

社協 みうら

219

July.2024

地域福祉の総合情報誌

三浦市社会福祉協議会安心館

〒238-0102 三浦市南下浦町菊名 1258-3

事務局

TEL 046-888-7347 / FAX 046-889-1561

発行責任者：杉山実

編集人：高根沢奈津子

外に出て、人とつながろう。

みうらの至福人

「福祉、ふくし」と言い続けるといつの間にか「至福」になる。みうらの地域福祉を優しく支える「至福人」をシリーズで紹介するコーナーです。ボランティアの阿部佳子さんです。「地域のサロンでヨガを指導したり、磯焼けしてしまった海を再生する活動のお手伝いもしています。ヨガ指導では、合間に参加者同士で交流している様子を見ると嬉しくなります。家から一步出て人とつながり、交流を広げることは、自分のためだけではなく、誰かのためにもなると思っています。」

みうらの至福人—阿部佳子さん
特集・令和5年度事業報告について
三浦市ボランティア情報
介護支援最前線—はつらつ
サロン訪問記
狩倉弁護士のワンポイント法律相談
三浦市社協ってどんなところ？—どんまい
福祉用具アイデアコンクールのお知らせ
第5次三浦市地域福祉活動計画について
教えて！山田さん—理学療法士・山田泰之の「介護ワンポイント・アドバイス」
福祉カレンダー



三浦市社協イメージキャラクター
健康戦隊ミウレンジャー

令和五年度事業報告について

令和五年度の重

点目標に関する考
察の概要です。

一 三浦海岸駅前

に二つの施設をオーブン
ボランティアセンター
とフレイルサポートセン
ターは、目と鼻の先に立
地しています。この地理
的環境を生かして、フレ
イルサポートセンターに
ボランティアの養成や活
動の「場」としての機能
を付帯させることで、介
護保険事業とボランティ
ア活動の融合を目指しま
した。

二 成年後見制度を取り
巻く課題と中核機関連事
業の充実に向けて
被後見人の意思決定支
援と身上保護を重視した
運用を一つの命題に掲
げ、関係職員による月一
回の勉強会を開催しまし
た。また、ネットワーク
の構築が事業の肝である
と考へ「中核機関連コア
メンバー会議」を組織化し
ました。弁護士、市職員、
社会福祉士といった専門
職を中心に、必要に应运
じて認知症初期集中支援チ

ームや民生委員、自治会
の代表者などが有機的に
加わる仕組みです。ただ
し、三浦市には本事業の
指針となる「成年後見制
度利用促進基本計画」が
未だに策定されていない
ことから、中核機関連に
求められる役割を全て果
せる状況にはありません。
三 看護小規模多機能型
居宅介護事業
念願の「看多機」を開
設できたことは、当法人
にとって最大のトピック
です。看多機とは「通所
介護」「泊まり」「訪問介
護」「訪問看護」のサービ
スを一体的に提供するも
のです。最期の瞬間まで
ご利用者に寄り添うこと
が可能になります。我々
は、ついに「看取りケア」
を経験するに至りまし
た。その数は一ケースに
過ぎませんが、大きな一
歩だと考えます。一方、
人材の確保、とりわけ看
護師の確保には今なお苦
戦を強いられています。
そのため、看多機登録者
以外の訪問看護は未実施

に終わっています。
四 地域福祉活動計
画の策定
本計画は、社会福
祉協議会が中心とな
り、住民や、地域に
おいて社会福祉に関
する活動をおこなう
者、福祉サービス
を
経営する者が相互協
力して策定する、地
域福祉の推進を目的
とした民間の活動・
行動計画です。作成
作業は、改めて地域
社会を見つめ直す機
会となりました。

五 アフターコロナ
における福祉イベ
ンの開催
「地域をつなぐは
じめ」とするイベン
トを再開することが
できました。ただし、
年々規模が拡大して
いるため、これを毎
年開催するのは難し
い現状があります。
* * *
最後に、会員各位、
関係機関・団体の
協力に衷心より感
謝申し上げます。
決算は次号に掲載予
定です。事業報告の詳
細は、本会ホームページ
をご覧ください。

三浦海岸駅近くにあるボランティアセンターでは、ボ
ランティアのマッチングをおこなっています。「ボラン
ティアに来てほしい」「ボランティアをしてみたい」な
どのご相談は、左記☎までお願いいたします。
現在、ボランティアセンターのお店番をしてくださる
方を募集中です。

