



# かたる

No.172  
2023 令和5年

4 / 10

ふれあいネットワーク

「①参加する・②語る」の2つの意味です。

社会福祉法人  
小坂町社会福祉協議会

〒017-0201 小坂町小坂字上前田7-1(ゆーとりあ内)  
TEL: 0186-29-3221 FAX: 0186-29-3218  
URL: <http://kosaka-syakyo.net/>

## 「健康寿命を延ばして住み慣れた町で暮らそう」

小坂町社会福祉協議会会長 栗山 鏡志



小坂町にも、桜が満開となる季節が訪れました。春が来たんだなあ、と厳しい冬の寒さに耐えながら何だか生き延びたような気持ちで春を迎えています。

3年越しのコロナ禍の中で見えてきたものがあります。それは健康であることの大切さです。畑仕事をしたり除雪をしたり日常の暮らしを維持できる健康のことです。

私たちが健康を保ちながら地域で暮らすためにはどんな手立てがあるのでしょうか。知人から紹介された動画を見て、なるほどと思い衝撃を受けた事象があります。平成

19年に財政破綻した夕張市で市民が取り組んだことにその答えはありました。夕張市に赴任した医師の森田洋之さんがその取り組みについて語っており、森田さんが赴任した

夕張市ではすでに高齢化率45%に達していたそうです。177床あった総合病院はわずか17床に。規模は10分の1に減り、診療所になってしまいました。CTやMRIすらな

い状況で急患はドクターヘリで札幌へ搬送せざるを得ない状況であったそうです。結果市民は医療を受けづらく不安でしょうがない状況に陥りました。その状況を受け入

れた市民がとった行動とは、なんと病院へは行かず自分の免疫力を高めることでした。夕張市の人々は医療に頼るのではなく予防の方へ意識を変えたのです。その結果、救急

車の出勤回数は減少し医療費も減少。心疾患、肺炎、ガンの死亡率まで下がったのです。自分たちで出来ることは自分たちで取り組む、ということが結果に結びついたのです。

我が町ではどうでしょうか。理解はしていても中々できないものでありますが例えば各自治会で行われているお元氣クラブや社協で行っている男塾等に参加することも健康

促進や体力の維持などの効果があると思います。我々、社会福祉協議会はそうした地域の活動や住民同士のつながりを大切に、地域全体が命を受け止めることができる温かい地域社会となることが、これからの時代を乗り切るために必要なことであると考えて

います。

令和5年度も、多世代にわたり地域共生社会の実現に向けた様々な施策を打ち出し、こちらですよと旗振り役を担いますので、今後とも社会福祉協議会をよろしくお願い申し上げます。

\*\*\* わたしたちはボランティアによる福祉のまちづくりを応援します。

ISO 9001 認証取得  
ISO 14001 認証取得

**KAMITE**

「地域未来牽引企業」認定

プレス金型設計・製作及びプレス加工  
株式会社 カミテ

〒017-0204 秋田県鹿角郡小坂町荒谷字三ッ森62番地1  
Tel. 0186-29-2611 Fax. 0186-29-2612

2007年認定事業者

令和4年度  
**赤い羽根共同募金運動実績**

令和4年度も赤い羽根共同募金にたくさんのご協力をいただき誠にありがとうございました。この募金は一部が秋田県内で活動する福祉団体へ助成される財源として、残りが社会福祉協議会が行う福祉事業へと活用されます。

**1,989,810円**

# 令和5年度社協事業のポイント

今年度は、特にボランティア体験や活動、ひとりひとりの居場所づくりに力をいれたいと考えています。

地域生活の主役は、住民ひとりひとりです。あなたにとっての「安心」が、全ての人の暮らしやすさにつながります。引き続き住民、自治会、福祉・教育関係機関・団体、行政、企業・団体などの皆さんと力を合わせた、町ぐるみでの「安心のまちづくり」に取り組みます。

**基本理念** 人と人が繋がり、共に生き、支え合う安心のまちづくり

**基本目標** 安心・安全を身近に感じ、住み慣れた地域で暮らし続けられる“優しさ”あふれる地域づくりを目指します

●基本目標1 住民同士が支え合い、つながりを実感できる地域福祉活動の推進

- |                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| 1. 生活課題・福祉課題の把握 | 3. 人材育成と自治会支援       |
| 2. 地域支え合いの推進・強化 | 4. 健康・生きがい・仲間づくりの推進 |

