

## 謹賀新年

## 会長新年の挨拶



新年明けましておめでとうございます。

新しい年が皆様にとりまして幸多い年となりますよう心からお祈り申し上げます。

本年の干支は「申」です。申の由来は「利口で好奇心が旺盛、山の賢者で山の神様の使いと言われている」との意だそうです。日照りや大火事を防ぎ、臨機応変だそうです。

本年は皆様ご存知の様に「栄区誕生30周年」の記念すべき年でもあり、私どもの所属する連合町内会並びに社会福祉協議会もともに30周年を迎えます。

幸いこの地域は自然環境に恵まれ世代間交流も盛んで町内会・自治会・学校・ボランティア団体等の皆さまと更なる交流を深め福祉の町を目指したいと考えています。

微力ではございますが未来をみすえた町づくりに取り組んでまいりたいと考えておりますので、本年も皆様方の温かいご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

平成28年元旦

上郷西地区社会福祉協議会 会長 塚本 忠志

## 第29回栄区社会福祉大会



平成27年11月27日（金）に開かれました。

第1部 式典・表彰では、多年にわたり地域福祉活動に携わってこられた方がたの功績に対し感謝の意を表すもので、上郷西ヶ谷ハイツの高齢者サロンハイツ集い処の阿部よしゑさんが福祉団体自主活動功労者として受賞されました。おめでとうございます。

第2部 活動発表・交流会では「高齢期を地域でいきいき生きる」をテーマに、3人から活動内容の発表がありました。その中で、ボランティアグループたんぽぽ代表の大森真由美さんが参加しました。

これまでの活動にお礼を申しあげるとともに、これからも広く活動して下さることを願っております。（原田）

## 第3期（平成28年～32年）栄区地域福祉保健計画の概要【第3回】

第45号社協だよりにも掲載致しましたが、その後の活動状況についてご報告致します。

現在「上郷西地区支え合い・つながるプラン推進会議」では【子どもたちの未来のために】～みんなで考える意見交換会～でご意見・ご提案頂いた160項目についてテーマ分けに取り組み【安全・安心】、【地域活動・環境】、【健康づくり】の3大項目を設定して、何回となく関係者と協議を重ね、いよいよ具体化に向けた絞りこみも進みました。

3大テーマごとに『課題』、『将来像（目標）』、『具体的取組内容』、『取組体制』にまとめ、オール上郷地区の参加によりいよいよ来年早々にキックオフにこぎつけました。特に重点に置きますのは「誰でも気軽に集える居場所づくり」です、もう一つの重点は「子育て支援」です。

今後上郷西地区の皆様には都度情報発信させていただきます。

「私達の住み慣れた町で、安心して暮らしていくため」の取組に皆様も一緒に考えましょう！

上郷西地区社会福祉協議会 会長 塚本 忠志

# ぬくっぴー登場 ～ 第15回世代間交流サロンぬくもり開催

第15回世代間交流サロンぬくもりが12月20日に開かれました。今回は3月にデザイン投票、6月に発表されたマスコットぬくっぴーの着ぐるみが、主題歌とともに発表されました。上郷中学校吹奏楽部演奏による「ぬくもりに行こう」とともに登場したぬくっぴーは等身大、デザイン上ほぼ真ん丸。おおきいのになんとかわい～い。

感謝状が着ぐるみ製作者野村めぐむさん、主題歌作詞者石塚淳さん、作曲者生方岩夫さん、踊りの公田学童くぬぎ、小さい身に着けるマスコットぬくっぴー製作の手作り工房ちくちくにおくられました。イベントゲストの上郷中吹奏楽部の指導者中村先生の軽妙な語りが場内を沸かせ、部員の演奏、踊りに場内は感動していました。この日行われたポッチャ対抗戦は、一般参加の上郷中福祉委員会チームが見事優勝しました。(みやち)

展示及び演奏風景です。雰囲気をお楽しみください

私がぬくっぴーです

「ぬくっぴー」主題歌の作詞、作曲家の表彰式です



干支にちなんだ申のお人形 たんぽぽさん提供



上郷小学校生徒さんの作品です 毎回、参加有難う

絵画（プラチナ会）と羽子板（個人）コラボレーションで、見事な構成



あさの会さんによる、昼食です。美味しかったです



体験・昆虫講座です。ボランティアの皆さん、お疲れ様

今年もサンタさんが歌声を披露し、場内盛り上り



ボランティアネットによるミュージックベル食堂にての演奏でした。拍手喝采



体験・毛糸で作る小物

## ぬくもりのつづき

ボッチャ対抗戦・12チーム参加  
決勝戦・見事勝ち上がったのは、  
上郷中学校福祉委員会チーム  
の皆さん



上郷中学校吹奏楽部

アンコールにこたえて、踊りと演奏を披露、観客の皆さん、感謝・感激・感動



生徒さんの演奏楽器の披露

ぬくっぴーぬいぐるみ製作者、  
踊りの公田学童くぬぎさんの表彰式

## 西ヶ谷元気づくりステーションの紹介

歩いて通える場所で「楽しく心と体の健康づくり」をモットーに、脳トレ・筋トレを開催しております。筋肉はいくつになっても鍛えることで強くなります。器具など使わないセルフ筋トレなので無理なく続けられます。基礎代謝量を高め、生活習慣病の予防や認知症予防につなげましょう。参加者の声として、体が軽くなった。階段の昇降にも息が上がらなくなった。等。見学・体験可。