ボランティアセンターに情報をお寄せください

「RIVERAフィッシングマス
ター二〇二四キス」の釣果をご寄付
いただきました。鱈は就労支援センタ
ーで提供させていただきます。
株式会社リビエラリゾート様、あり
がとうございました。

ご寄付ありがとうございます



ボラ協 防災の研修会を実施しました



三浦市ボランティア連絡協議会にお
いて「令和六年能登半島地震災害支援
活動報告会・日頃の防災について考
える交流会」を開きました。三浦市役所
防災危機対策室本田祐二課長より、災
害支援で物資の仕分けをしたことや避
難所の様子等をご報告いただきました。
交流会では、参加者間で日頃の備
えについて意見交換しました。

令和六年能登半島地震災害義援金について

本会各拠点の募金箱に集まった浄財、総額八万六千七
百六十二円を、中央共同募金会を通じて被災地へお送り
しました。ご協力ありがとうございました。

三浦市
ボランティア
情報
☎874-9882

寄託

社会福祉事業のために
▽松生剛様▽株式会社
社リビエラリゾート様▽
匿名(順不同)

ありがとうございます！

訪問歯科診療

歯のお医者さんと歯のヘルパーさん
がお宅に伺います！

- 訪問歯科診療を通して、高齢者の口腔衛生の向上を支援します。
- 歯科治療でお困り的高齢者と家族をサポートします。身体介護が必要な高齢者や障害者のために往診します。往診のご用命はお電話で！

大矢部歯科医院 046-833-5809

238-0024 横須賀市大矢部 2-5-20 あづまビル(Ⅱ) 1階



介護付有料老人ホーム

そんぼの家 三浦
入居一時金無料

18万8290円～(税込)

家事、食事(30日の場合)、管理費込み。介護サービスの1割負担金、居室電気代、居室上下水道代、おむつ代などは別途必要となります。

徹底した個別ケア。
キッチン・浴槽等を完備した完全個室。

■ ご見学 随時承っております

お問い合わせ先: TEL046-880-0711

担当・高橋

線香と日本の銘木仏壇

篠田仏具店



〒238-0235 城山町 2-3
TEL・FAX 881-4714
shinodabutuguten.com



海外区のサロン

サロン訪問記

日時：第1月曜日、第3火曜日 13:30~15:30
 場所：海外会館
 お問い合わせは…
 〒238-0101 三浦市南下浦町上宮田 1489-3
 ☎ 874-9882 (ボランティアセンター)

畳の香りと優しい海風が心地よい海外区のサロン。海辺にある海外会館で、海外区が「地域で安全に、健康に、文化的な暮らしができるように協力し合う」をスローガンに体操や勉強会等の活動をしています。

写真は「健康体操講座」の様子です。体操や、健康をテーマとした話し合いをおこなっています。その他にも、海外区では毎週、市高齢介護課主催の「元氣アップ教室」も実施しています。

参加者からは「近所や区内の人たちとお話できて嬉しいです。」「一人で家にいるよりも、サロンに参加して、皆でワイワイするのがとても楽しいです。もつと参加したいと思います。」「などの感想が聞かれました。

大森英理亜代表にお話を伺いました。「市民の方が交流できる場所をつくりたいと考えています。今は体操や講座だけでなく、お茶会や映画や芸術の鑑賞会をやりたいです。また、三浦市の歴史や文化を伝承する機会も必要だと思っています。」「(富宅)

三浦市南下浦町松輪在住
 草間 典子さん(九十五歳)



草間さんは、はつらつを利用されて今年で十年目になります。はつらつの皆は「歌が上手い人」という印象を持っています。

草間さんは山形県出身で、結婚を機に三浦へ来られたそうです。会社員のご主人と結婚し、専業主婦として子育てをされてきました。自宅の周りは農家が多く、地域の集まりなどで歌を覚えたそうです。ご利用当初から現在まで歌声は変わらず、知らない歌はないくらいレパートリーが豊富です。いつも周りから「もう一曲」とリクエストされています。

普段の会話ではノリがよく、冗談も言い合いながら笑顔で過ごされています。そして、お風呂から上がる「ススキリした」と感想を伝えてくださる素直な性格で、職員をほっこりとした気持ちにさせてくれます。これからも、元気で楽しく長生きをしていただきたいと願っています。(出口)

