というご相談なんかもあったそうですよ。また「劇団一休」の団員でもあり、コロナ禍以前には、老人ホームや障害者施設をまわって寸劇をしたり、歌を歌ったり、南京

晴好雨奇 ふじ俳句同好会(十三)
風薫る夕暮れの川雄渕滝

井下 ト
マイマスク形も色もおしゃれです
吉浦 君代

玉すだれを披露したりしながら、佐賀・神崎・小城・鳥栖など広くたくさんの方たちに笑顔を届けていらっしやいました。そして「夢のまち・花のまち・人のまち」というブログを10年も続けていらっしやるといいますので、ぜひご覧くださいね。趣味はゴルフとピアノ。どちらも60歳を過ぎてから始めたそうです。本当に活動的です

ね。吉浦さんは上がり症だそうで、「ゴルフもピアノもここぞ！というときには力み過ぎて失敗してしまうんです」と笑います。文化発表会にも6回出場しましたが5回失敗。楽譜を読めないので暗譜して本番に臨むのですが、舞台上上がる

と頭が真っ白になってしまいうんです。でも、「少年時代」と「花は咲く」を演奏した1回だけは、ほぼ完璧にできたそう。コミュニケーションがうまくいって、上手にできたそうです。

「退職以来、ピアノの練習を朝と晩に毎日しています。家では完璧なんです」
吉浦さんは、佐賀高等学校を卒業後、富士町役場の職員となり、今はダムのある畑瀬の農家へ婿養子に入りました。「役所に勤めているから農業

はなくていい、と言われて入ったのに、なんのなんの！出勤前に農作業をしていました」
福祉とは何であるか？ 吉浦さんのお話を聞き、この原稿を書くにあたって、改めてその言葉の意味を調べてみました。

「福祉とは、「しあわせ」や「ゆたかさ」を意味する言葉であり、すべての市民に最低限の幸福と社会的援助を提供するという理念を指す」

さらに「社会福祉協議会」について調べますと、そのお仕事内容や役割、財源などが書かれてあり、『「財政難」「会員減」は、社協を語るうえで必須のキーワード』という言葉が目に入ってきました。

この3月で佐賀市社会福祉協議会富士支所が廃止されて、富士地区独自の社会福祉協議会になったということは、市や自治会会長からの助成があるにせよ、活動を維持していくための自主財源を確保することがますます必要になってきます。活動を支える財源としては寄付金があり、香典返しはの寄付金、一般の寄付も受け付けています。香典返しはの寄付金は、香典返しをする代わりに、故人またはご遺族の遺志により、ご香典の一部を社会福祉のために役立てることを目的とした寄付金です。また、生年祝いのお祝い返し、バザーの収益の一部、あるいは遺産の

一部、法人からの寄付も随時募集しています。寄付をいただいた方のお名前は「富士地区社協だより」に掲載されます。富士町の福祉を絶やさないために、みんなで支えてゆきたいですね。

「みんなで支える」ということは、とても大切なことです。でも、今、若い世代は自分たちが生きることには必死です。そんな時代になっているような気がします。福祉に関心を持ち、支えよう！というメッセージは届きにくい。というより、助けが必要な若い世代がたくさんいます。しかも支える世代の人口はどんどん減り、支えられる世代の人口はますます増えてきている。年金制度にも同じことが言えます。

そんな状況の中で、社会福祉協議会の活動を持続させるためにできることは何でしょうか。無理なくできることはないでしょうか。あります。それは、福祉サービスを受ける側が意識を変えることだと私は思います。受け手も活動を支えるという意識です。サービスを受ける側も「支えていこう」という意識がなければ福祉活動は今後続いていかなれないかもしれない、と知ることです。

たとえば、富士地区社会福祉協議会の事業に「憩いの家・出てこん場事業」があります。フォレストふじを憩いの場とし、利用者には温泉に入ったり、体操をしたり、おしゃべりできるサービスです。支援員さんみいるので安心して楽しめて、会員は年に22回も利用することができま

す。私は、その会費が年間千円

ということに驚きました。この会費が年間2千円に上がったとしたらどうでしょうか。倍になったと思えば高いような気がするかもしれませんが、月ごとに換算すれば上がったのは百円に満たない金額です。もしもそうなたとしたら、みなさんは不満に思って、利用をやめてしまいませんか？

