

# くわな社協だより

第87号

2020年  
1月1日号



## ガーデン大山田文化祭2019

— ノルディックウォーク体験 —

11/17（日）、大山田地区市民センターにてガーデン大山田文化祭が開催されました。「三世代、だれもが参加して地域の協同を育み、出会いとふれあい、支え愛のおまつり」をテーマに、パネル展示や桑名いきいき体操、ノルディックウォーク体験、津軽三味線等の演奏、抽選会等、様々な企画が催されました。当日は約100名の方が来場され交流を楽しまれました。



お問い合わせ先

桑名市社会福祉協議会 桑名市常盤町51 桑名市総合福祉会館館内  
TEL 22-8218 FAX 23-5079 メール kshakyo@jasmine.ocn.ne.jp



## ガーデン大山田の取組紹介

ガーデン大山田は、診療所だった建物を活用し「子ども食堂」や「高齢者のサロン」、「学習支援」、「ママカフェ」などを開催しています。“出来たらいいね”を住民主体で実現しています。

運営者の方は「今後も『三世代が健康に暮らすまちづくり』をキーワードに子どもからお年寄りまで、多くの方が参加できる取組みを考えていきたい」と話されていました。社協も、生活支援コーディネーターを中心として活動を支援してまいります。

詳しくはガーデン大山田発行の、ガーデン便りをご覧ください。

【お問い合わせ先】090-1725-9004（平手）



ガーデンキッチン・たんぼの様子

活動の一部を紹介

### サロン交流会

毎週金曜日 10:00～11:30に活動をしています。

桑名いきいき体操をみんなでした後、生演奏つきで歌を歌ったり、小物作り、スクエアステップ、麻雀など、週替わりで様々な交流をしています。美味しいコーヒーがおすすめポイントです。いつまでも元気で過ごすために、一緒に体操をしませんか？

### 多世代交流ガーデンキッチン・たんぼ

原則第4金曜日 16:00～18:30に活動をしています。

子どもや子育て中のママ、高齢者も参加をして世代間交流の場にもなっています。

メニューは季節の野菜を取り入れて子ども達と一緒に作るの、食育にも繋がります。どなたでもご参加いただけるので、初めての方も是非お越しください。

## 第15回 桑名市社会福祉大会を開催しました

10/23（水）、総合福祉会館にて、第15回桑名市社会福祉大会を開催しました。

第1部の式典では、各分野で社会福祉事業の推進、団体の発展・育成にご尽力いただきました総勢58名の方に対し、顕彰を行いました。また、第2部では、「パラレルライフ～もう一つの人生」と題して、江口舞さんによる記念講演を行いました。講演では、事故により障害を負い、現在はアーチェリーでパラリンピックを目指している江口さんからの経験とともに、「今を大切に」というメッセージをいただきました。会場からは、江口さんへの質問とともに、多くの声援が贈られるなど、盛会のうちに終了しました。



第1部 顕彰の様子



第2部 記念講演の様子

## 長島福祉健康まつりが開催されました

11/2（土）の長島福祉健康まつりが開催されました！当日は天候も良くたくさんの方に来場いただきまして盛大に開催されました。大好評の健康チェックコーナーはじめ長島地区の各福祉団体・健康団体の協力のもと、各種コーナー、イベント、飲食ブースも充実でした。皆様たくさん笑顔で楽しいひと時を過ごされておりました。



## 「多度すこやかフェスタ2019」開催しました

10/27（日）多度すこやかセンターを会場に開催されました。今年も多くの方々にご来場いただき大盛況となりました。健康測定やふれあいサロンの活動体験、ちんどんやさんの練り歩きや鉄道おもちゃ運転会、ミニ縁日、バザーや飲食コーナーなど、様々なイベントで楽しいひと時を過ごしていただき、笑顔でいっぱいの日となりました。



桑名市社会福祉協議会では、

オリンピックイヤー記念事業

オリンピックイヤーを記念して2つの事業を開催します。

## バレーボール 西田有志選手 特別展

～めざせ東京オリンピック! 桑名から世界へ～

1/9(木)～13(月祝)