介護支援最前線「小規模多機能型居宅介護事業所はつらつ」

三浦市社会福祉協議会が運営する「小規模多機能型居宅介護事業所はつらつ」へのお問い合わせは…☎888-9555

Special report

三浦市社協ってどんなところ？

事業紹介「就労支援センターどんまい」



宛名 1258-3 ☎888-7655

公共交通機関を利用したお買い物ツアーを皆で計画して実施しました。お買い物終了後喫茶店へ行き、皆で楽しく会話をしたりおやつを食べたりと、楽しいひと時を過ごしました。これからも色々なことに挑戦していきたいと思っています。

見学・体験大歓迎です。興味のある方はどんまいまでご連絡ください。お問い合わせは、☎八八八・七六五五まで。お待ちしております！(宮崎)

狩倉弁護士のワンポイント法律相談

法律相談は7月26日・8月23日。予約制☎888-7347



Q…借金の返済ができず支払いを命ずる判決が言い渡されました。債権者からは差押えをすると言われています。障害があり無職で、障害年金のみで生活しており、財産といえるものは年金が入金される預金くらいです。

A…判決が確定すると、債権者は債務者の財産を差し押さえることができます。また、判決に仮執行宣言が付されている場合には、確定前でも差押えが可能です。しかし、差し押さえることができる財産がなければ差押えはできません。障害年金自体は差押えを禁止されていますので、年金を受け取る権利自体が差し押さえられることはありません。ただし、年金が入金される預金は差押えが可能なので、債権者からの借入金や返済額の引落がされていた預金口座に障害年金が入金されていると、年金が預金された状態で差押えを受ける可能性があります。生活ができなくなってしまうよう、入金口座の変更を検討する必要があります。この点、債権者は判決に基づき金融機関に対して預金の有無を調査することができるようになりましたので、債権者の調査により他の預金口座も知られてしまう可能性があります。年金の中から少額でも支払が可能であれば、月々支払が可能で金額による長期の分割払いによる和解を試み、そのような和解に債権者が同意しない場合には、破産を申し立てて免責を受け、返済を免れるといったように、負債を整理することを検討すべきです。

法テラスを利用することにより、弁護士費用を分割で支払うことで弁護士に依頼することが可能なので、法テラスを利用した弁護士への依頼を検討してはどうでしょうか。(弁護士 狩倉博之)

三浦市社協の紹介動画を YouTube にて公開中です！
<https://www.youtube.com/watch?v=lmWkV6wONwY>

福祉カレンダー

- 2024年7月
- 2・16日 ボラセン講座(囲碁)
 - 11日 どんまい市立病院販売
 - 17日 ボラセン講座(手芸)
 - 18日 どんまい市役所販売
 - 24日 ボラセンランチ会
 - 26日 オレンジカフェ
 - 26日 無料法律相談
- 2024年8月
- 1・29日 どんまい市立病院販売
 - 2日 皆で海に親しむ会
 - 6・20日 ボラセン講座(囲碁)
 - 15日 ボラセンランチ会
 - 21日 どんまい市役所販売
 - 23日 無料法律相談

未病サロン情報

その他の地区でも不定期開催しています。詳しくは下記☎までお問い合わせください。

- 2024年7月
- 2日 シーアイ
 - 2・16日 飯森中区
 - 3日 宮川会館
 - 4日 日の出会館
 - 4・18日 ボラセン(えきちか)
 - 9日 小網代会館
 - 9・22日 氏子会館
 - 10日 海外楽友会
 - ボラセン三崎
 - 12日 老人福祉保健センター
 - 16日 暖館・海外区
 - 17日 GHみづき
 - 19日 市民交流センター
 - 26日 あんじゅ三崎口
- 2024年8月
- 1・15日 ボラセン(えきちか)
 - 6日 シーアイ
 - 6・20日 飯森中区
 - 9日 老人福祉保健センター
 - 市民交流センター
 - 14日 海外楽友会
 - ボラセン三崎
 - 20日 海外区
 - 21日 GHみづき
 - 23日 あんじゅ三崎口