●基本目標2 多世代にわたる福祉のこころの育成とボランティア活動の促進

- |                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| 1. ボランティアセンター機能の強化 | 3. 福祉教育事業の推進・強化       |
| 2. 人材育成と確保         | 4. 災害に対する体制及び対応の確認と強化 |

●基本目標3 相談支援体制の構築と生活支援事業・介護事業及び介護予防事業の推進と充実

- |                    |                             |
|--------------------|-----------------------------|
| 1. 総合相談体制機能の強化     | 3. 介護保険事業経営の安定と介護予防事業の推進・強化 |
| 2. 多世代交流拠点事業体制の見直し | 4. 生活支援事業や生活基盤整備の促進         |

●基本目標4 社会福祉法人として社協の目的・使命達成への組織並びに管理体制の充実と強化

- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| 1. 組織体制の強化     | 3. 財務管理の・人事管理の強化  |
| 2. 財政基盤の健全化と強化 | 4. 地域福祉活動計画の進行・管理 |

\*\*\*\*\*わたしたちはボランティアによる福祉のまちづくりを応援します。\*\*\*\*\*

電気製品のご用命はぜひどうぞ

## 福嶋電気店

小坂町古苦竹 TEL 29-2259  
FAX 29-2438

明るい未来は笑顔から

## 株式会社 かんきょう

大館支店  
〒017-0875 大館市住吉町1-20  
TEL 0186(59)7811  
FAX 0186(59)7830

損害保険ジャパン株式会社  
SOMPOひまわり生命 皆様の生命・財産  
安心保険でお約束!

代理店  
**損保ジャパンパートナーズ株式会社**  
小館 康弘

〒017-0205  
秋田県鹿角郡小坂町大地字上村19-2  
TEL/FAX 0186-29-5683  
携帯番号 090-4550-3054

◎相談料…無料  
◎予約・問合せ…  
相談を希望される方はご予約ください。巡回相談開設日以外でも出張相談に応じます。

秋田県北福祉事務所  
児童・生活保護班  
主任相談支援員

(電話) 0186-52-3951

◎時間…午前9時30分～12時  
◎場所…小坂町福祉保健総合センターゆとりあ

※毎月第3水曜日  
10月18日(水)  
9月20日(水)  
8月16日(水)  
7月19日(水)  
6月21日(水)  
5月17日(水)  
4月19日(水)

ご案内

### 生活困窮者自立支援巡回相談

令和5年度の巡回相談日程をお知らせします。お悩みのある方はこの機会にぜひご利用ください。

◎日程…4月19日(水)



# 傾聴ボランティア養成講座 42名が受講

2月から3月にかけて全4回の傾聴ボランティア養成講座を実施し、新たに10名の方に修了証を交付しました。

この講座は、住民が「傾聴」を通じた心の健康づくりをねらいとした自殺予防事業です。今回は「相手に寄り添い心の声を聴こう」と題し、傾聴の基本から、心の不調の要因・対策、実践的な方法についてなど、様々な分野の講師の方々にお話をいただきました。ぜひ今後の活動に生かしていただきたいと思います。

## 【受講者アンケートより】



傾聴の基本が相手に寄り添い、まず相手の話をよく聴くことであるというのがとても印象に残りました。そして沈黙がとても大切というのも学ばせていただきました。

(秋田メンタルケアカウンセリング傾聴 代表 木場和子氏の講座より)

支援する、支援されるの価値観を捨てるのお話に非常に納得しました。先生ご自身の体験から出たお話なので説得力がありました。

(ココスグ〜こころの居場所〜代表 菊地陽介氏の講座より)

「寝る前に自分をほめる」ということを自分で実行し、他者にもすすめていきたいと思いました。(さとう心療内科 院長 佐藤泰治氏の講座より)



◀ 強烈寒波も若者パワーで  
なんのその！

1月31日、小坂高校生による「小坂高校除雪ボランティア」を実施しました。高齢者世帯や一人暮らし世帯等を対象に行われ、例年よりも降り積もった雪を一懸命片付けてくれました。さらに2月17日には、小坂中学校の生徒協力のもと実施し、住民との交流を通して、思いやりや支え合いの気持ちを育んでくれました。