【内容】西田有志選手(バレーボール日本代表、元ヴィアティン三重バレーボールU-19)

全日本ユニフォームや思い出の写真を展示、紹介します。

父 西田徳美氏のギャラリートーク(1/13(月祝)11:00、13:00、14:30の3回(各回30分程度))

【日時】1/9(木)～1/13(月祝)9時～17時(最終入苑16時)

【場所】桑名市六華苑(桑名663-5)番蔵棟

【入場料】無料(入苑料のみでご覧いただけます) 【後援】ヴィアティン三重、ジェイテクトSTINGS

【お問い合わせ先】文化スポーツ振興課 TEL:22-8311 FAX:23-5079



西田有志選手

## 桑名出身 オリンピック日本代表選手講演会

～ふたりのオリンピックが語る桑名と五輪

1/26(日)

森昌彦選手・田中穂徳選手～

【講師】森 昌彦選手(夏の甲子園ベスト4へと導いた名指導者)

桑名市長島町福吉出身、アトランタ五輪野球日本代表銀メダリスト、

中京学院大学附属中京高等学校硬式野球部副部長

田中穂徳選手(寺川綾選手ら6人のメダリストを育成)

桑名市稗田出身、ソウル五輪水泳バタフライ日本代表、近畿大学水上競技部副部長

【日時】1/26(日)13:30開場、14時開演 【場所】桑名市大山田コミュニティプラザ(大山田1丁目7-4)文化ホール

【入場料】無料 【申込方法】申込不要※要整理券(大山田コミュニティプラザ、総合福祉会館、六華苑で配布中) 【後援】桑名市

【お問い合わせ先】文化スポーツ振興課 TEL22-8311 FAX23-5079



森 昌彦選手



田中穂徳選手

## 歴史講座「桑名藩幕末物語」

【テーマ】幕末における桑名藩の活躍を『ほぼ月刊桑名歴史こぼなし』編集長がご紹介します。

特製テキスト『松平定敬』を使用する予定です。

【講師】桑名市社会福祉協議会文化スポーツ振興課職員

【日時】2/22(土)13:30受付、14時開講

【受講料】無料(入苑料のみでご覧いただけます)

【申込方法】申込不要(当日六華苑へお越しください)

【お問い合わせ先】文化スポーツ振興課 TEL:22-8311 FAX:23-5079



## 『ほぼ月刊歴史こぼなし』を発行しています

●現在、桑名ゆかりのオリンピック選手を特集中です。 ●社協各施設で配布中

●バックナンバーは桑名市社会福祉協議会ホームページに掲載しています。

これまでの特集

駅伝発祥の地桑名:第1号

諸山文彦選手(東京五輪バスケットボール日本代表):第2号

鈴木従道選手(メキシコシティ五輪陸上日本代表):第2号

三浦信由選手(メキシコシティ五輪陸上日本代表):第3号

瀬古利彦選手(ロサンゼルス・ソウル五輪陸上日本代表)第3・4号

田中穂徳選手(ソウル五輪水泳日本代表):第5号

森 昌彦選手(アトランタ五輪野球日本代表):第6・7号

九鬼 巧選手(ロンドン五輪陸上日本代表):第8号

角野友紀選手(リオデジャネイロ五輪水球日本代表):第9号

宮下 遥選手(リオデジャネイロ五輪バレーボール日本代表):第10号

西田有志選手(ワールドカップバレーボール日本代表):第11号

セルオド・バトオチル選手(アテネ・北京・ロンドン・リオデジャネイロ五輪陸上モンゴル代表):第12号特集予定

くわなれきこぼなし



# 健康・ケア教室のご案内



## 桑名市総合福祉会館 TEL:22-8218

【対象】市内在住概ね65歳以上の方 【場所】桑名市総合福祉会館 【参加費】無料

内容	開催日	時間
みんなで楽しくヨガ	1/16、1/30、2/6、2/20、3/5、3/19 ※すべて木曜日	13:30～15:00
笑いヨガ	1/9、1/23、2/13、2/27、3/12、3/26 ※すべて木曜日	13:30～15:00