みうらふれあいサロン情報

- 2024年7月
- 5・19日 岬陽小
 - 11・18・25日 勤労市民センター
 - 10・17・24日 城ヶ島区民センター
- 2024年8月
- 8・22日 勤労市民センター
 - 21・28日 城ヶ島区民センター

掲載予定は、予告なく変更になる場合があります。

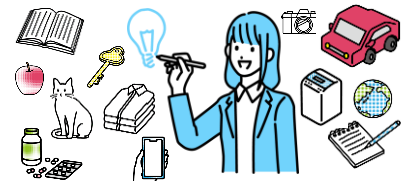
お問い合わせは…
☎888-7347 まで
お願いいたします。

福祉用具アイデアコンクールのお知らせ

Information

「福祉用具」について考えることで、福祉に興味・関心を持つ三浦市民を増やし、地域福祉推進につなげることを目的として実施します。高齢者や障害者、介護者が使っている道具がますます使いやすくなり、生活が快適になるアイデアを募集します。

福祉用具アイデアコンクール



【応募資格】▼市内在住、または通学する小学校・中学校・高等学校の生徒個人・グループ▼市内在住、在勤の個人・グループ

【募集内容】①アイデア部門：レポート形式で提出②作品部門：手作りの福祉用具を現物で提出

【応募期間】8月19日(月)～9月20日(金)17時まで

お問い合わせは、地域福祉課(☎874-9882)までお願いいたします。

第5次三浦市地域福祉活動計画について


Information

本計画は、三浦市を住みよいまちにしていくことを目指して、地域の価値観や目標を定め、福祉の諸課題を解決するための計画書です。


今回は、市民向け行動計画より「寄付をしてみよう」の頁をご紹介します。ボランティアをしたくても、なかなか都合がつかない人におすすめしたいのが「寄付」です。自分が持つお金や物品を、助けが必要などころに渡すことで、間接的に困っている人の役に立ちます。

ボランティアをしたことがない人に向けた、取り組みやすい活動を掲載しています。ぜひ計画書をご覧ください。





◀第5次三浦市地域福祉活動計画(全74頁)。
▶市民向け行動計画(全15頁)。
ボランティアや福祉に携わったことがない方や、小地域の市民活動に興味がある方に向けた内容のみを抜粋したものです。



URL <https://www.shakyo-miura.com/report/data/20240405-01.pdf> (全体)
<https://www.shakyo-miura.com/report/data/20240405-02.pdf> (市民向け)


教えて！山田さん一理学療法士・山田泰之の「介護ワンポイント・アドバイス」

膝の裏側の筋肉を伸ばす運動です。普段の生活において、膝をしつかりと伸ばす機会はほとんどありません。この膝関節の伸長が少なくなることで、より膝関節の負担が大きくなります。ポイントは、つま先を挙げて、膝の伸びをしつかり確認することです。二十〜三十秒を目安に、呼吸を止めず、勢いをつけずに、ゆっくりと伸ばしましょう。

手を入れ替えながら数回繰り返して、膝の動きが軽くなるのが目安になります。

膝の状況や痛みの原因は人によって異なりますので、まずは医師や理学療法士にご相談ください。

本記事に関するお問い合わせは、☎八七六一八六五五(フレイルサポートセンター)までお願いいたします。



テーマ「変形性膝関節症②」

前回、痛みにより膝を動かさない状況が続くことが悪循環であると話しましたが、今回はその動きを一つご紹介いたします。

株式会社 ルナランド
三浦の介護はルナランドにお任せください!

●訪問介護は…
ルナランド介護センター **889-1088**

●デイサービスは…
ルナランドデイサービス **874-8014**

スタッフ、ボランティア 募集中!
お気軽にお問い合わせください。

かながわ信用金庫
かなしん

年金のお受け取りは「かなしん」で!

うれしい特典があります

- ◎お得な定期預金「ねんきん定期500」
- ◎お得な定期積金「ひまわり倶楽部」
- ◎お誕生日プレゼントがもらえる!

ASKUL AGENT
アスクルエージェント

RICOH

株式会社 マツザキ

横須賀店 〒238-0023 横須賀市森崎1-17-21
Tel. 046-835-8171 Fax. 046-836-9291

三浦店 〒238-0243 三浦市三崎2-11-1
Tel. 046-882-3111 Fax. 046-882-3922
E-mail kmatsuzaki@matsu-zaki.co.jp