## 中高生による除雪ボランティア



## 今年もお届けしました おせち料理

皆さまにご協力をいただいた赤い羽根共同募金を活用して町内の80歳以上の高齢一人暮らしの方や高齢者世帯、障がいをもった方へおせち料理をお届けすることができました。また小坂小中学校の児童生徒さんから心温まるメッセージ、十和田湖を撮影したポストカードをいただき、おせち



料理に添えて74名の方々へお配りしました。いただいた方から「良い正月を迎える事ができて嬉しい」と喜びの声が聞かれました。



# KABU 筋男塾

## 小坂マリア園から 職員募集のお知らせ

### ●臨時職員 保育士…1名

- ①必要な資格…保育士・幼稚園教諭
- ②採用…令和5年4月1日～(随時)

●試験・面接は、随時対応させていただきますので、履歴書を小坂マリア園に持参又は郵送ください。後日、直接試験日をお知らせいたします。  
※ハローワークに求人票を公開しております。

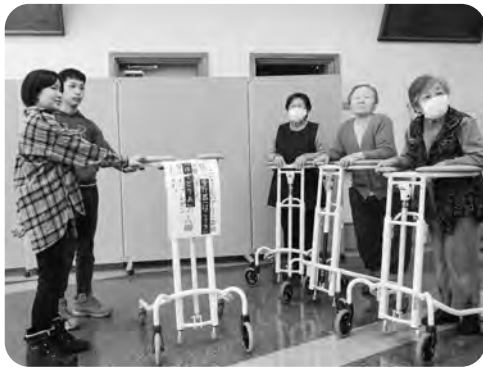
●お申し込み・問い合わせは下記まで

**小坂マリア園**  
小坂町小坂字上前田7番地9  
☎0186-29-3222

### 異動

#### 職員の異動

- ◆ デイサービス ゆーとりあ  
介護士 金屋 峰子 (心春)
- ◆ デイサービス ゆーとりあ  
介護士 野呂由実子 (心春)
- ◆ デイサービス 春  
介護員 田口まり子 (ゆーとりあ)



◀小坂小学校より歩行器を寄贈していただきました。

### 採用

◆ デイサービス ゆーとりあ

調理員兼介護員

川口 敦司  
(R5年4月採用)

### 退職

介護士

栗山 早苗  
(ゆーとりあ)

介護士兼調理員

村木マサ子

(ゆーとりあ)

調理員

和田 智子  
(ゆーとりあ)

※( )内は前職

### ■香典返し

皆さまからの善意です

濁川	中村 道義様
藤倉団地	川田重三郎様
野口	秋本 信明様
永楽町	佐藤 明子様
蛭	池田 貴弘様
さくらんぼ	成田 真也様
大館市	齊藤 誠様
蛭	成田 昌章様

(総額…240,000円)

### ■一般寄付

小坂町老人クラブ連合会様  
(総額…100,000円)

### ■物品寄付

小坂町老人クラブ連合会様  
(雑巾・タオル) 様  
小坂小学校  
(歩行器)

(令和4年12月23日)  
(令和5年3月30日受付分)

### 皆さんの善意

ありがとうございます

### 弁護士さんに 相談しませんか

多重債務・財産・不動産・対人トラブル等の対応にお悩みの方を対象に、法律相談を次の日程で実施します。

- ◆日時 4月25日(火)  
5月23日(火)  
6月27日(火)
- ◆日時 4月11日(火)
- ◆日時 4月25日(火)  
5月23日(火)  
6月27日(火)

- ◆対象 小坂町民
- ◆相談員 山口 謙治 弁護士
- ◆相談料 無料 (1人30分まで)
- ◆申込 要予約  
いずれも先着4名
- ◆申込受付 4月11日(火)～
- ◆相談内容を予約時簡単に伺います。
- ◆申込・お問い合わせ先 社会福祉協議会  
和田 由香

◆場所 ゆーとりあ  
1階 生活相談室  
15時30分  
いずれも13時30分

☎29-3221