## 桑名福祉センター TEL:32-1889

【対象】市内在住の60歳以上の方 【場所】桑名福祉センター

内容	開催日	時間	参加費
みんないきいきコンサート	1/29(水)、3/4(水)	13:00～14:00	無料
笑いヨガ(健康体操)	1/11(土)、2/6(木)、3/5(木)	10:00～11:30	無料
いすヨガ(健康体操)	1/15(水)、2/12(水)、3/11(水)	10:00～11:00	無料
ふれ愛体操	1/24(金)、2/28(金)、3/27(金)	10:00～11:00	無料
水彩画「描いてみよう会」	1/27(月)、2/17(月)、3/23(月)	10:00～12:00	200円
地域交流カフェ	1/22(水)、2/19(水)、3/18(水)	13:30～15:00	50円

教室に参加して元気の花を咲かせましょう!

## 桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438

【対象】市内在住概ね65歳以上の方 【場所】桑名北部老人福祉センター 【参加費】無料

内容	開催日	時間
練功	1/6、2/3、3/2 ※すべて月曜日	9:30～10:30
ヨガ	1/20、1/27、2/10、2/17、3/9、3/16 ※すべて月曜日	9:30～10:30
腰痛予防体操	1/14(火)、2/25(火)、3/23(月)、3/30(月)	9:30～10:30

腰痛のある方、介護や仕事で腰に負担をかける機会が多い方など。みんなで一緒に体を動かして、楽しい時間を過ごしましょう。  
(持ち物：タオル 動きやすい服装でおこしてください。)

## 多度支所「ほっと安心カフェ」 TEL:49-2029

【対象】市内在住65歳以上の方 【場所】多度すこやかセンター

内容	開催日	時間	事前申込	参加費
笑いヨガ	1/7、1/21、2/4、2/18、3/3、3/17 ※すべて火曜日	10:00～11:30	不要	無料
練功	1/14、1/28、2/25、3/10、3/24 ※すべて火曜日		不要	無料

## すこやかランチ

笑いヨガや練功のあとに月に一度、ランチ会を開催します。管理栄養士による栄養相談も受け付けています。

【参加費】500円 ※要事前申込(1週間前まで)

開催日	時間	対象
1/21、2/25、3/17	11:45～12:45	当日開催の笑いヨガ・練功の参加者

## 《体操》物忘れ予防と運動療法 コグニサイズ

【日 時】2/13(木) 10:00～11:30 【講師】木もれび 島村智之さん 【参加費】無料※事前申込不要 【定 員】30名程度

【内 容】コグニサイズとは、脳と体を同時に使うことで認知症を予防あるいは改善しようとするものです。

運動をしながら計算やしりとりにいった脳を使うことを組み合わせて同時に行います。この機会に体験してみませんか?

【持ち物】水分補給用の飲み物 動きやすい服装でおこしてください。

## 長島支所 TEL:42-2110

【対象】市内在住概ね65歳以上の方 【参加費】100円/回 【時間】10:00～12:00

【場所】長島福祉健康センター／長島デイサービスセンターほほえみ



### 《長島福祉健康センター》

1月		2月		3月	
6 (月)	音楽で健康	3 (月)	音楽で健康!	2 (月)	音楽で健康!
8 (水)	太極拳	5 (水)	折り紙教室	4 (水)	折り紙教室
10 (金)	シニアヨガ	7 (金)	練功	6 (金)	練功
15 (水)	折り紙教室	10 (月)	創作・手芸カフェ	9 (月)	創作・手芸カフェ
17 (金)	練功	12 (水)	太極拳	11 (水)	大極拳
20 (月)	創作・手芸カフェ	14 (金)	シニアヨガ	13 (金)	シニアヨガ
22 (水)	太極拳	21 (金)	練功	25 (水)	太極拳
24 (金)	シニアヨガ	26 (水)	太極拳	27 (金)	シニアヨガ
31 (金)	練功	28 (金)	シニアヨガ		

