

# あきらめない ～いろいろな意味で～

日時：平成30年7月22日（日）  
10:20～11:10  
場所：小出地区コミュニティセンター  
大会議室

講師：(公財)藤沢市みらい創造財団  
石井雅史さん

プロA級競輪選手が、突然の事故で頭部強打による脳挫傷に！後遺症で言語障害や記憶障害が生じ、また左足も不自由な状態になりました。しかしご家族や仲間の献身的な支えによりさまざまな困難を乗り越え、ついにパラリンピックのメダリストになったのです。そんな“あきらめない”心を、ユーモアを交えてお話ししてくださいました。

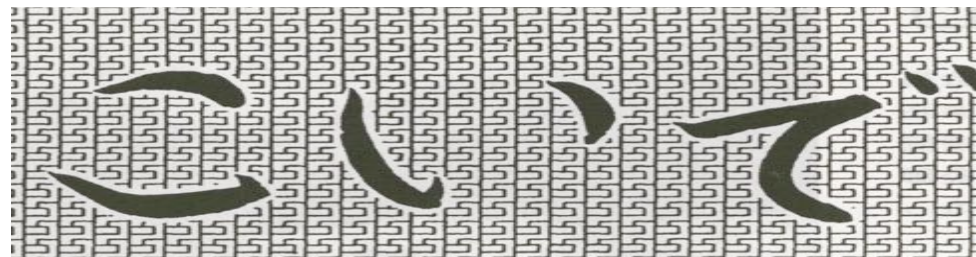


## みなさんにお伝えしたいこと

- 周囲に支えられ、生かされている
- 自分がワクワクすることを見つけて欲しい
- 願わなければ叶わない
- 和顔施

石井さんから、私たちへのメッセージです。

パラリンピックの金メダルを見せていただきました。本物は重い！



## ブリーズ湘南とお食事会を楽しみました

素晴らしい秋晴れの日曜日、敬老のお祝いとして「ブリーズ湘南とお食事会」が開催されました。赤とんぼ、里の秋…懐かしい曲が披露されました。

日時：平成30年10月21日（日）  
場所：老人憩の家 皆楽荘（大広間）

77歳以上の方々56名が出席されました。地元のバンドということで小出を歌ったオリジナル曲「ふるさとよ」も披露され、若かりし頃・子供の頃のお話に花が咲きました。



## 福祉講座パート2

# 健康寿命の伸ばし方 ～転倒防止と生活習慣病の予防～

日時：平成31年2月3日（日）  
13:30～15:00  
場所：小出地区コミュニティセンター  
第一会議室

福祉講座パート2として、長岡病院リハビリテーション科、理学療法士の石井大輔さん、同じく薬剤師の筒井恵津子さんによる「健康寿命の伸ばし方」についてお話がありました。「介護が必要になる原因は？」「運動の必要性は？どんな運動がいいの？」など簡単な体操を交えて具体的に説明してくださいました。最近包装シートを誤って薬と一緒に飲み込み、重大な傷害を招く事例が増えているとの報告を受け、質疑白熱の会場となりました。



医師に頼んで一包化してもらおうか、仕分けの段階でシートから出しましょう。



齋藤里美さんの「みんなと手遊び」です。毎日お風呂でやると脳が若返りますよ！



茅ヶ崎市社会福祉協議会の原田さんが「赤い羽根募金」「歳末助け合い」のお願いに登場。みなさん、その場で募金箱に寄付してくださいました。ありがとうございました。



## サロンへのご参加、ご協力ありがとうございました！

4つのサロン「ほのぼの小出」「むくろじ」「おしゃべりいろは」「楽々ひろば」は平成30年度も、それぞれ元気いっぱい活動しました。ご参加、ご協力、本当にありがとうございました。

むくろじ（毎月第1・3金曜日）

おしゃべりいろは（毎月第1木曜日）

H30年度7月～2月は小出支所がコミセン第3会議室に移設されていたため、むくろじは1階和室で開催していましたが、暑過ぎるは落ち着く雰囲気や保護者やサポーターにも好評でした。近くにある階段が気になる元気な子どもたちの安全と他の利用者の方のご迷惑とならないよう配慮も必要でしたが、良い経験ができました。



編み物、おしゃべり、ヨガ…みなさん思い思いに楽しんでいます。  
(写真は2019年2月7日の様子です)

ほのぼの小出（年4回）

H30.9.8(土)  
(第69回)  
「カント・レガ  
ロ」のみなさん  
による懐かしい歌  
の披露です。

H30.6.13(水) (第68回)  
「いろは太鼓」の皆様9名  
の方々による三味線と太鼓  
の響きを堪能しました。



「楽々ひろば」

2019年6月より、小出地区内の自治会館を会場として、持ち回りで月1回程度の「楽々ひろば」を開催する予定です。日常生活全般に関わる話題を提供しながら、和やかな雰囲気の中でおしゃべりをする場を提供します。詳しくは後日、回覧にてご案内いたしますので、お誘いあわせてご参加ください。