誰かが無理をしているのでは、福祉は続いていかなれないでしょう。無理なくできることをみんながする。そうしてこそ、町民がともに支え合って福祉のまちづくりをする、という富士地区社会福祉協議会の理念が実現されるのだと私は思います。

(記事 恵良五月)

混合ソフト バレーボール大会

●期日 7月8日(木)・9日(金)

※参加チーム数により、日数の変更あり。

又、開催日の変更や中止になる場合もあります。

●参加資格 町内居住の中学生以上の男女、転出した方も家族が富士町に在住していれば参加できます。

町内事業所勤務者、町内活動のスポーツ団体(サークル)などもチームで参加できます。

●申込期限 7月2日(金)

午後5時まで

●開催時間 午後7時 開始式
午後7時30分 試合開始

(時間厳守)

●会場 富士校中部体育館

※駐車場は、富士支所駐車場を利用してください。

●申込先 富士公民館

(体育協会事務局)

58・22882

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為中止となる場合があります。

温泉病院だより

～食事が楽しみであるように～

新型コロナウイルス感染症が長期にわたり、日常生活でも制限をされていることが多くストレスを抱えていらっしゃる方も多いのではないのでしょうか。食事においても、賑やかな食事は自粛が求められているため、一人で味気ないと感じる食事をされている方もいらっしゃるのではないかと感じています。

そこで今回は、食べ物が喉（のど）に詰まる、水分を飲むとうとするとムセるなどの症状について、お話したいと思います。この、食べ物が詰まる・ムセるといった症状は嚥下という飲み込みの機能が低下している症状であると言えます。高齢になると、苦味や塩味が感じにくくなったり、食べ物がうまく噛み砕くことが出来なくなったりします。また、喉の感覚が低下し飲み込みのタイミングがズレたりしがちです。食事のための安全な姿勢を保つことも困難となる場合もありますので、食事を安全に美味しく楽しく出来るように日々の生活で改善出来ることを、お伝えしたいと思います。

①マスクをしていますが、会話を意識し、笑顔でいること
会話をすることは口や喉の機能を使います。

特に会話は舌を使う動きを行うために飲み込みしやすい口を作ることに繋がります。歌うことも有効です。

②運動をする習慣をつくる

飲み込みに必要な機能は筋肉と筋力です。歩く等と同様に筋肉を使う運動なのです。

ですから、しっかりと筋力を保つために運動は有効です。また、肩や首のストレッチも有効です。

③姿勢を意識する

食事時の良い姿勢とは、骨盤を起し、顎（あご）を引いた姿勢です。姿勢が充分に整えば、いつもは飲み込みにくい物が、飲み込みやすくなったと感じると思います。食事以外でも姿勢を良くすることに気をつけるという事です。

以上3つのことを、飲み込みを専門にしている看護師としてお知らせします。食べることは空腹を満たし栄養を取り、喉の湿気を潤すことのできる日常生活です。さらには、楽しく語らう場であり、幸せなひとときであると言えます。私たちは「食事が楽しみであるように」と考え、日々看護にあたっています。コロナウイルス感染症のために受診を控える方も多い現状をお聞きしますが、飲み込みに不安を抱えている方、遠慮なくご相談下さい。



3階病棟スタッフ

佐賀市立富士大和温泉病院
63-0111

ホームページ
<http://www.hospitalfj.saga.jp/>

3階病棟看護師
(摂食・嚥下障害
看護認定看護師)
中原 和美



おたっしや本舗富士からのお便り

おたっしや本舗富士 58-2810

今回は、令和元年9月から富士町の南部地区で始まった『カフェふじ』と、昨年4月から北部地区で新しく始まった『カフェほくざん』についてご紹介いたします。

どちらのカフェも、地域共生を意識した誰でも参加できるコミュニティカフェです。人と人、そして地域をつなぐ、自由に集える場所。お茶を飲みながら、楽しくおしゃべりができる場所です。ボランティアとして参加してもよし、利用者として参加してもよし、遅れてきても、途中で帰ってもOK。参加費100円で、誰でも気軽に参加できるカフェです。自治会からの援助もあり、民生委員さんや公民館、地域の方々の協力を得て、少しずつ参加者が増えています。小さなお子さんも、おじいちゃんもおばあちゃんも、ご夫婦、ご家族で、どうぞ一度遊びに来てみて下さい。マスクと100円は持ってきて下さいね。