※第1月曜日、毎週金曜日10:00～12:00に「カフェなかよし」を行っています。(利用料100円)

### 《長島デイサービスセンター ほほえみ》

1月		2月		3月	
15 (水)	太極拳	5 (水)	太極拳	4 (水)	太極拳
17 (金)	イスヨガ	7 (金)	イスヨガ	6 (金)	イスヨガ
31 (金)	ステップアップヨガ	19 (水)	太極拳	18 (水)	太極拳
		21 (金)	ステップアップヨガ		

## 参加者募集!!

### 介護予防教室 一緒に楽しみませんか? ほっこり「ゆるイスヨガ」

運動不足かも、最近動きづらくなった…そんな不安を持つ皆さん、イスを使ったヨガを楽しみませんか?

【対象】市内在住の方 【場所】桑名市総合福祉会館 【お問い合わせ先】本所 TEL:22-8218

開催日	時間	参加費	事前申込
1/9、1/23、2/13、2/27、3/12、3/26 ※全て木曜日	15:30～16:30	無料	不要

### 桑名北部老人福祉センター 転倒予防・イスDE体操教室募集

座ったままでできる体操です。転ばない体を作りましょう。

【日時】第5水曜日10:00～11:00(1/29) 【対象】市内在住60歳以上の方

【定員】30人 【参加費】無料 【持ち物】水分補給用の水筒など。お持ちの方は5本指靴下。

【その他】動きやすい服装でおこしください。

【申込・お問い合わせ先】桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438



## 「ひだまりコンサート」のお知らせ♪

障がい者施設の皆さんと桑名市音楽療法士が出演する「ひだまりコンサート」は、今年で12回目を迎えます。歌や楽器演奏、ダンス等、日ごろの練習の成果をステージ一杯に繰り広げます。どなたでもお気軽にお越し下さい。

【日時】2/28(金) 13:00~15:00(開場12:30)

【場所】桑名市総合福祉会館 大会議室 【参加費】無料

【内容】広陽園、わーくびれっじみのり、ワークショップみらい、くるみ、夢工房の皆さんと桑名市音楽療法士の演奏

【お問い合わせ先】音楽療法室25-2002



## 「新春スペシャルふれあいコンサート」開催のお知らせ

～みんなでうたいませんか♪ なつかしい歌を～

【日時】1/22(水) 13:30~15:30(開場13:00) 【場所】大山田コミュニティプラザ 文化ホール

【参加費】500円※事前申込不要

【内容】生バンドにあわせて歌う参加型のイベントです。歌うもよし、聴くもよし、見るもよし、お気軽にご参加下さい。

【お問い合わせ先】音楽療法室25-2002

## 「ラララ・おんがく♪」ほかほか版 開催のお知らせ

10月に実施した「ラララ・おんがく♪」ほかほか版。好評につき再び開催いたします!

【対象】市内在住の未就園児と保護者 【日時】3/4(水) 10:00~10:50

【会場】陽だまりの丘複合施設「ほかほか」体育室

【内容】親子のふれあいを大切にしながら、音楽に合わせて体を動かしたり、楽器を鳴らします。

【参加費】300円(親子1組) 【定員】40組※先着順 【申込開始】2/3~

【申込方法】音楽療法室へ電話申込。TEL:25-2002



1月~3月開催予定

## 大型遊具であそぼ! & おもちゃ病院

好きな時に来て、好きなだけ遊んでください。おもちゃ病院ではボランティアグループ「おもちゃ病院くわな」が壊れたおもちゃを無料修理してくれます。

【日時】1/20(月)、2/3(月)、3/2日(月) 10:30~14:00 【会場】桑名市総合福祉会館 大会議室

本所 / 子育てサロン担当

TEL22-8218 FAX23-5079

メールkshakyo@jasmine.ocn.ne.jp

## ホッと一息… お話ししていきませんか?

「疲れた」「何だかイライラして…」何でも結構です。ボランティアグループ「ほっとすぺーす」のメンバーとお話ししてストレスを発散しませんか?お気軽にどうぞ!