H30.12.12(水)  
(第70回)  
ほのぼの小出ではおなじみ  
の相模亭みの助さんのウク  
レシ漫談、相模亭長介さん  
のお笑いマジックです。

H31.3.9(土) (第71回)  
遠藤公民館で活躍されて  
いる「ドルチェ」の皆さん  
によるクラシックギター  
の合奏を楽しみました。

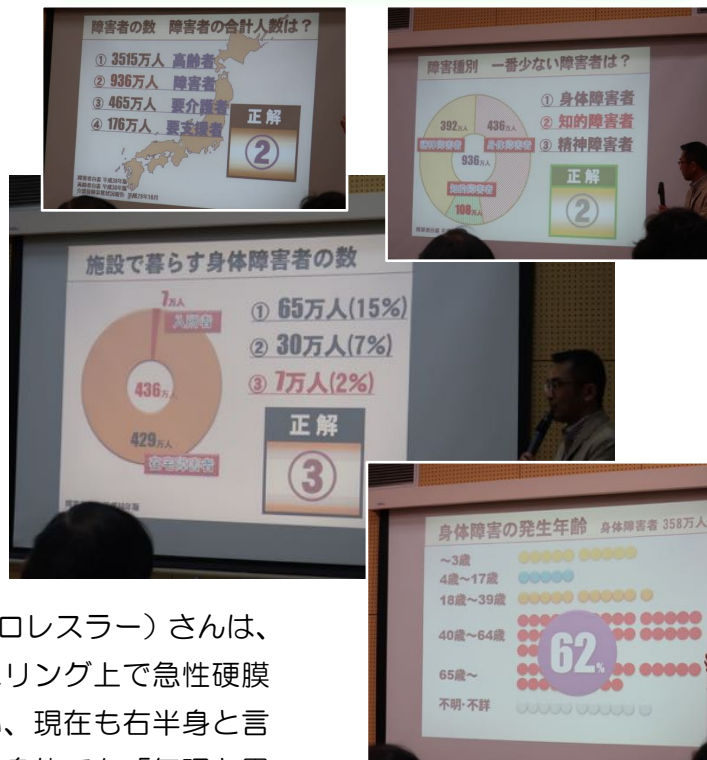


## 障害者支援施設「足柄療護園」訪問記

絶好の行楽日和の平成31年3月8日（金）、向った先は南足柄市三竹に在る障害者支援施設「足柄療護園」でした。

【足柄療護園】県西の2市8町をエリアとした身体障害者療護施設で平成13年4月に開設されました。施設入所サービス（在宅での生活が困難な重度の身体障害者対象、全室個室・定員60名）、日中支援サービス（在宅障害者対象の通所事業で生活介護だけでなく自立訓練や就労継続支援）、短期入所サービス（在宅障害者の家族対象）、相談サービスも行っています。

柴田事務局長のお話しは、施設の説明からではなく「障害者を知ろう」というテーマでクイズを交えて始まりました。人口1億2671万人中、高齢者は3515万人、障害者は936万人でも予算配分は10対1であること、障害者のうち最も多いのは身体障害者で436万人、そのうち施設で暮らす人は7万人で2%にすぎず、残りは在宅障害者であること、一口に身体障害者といっても視覚、聴覚・言語、肢体不自由、内部障害と多岐に渡り、中では肢体不自由が49%で一番多いこと、またその発生年齢は40～64歳が38%で一番多く65歳以上を含めると62%に登ること等次々と繰り出されるお話しはまさに目から鱗でした。



何かをやろうと、  
又は始めようとした時には  
無理と思っても、  
その事を始めて  
みないと分から  
ないから、  
やってみるんだ～！！  
と、言葉を贈ります～！

利用者の星川尚浩（プロレスラー）さんは、15年前29歳の時にリング上で急性硬膜下血腫の大けがを負い、現在も右半身と言語に障害が残っている身体でも「無理と思っても始めてみないと分からない。絶対に諦めない」と話してくださり不撓不屈の精神に一同深い感銘を受けました。



施設内を案内して頂いた後の昼食は、利用者の食事をちょっとアレンジしたお弁当に同じ運営母体の「ふくらん」（知的障害者の就労支援先）のこだわり卵のプリンも付き、身も心も充実した施設研修となりました。



## 茅ヶ崎市社会福祉大会で、高木さんが表彰

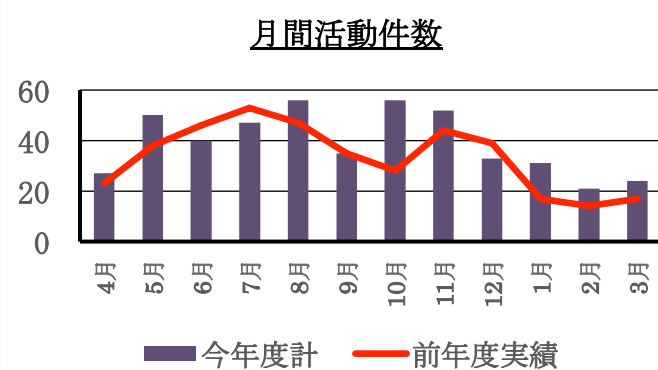
平成30年12月2日（日）、第39回茅ヶ崎市社会福祉大会で永年の福祉活動により高木さんが表彰されました。高木さん談「むくろじに関わるようになって10年が過ぎたのだなと改めて感じました。子どもたちの成長ぶりに元気をもらってきました。」とのこと。おめでとうございます。これからも益々のご活躍を期待しております。



はい！ こちらは  
小出ボランティアセンターです



平成30年度は、年間472件の活動をしました。サポーターの延べ活動人数は1,449人でした。例年、夏の時期はご依頼が多く、ご希望に添えない場合があります。早めにお申し込みいただくと助かります。



お手伝いが必要な場合やお困りの場合は  
お気軽にお電話ください。

TEL & FAX: 0467-98-0901  
開所日: 皆楽荘 開所日の火曜日と金曜日 9時半～12時  
\* 開所日以外は 留守番電話とファックスで受け付けています。  
\* ボラセンと一緒に活動していただける方の参加をお待ちしています。  
電話の受付や事務処理の仕事もあります。