開催日時：毎週木曜日 10時～11時30分

会場：西ヶ谷団地集会所

問合せ：深草伸一（西ヶ谷団地）891-4954、赤堀信夫（コートハウス）893-7944  
福添順子（西ヶ谷ハイツ）891-2910、原田玲子（上之町）892-3065



## 第1回 よこはま地域福祉フォーラム 報告

平成27年12月11日（金）に関内ホール 大ホールにて、横浜市社会福祉協議会並びに18区社会福祉協議会主催で「第1回 よこはま地域福祉フォーラム」が開催されました。

当日は18区の社会福祉協議会、町内会、民生委員関係者等300名が参加して開催されました。テーマは『一人ひとりの困りごとに向き合う地域づくり』で地域の中で困っている人に気づき支え合うには、隣近所などの小さな単位・エリアでの活動が大切との内容で、コーディネーターに「静岡福祉大学 社会福祉学部の西尾教授」のお話で開始されました。

一人ひとりの困りごとに向き合い、自治会・町内会やさまざまな団体とつながることで一緒に解決の糸口をさぐり、地域づくりを行ってきた『戸塚区柏尾地区社会福祉協議会』、『港北区域郷地区社会福祉協議会』、『港南区社会福祉協議会』3区の事例紹介がありそれぞれが具体的で各社会福祉協議会と各団体が密な連携のもとに「一人ひとりの困りごとを見逃さない、見過ごさない、支え合う地域」実現に努力されている様子に感動するとともに、上郷西地区でも一層自治会町内会・各団体と連携を深め、孤立しない町づくりを目指さなければと強く感じました。（塚本）

## 福祉講座1：心も体も食べたものでできている

開催日：平成27年11月13日（金）（於）桂台地域ケアプラザ

今回の福祉講座は、ふくろうカフェ主催、私共は共催で、講師（社）日本フードアナリスト協会認定講師 若尾洋祐氏に、「健康で安心な食事」「食べることで心も健康に」「世界に誇る日本料理」3つテーマでの講演を開催いたしました。私たちが、健康に良いと思っている、飲み物、食べ物の中で栄養にならず体に身につかないものもあるなど、今迄の常識を覆す内容に聴き驚愕致しました。（張戸・本田）

## 福祉講座2：介護保険いろいろII

開催日：平成27年12月15日（火）（於）野七里地域ケアプラザ

野七里地域ケアプラザ包括支援センター 主任ケアマネジャーの城戸亜希子さんによる講演です。

今回は来年1月から開始される「介護予防」「日常生活支援総合事業」についての講演で、これらの実施により要支援相当の方から元気な高齢者まで介護予防と日常生活の自立支援を目的としたものです。横浜市では4月からの実施との事。当日は、質疑応答、ティータイムの時間に城戸さんより「お隣と話してみましょ」という事例聞いたうえで、グループワークを行い活発な討論のもと全グループとも花丸の評価を頂き大変有意義な講座になりました。

地域ケアプラザでは何時でも皆様の質問等には相談者の立場になり対応して頂けるそうです。（張戸、本田）



## 随想：新しい年に向けて

- ・「認知症にはなりたくないね」という人がいます。でも85歳過ぎると4人に1人。だれがなるかわかりません。
  - ・2005年に始まった「認知症サポーター100万キャラバン」は2009年目標達成後も運動は続き、2015年全国でサポーターは667万人、横浜では16万人を超えています。
  - ・この4年間上郷中学校1年生でサポーター養成講座を開いています。「昨年までは聖ヶ丘教育福祉専門学校木田茂樹先生のお話しが8割、サポーター養成講座が2割でしたが、今年は事前授業（サポーター養成講座）と木田先生のお話しと2日間かけました。一日目は各教室で担任から話を聞くという形をとりました。ビデオを見、話を聞き、ワークシートをやり感想を書くという様子を各教室まわって拝見し、認知症を理解しようと集中している姿に「頑張っているな」という印象をうけました。
  - ・認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守る、支える人のことです。地域にサポーターが増えれば、たとえ認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができると活動を続けています。
- またこの講座は桂台地域ケアプラザと共同で行っていますが次年度は対象を小学生にも広げたいと担当者と考えています。（みやち）

（編集後記）過去1年を振り返ると、社協だよりは上郷西地区に関する、行事・催し事を広報してきました。全国では、福祉に関する悲惨な報道が目立っています。直近では、車による一家入水心中。このような事件を発生させない様、各地の福祉関係者のご苦勞がしのばれます。決して他人事ではないことを肝に銘じ、地域活動で惨事の防止を図りたいものです。（川上）