『カフェふじ』の紹介

- 場所は……富士公民館（フォレストふじ）の大ホール
- 日時は……毎月第2日曜日 13:30～15:00
- 主な内容…母の日、クリスマス、演奏会など毎回お楽しみあり。手作りお菓子が評判
- 参加費は…100円だけ
※『カフェふじ』では、送迎を手伝って下さる方や事業所さんを募集中です。車の保険とガソリン代のチケットを検討中です。ちょこっとボランティアにご協力をお願いしま～す。



問合せ先
『カフェふじ』
代表
杉野幸子さん
鶴田ゆみ子さん



問合せ先
『カフェほくざん』
代表
嘉村ふさえさん
満行八千代さん

『カフェほくざん』の紹介

- 場所は……北部コミュニティセンター
- 日時は……毎月第4日曜日 13:30～15:00
※土曜日に変更の場合があります
- 主な内容…カフェほくざんの特徴は、健康体操が楽しいこと。手作り感がいっぱい
- 参加費は…100円だけ
※小学生もお手伝いしてくれています。でも、会場のテーブル移動がちょっと大変。力持ちの男性にも参加して頂けると助かります。ちょこっとボランティアにご協力をお願いしま～す。

富士公民館も共催ですおたっしや本舗も協力しています



サマーナイト ハイキング

- 期日 6月19日（土）
- 受付 午後6時30分から
- 集合場所 富士支所玄関前
- 出発 午後7時
- コース 富士支所から柚木
柚木でのホタル観賞
往復8キロ
- 問合せ先・富士公民館
体育協会事務局
58-2882
- ※天候、新型コロナウイルス
感染等で変更や中止になる
場合がありますのでご注意
ください。

神水川パークゴルフ場 大会日程 TEL51-7005

- 6月の予定
- 2日（水）ペア大会
 - 19日（土）神公協月例会
 - 25日（金）内藤杯
 - 7月の予定
 - 4日（日）ペア大会
 - 17日（土）しゃくなげの黒杯
 - 19日（月）一般研修会
 - 24日（土）神公協月例会
 - 定休日 20日（火）

6・7月の行事予定

- ◆富士町内一斉清掃
- ◆野球大会 (体育協会 6日 日曜日)
- ◆剣道大会 (体育協会 12日 日曜日)
- ◆男子バレーボール大会
- ◆6月の予定
- ◆一般者大会
- ◆2日（水）ペア大会
- ◆19日（土）神公協月例会
- ◆25日（金）内藤杯
- ◆7月の予定
- ◆4日（日）ペア大会
- ◆17日（土）しゃくなげの黒杯
- ◆19日（月）一般研修会
- ◆24日（土）神公協月例会
- ◆定休日 20日（火）
- ◆サマーナイトハイキング (体育協会 19日 土曜日)
- ◆バトミントン大会 (体育協会 20日 日曜日)
- ◆富士音楽サロン 24日
- ◆大般若会（下無津呂）
- ◆百万遍（須田）
- ◆八坂神社 祇園さん（杉山）
- ◆混合ソフトバレーボール大会 (体育協会 8・9日 木・金曜日)
- ◆富士音楽サロン 22日
- ※行事につきましては順不同、日程の変更もあります。また、新型コロナウイルス感染症拡大防止の為に中止となる場合があります。ご了承ください。

富士音楽サロンの ご案内

- 会場 富士公民館
(フォレストふじ)
- 開催日 毎月第4木曜日
6月24日/7月22日
- 時間 13時30分～15時00分
- 参加者募集中！
見学は無料です。
気軽においでください。
□□□で願調に
会員が増えていきます！

みんなの声

皆さんからのお声をお待ちします。掲載できるものであれば、どんどん載せていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

幸報ふじ事務局

次号『幸報ふじ』は 7月下旬の発行予定です。

『幸報ふじ』は、インターネットでも閲覧・ダウンロードができます。
ウェブサイト <http://www.smlle-e.org/kohoufuj.html> に掲載しています。