

2025

冬号

Number. 54

ゆすまいる



ゆすはらの smile さがし



もくじ

1. 福祉教育 ふだんのくらしのしあわせを学ぼう
2. 地域のとりくみの紹介
3. 赤い羽根共同募金のお礼／フードドライブのお礼／まごころ弁当のお礼
4. 社協の地域福祉係はどんな仕事をしているの？
5. 輝く栲原人！み～つけたっ！
6. ジェネリック医薬品と薬局について

お知らせ

新年の挨拶／松原地区老栄会日帰り研修

Cover's Story ～表紙の写真に関するエピソード紹介～



栲原町社会福祉協議会
LINE公式
お友だち登録をお願いします！

登録は
こちら



梶原高校3年生 総合的な学習YELL「自分たちができる地域福祉」

私たち、認知症サポーターになりました！！



梶原高校3年生 福祉班

認知症サポーターとは

何か特別なことをする人ではありません。
認知症について正しく理解し、
偏見をもたず、認知症の人
や家族を温かく見守る
応援者です！



認知症サポーターが必要だと思った経緯

夏休みに地域の集いの場にボランティアに行きました。その中で、耳が聞こえづらかったり、目の不自由な方もいて、その人にあったコミュニケーションをとることの大切さや集いの場が認知症予防や高齢者の楽しみのある場であると分かりました。認知症の方が安心して暮らせる環境や理解してくれる人がいたら、認知症の人にとって大切な支えになると思い、認知症の勉強をしたいと思います。

認知症サポーター養成講座で学んだこと

- * 認知症には色々な種類があると知った。
- * 認知症の症状には記憶障害や見当識障害など5つあることが分かった。
- * 認知症の関わり方は、「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」と学んだ。
- * 相手のことを考えた対応をしなければならない。
- * 認知症に限らず、相手の気持ちに寄り添って不快な思いをさせない。 など



自分たちができること



- * 接し方や相手の立場になって考えることを学んだので活かしてサポートしたい。
- * もっと認知症についての理解を深めたい。
- * 身近に認知症の人がいたら学んだことを活かして、寄り添い支えたい。
- * 表情を見て気づけるようになって、困っていたら声をかける。



～ 認知症の相談先めぐり～



梶原病院
(かかりつけ医)



保健福祉課



今回僕たちは参加できませんでしたが、毎月第1月曜日に認知症家族の会が定例会をしています！

げらげら家族会(認知症家族の会)



社協

みなさんも一緒にサポーターになりませんか？



地域のとりくみの紹介

松原紅葉まつり



令和6年11月3日(日)松原紅葉まつりが開催されました。会場は地域の皆さんの手作り食品や野菜の販売、鮎の塩焼きにしし汁、つきたてのお餅などを求められる方で賑わっていました。松原の行事では恒例になってきているフリーマーケットも、地域の方々が品物をたくさん提供してくれ、掘り出し物を探すお客さんで大盛況でした。また今回初めて焼き芋の販売とメダカすくいを開催。地域の方からいただいたお芋に、お手製の焼き芋機で焼いた本格的な焼き芋を販売しました。メダカすくいはこどもはもちろん、大人の方も夢中になってすくっていました！

初瀬いきいきと 合同地区忘年会

令和6年12月6日(金)既存の集いのいきいきと地区の活動計画にあげていた、年に1回の催しを実施することを合わせて行いました。

わさび入りシュークリームを食べている人はだ〜れだ？

的当てゲームに挑戦



住民同士の交流やつながりが深まりました♪

西区クリスマス会

令和6年12月8日(日)に西区クリスマス会が開催されました。小さい子どもからお年寄りまで59名の参加がありました。

西区特産のジビエを利用したカレーや鹿肉のローストビーフ風、マカロニサラダ、いも天などを皆で食べました。

また、中村栄養士による「バナナうんちは元気な証拠！」と題したお話があり、子どもも興味深々でした！地域の方のピアノ演奏では「少し緊張した。」とのことでしたが、皆でクリスマスムードを楽しむことができました。最後にみんなでクリスマスケーキも食べました。