2/3(月) 13:00~「あいうえおとあそぼ!!」 絵本や手遊びなど楽しいですよ♪参加お待ちしております。

## ◎介護・心配ごと相談のご案内

★桑名市北部東地域包括支援センター 深谷分室(専門職員による介護等の総合相談)が、開催されます。お気軽にお越しください。

●日時 / 1月14日、2月18日(第3火曜日)、3月10日(基本 毎月第2火曜日) 13:30~15:00

●場所 / 桑名北部老人福祉センター内 相談室 ●受付 / 当日、順次相談をお受けします。

# ボランティアセンター通信 ～あした笑顔になあれ～

## 音訳ボランティア講習会

視覚障害のある方のために、広報や書籍、その他さまざまな情報を文字から音声へ換え、CDに録音するボランティア活動です。初心者向けの講習会ですので、お気軽にご参加ください。

【日時】1/31、2/7、2/14、2/21、2/28 ※すべて金曜日／全5回 10:00～12:00

【会場】社会福祉会館 大会議室(中央町2-25)※市役所東隣り 【講師】桑名録音奉仕の会

【参加費】300円(5回分・テキスト代・保険代等) 【定員】20名程度 ※先着順 【締切】1/10(金)

【申込・お問い合わせ先】TEL:22-8218

## 高齢者サポーター養成講座 ～地域の高齢者のサポートを、はじめてみませんか?～

高齢者へのサポートの方法や、地域の「通いの場」などで役立つ知識や技術を学びます。

【日程】①1/14(火)②1/21(火)③1/28(火) 13:30～16:00

【会場】大山田コミュニティプラザ 【参加費】無料 【対象】市内在住もしくは在勤の方

【内容】桑名市の現状・介護予防の必要性、高齢者の身体の仕組み(口腔機能・栄養素・運動器)、認知症

【講師】歯科衛生士、管理栄養士、理学療法士 など 【定員】50名(先着順) 【申込締切】1/10(金)

【お問い合わせ先】TEL:22-8218

## 災害ボランティアバスを運行しました

2019年台風19号において被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。台風19号により被害を受けた長野県長野市へ10月、11月にかけて計4回、災害ボランティアバスを運行し、ボランティアさん延べ57名、社協職員延べ23名の80名で支援に行きました。

主な活動は、浸水被害にあった自宅の家財の運び出し、床下泥だし作業、お庭や畑等の整備、側溝の掃除などでした。現地職員の指示に従い、現地で一緒になったボランティアの方々と力を合わせ活動しました。今後も復旧に向けて、私たちのできることを考え、サポートしていきたいと思っております。

桑名市は大小様々な河川があるので、同様の災害が起こる可能性があります。その時に備えて、個人や地域での対策を考えておかなければいけないと強く感じました。

最後に、ボランティアバスにご参加いただいたボランティアの皆様ありがとうございました。



## 善意のご寄付ありがとうございます(9/1～11/30)

〈本所〉

・桑名地区労働者福祉協議会様 100,000円 ・株式会社 夢グループ 代表取締役 石田重廣様 9,526円

・太極拳 金森教室様 15,000円 ・希望ヶ丘三丁目11班 山口齊聖様、山田義政様 25,000円

・匿名希望様 68,838円 ・修徳まちづくり実行委員会様 24,300円

〈多度支所〉

・匿名希望様 5,000円



# 令和元年度 介護職員初任者研修修了式

昨年 5/26 ~ 11/24 までの各日曜日に開講してました「介護職員初任者研修」の修了式を 11/24 に行いました。受講生は熱心に学習され 11 名の方が無事、修了されました。資格を生かし福祉事業でご活躍されることを期待しております。



## 介護認定調査員募集

要介護認定に必要な調査を行う「介護認定調査員」を募集しています



- 【業務内容】厚生労働省が定める介護認定調査を行い、調査票の作成・提出を行う。
- 【募集人数】若干名 【資格】介護支援専門員 【調査地域】桑名市内及びその近郊
- 【給与】調査1件当たり 3,300円(交通費別途1件当たり 500円支給)
- 【その他】マイカーを利用できる方、簡単なEXCEL入力有、勤務日数応相談(都合に合わせて自分のペースで働けます。)
- 【応募】まずはお気軽にお電話ください
- 【お問い合わせ先】桑名市社会福祉協議会 TEL:22-8218、23-3830

### 心配ごと相談

内容によっては、弁護士相談  
もあります。  
毎週木曜日10:00~12:00  
TEL:22-8483  
桑名市社会福祉会館



### 司法書士による成年後見相談会

毎月1水曜日 9:00~12:00  
桑名市総合福祉会館  
【対象】市内在住の65歳以上の方と  
そのご家族 ※要事前申込  
【費用】無料 【申込先】本所 TEL:22-8218

### 精神障がいのある方のための フリースペース

**ほのぼのルーム** 新築町67-1  
1/10(金)、1/27(月)、2/14(金)、3/13(金)、  
3/23(月) 13:00~16:30  
【お問い合わせ先】本所 TEL:22-8218

社会福祉法人 桑名市社会福祉協議会 (ホームページ) <http://www.kuwana-shakyo.com>

■本所 桑名市総合福祉会館  
〒511-0062 常盤町51番地  
総務課 TEL 22-8311  
地域福祉課 TEL 22-8218  
FAX 23-5079(共通)  
メール kshakyo@jasmine.ocn.ne.jp

■多度支所 多度すこやかセンター  
〒511-0106 多度町多度1丁目1番地1  
TEL 49-2029 FAX 48-6331  
メール sukoyaka@eagle.ocn.ne.jp

■北部西地域包括支援センター  
TEL 49-2031 FAX 49-2533

■長島支所 長島福祉健康センター  
〒511-1122 長島町松ヶ島53番地2  
TEL 42-2110 FAX 42-2613  
メール nabana@clock.ocn.ne.jp  
■ケアプランセンター TEL 84-7890  
■障害者総合相談支援センター TEL 41-2015

■桑名市社会福祉会館  
〒511-0068 中央町2丁目25番地  
TEL/FAX 22-8483  
■音楽療法室(桑名市社会福祉会館1階)  
TEL 25-2002 FAX 22-8483

■福祉なんでも相談センター  
〒511-0903 大山田1丁目7-4  
(大山田コミュニティプラザ1階)  
TEL 41-2114 FAX 41-2174

■長島デイサービスセンター“ほほえみ”  
〒511-1122 長島町松ヶ島66番地  
TEL 41-1022 FAX 41-1250  
■北部東地域包括支援センター  
TEL 42-2119 FAX 41-0515

■桑名北部老人福祉センター  
〒511-0808 下深谷部4960番地10  
TEL 29-1438 FAX 29-1526

■桑名福祉センター  
〒511-0911 額田455番地3  
TEL 32-1889 FAX 32-1891

■養護老人ホーム桑名市清風園  
〒511-0836 江場83番地  
TEL 22-2178 FAX 41-2171

■桑名山崎苑  
〒511-0834 大福399  
TEL/FAX 21-5008

■大山田コミュニティプラザ  
〒511-0903 大山田1丁目7-4  
TEL 32-1820 FAX 32-0905

■スター21  
〒511-0912 星見ヶ丘8丁目601  
TEL 31-7625 FAX 31-7674

■陽だまりの丘複合施設「ぼかぼか」  
〒511-0867 陽だまりの丘4丁目2201番地2  
TEL 87-7576 FAX 32-5677

■六華苑  
〒511-0009 桑名663-5  
TEL 24-4466 FAX 24-4627

#### 【個人情報の管理について】

桑名市社会福祉協議会では、個人情報保護に関する法令などを厳守するとともに、実施する事業を通じて個人情報の保護に努めてまいります。