参加者からは、「料理がおいしかった。」「子どもからお年寄りまで集まって楽しかった。」「うんちの話が分かりやすかった。」「もっと西区を盛り上げたい。」などの感想があり、有意義な1日を過ごすことができました♪





じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



昨年は赤い羽根共同募金にご協力を賜り、心から感謝申し上げます。
皆様からお預かりしたこれらの募金は令和7年度の梶原町の福祉活動に使われます。
今後も募金から福祉活動へ、福祉活動が新たなつながりとなり募金のご協力へと皆様の
優しい気持ちが循環して、豊かな地域をつくっていきけるように活動していきます。
共同募金はあなたのまちの身近な福祉に役立っています。

募金にご協力いただきありがとうございました。

フードドライブ活動 キャンペーン期間（10月1日～11月30日）

令和6年10月20日（日）に芸術祭開催に合わせ、
地域活力センター夢・未来館1階にブースを設置させて
いただきました。
頂いた食品等は必要な団体や経済的に困窮している方
などへ寄付させていただきます。



ご協力ありがとう
ございました。



まごころ弁当実施のお礼

令和6年度 赤い羽根共同募金助成事業

令和6年12月1日（日）各区で総勢**242名**のボランティアが
集まり、早朝から調理、午後から配食を行いました。

お弁当を手渡すと「今年はどんなお弁当やろ。楽しみにし
ちよったよ。」という声も頂きました。お弁当が配食される
のを玄関口で待って下さる方もいらっしゃいました。

まごころ弁当実行委員会をはじめ、ご協力いただきました
皆様に厚くお礼申し上げます。





社協2年目の中越明が職員に密着してみました！

社協の地域福祉係は どんな仕事をしているの？



日々地域福祉に従事している私達ですが、社協って何をしているのか知らない方もいると思います。そこで、今回から地域福祉係の仕事について3回にわたり紹介していきます。



レッツゴー！ 川田沙月

今回は地域福祉コーディネーター兼生活支援コーディネーターの川田さんに密着しました！



座談会の様子

地域の皆さんと一緒に気になる地域の課題を洗い出し、解決に向けて新たな仕組みや支え合いについて検討しています。



自宅の地盤を確認！

地域の皆さんのご希望をもとに、勉強会の企画を一緒に考えます。社協からは災害時に地域力を発揮できるよう防災座談会を推しています。

1 地域の集いに参加

いきいきや宅老所、近所の集まりに混ぜてもらって地域の情報や繋がり(お宝)をたくさん発見しています。ここでは集まること【気に掛け合う関係性】の大切さをお伝えしています。

そこで困りごとの相談も受けたりするので、関係機関や各種団体につないだり情報提供を行ったりしています。

2 地域福祉活動計画の推進



座談会の様子

地域の皆さんと一緒に気になる地域の課題を洗い出し、解決に向けて新たな仕組みや支え合いについて検討しています。

3 勉強会の企画



自宅の地盤を確認！

地域の皆さんのご希望をもとに、勉強会の企画を一緒に考えます。社協からは災害時に地域力を発揮できるよう防災座談会を推しています。

4 地域福祉の担い手の育成を推進



栲原高校や栲原学園にて福祉の仕事や地域福祉の講義を行っています。学習を深められるよう、専門職や各機関と連携を行い、未来の福祉の担い手を育成しています。

5 民生委員さんや関係機関と情報共有



連携によりサポートの幅が広がりますね！

地域での課題を共有し解決策を検討したり、様々な関係機関と連携し、その人らしい暮らしが継続できるよう調整します。



6 自宅訪問から見える地域課題を早期発見！

井の谷を紫陽花街道にしたい！
地域を盛り上げたいなあ～



暮らしや地域のことは社協へ！

自宅訪問を行い、年齢関係なく【気軽に相談できる窓口】であることの周知を行い、地域を盛り上げる集いや取り組みと一緒に検討しています。

また地域においては福祉サービスだけでは対応できない生活課題も増えており、制度の間で困っている人の声を自宅訪問することで早期発見、早期解決をめざし実施しています。

個別の課題から他にも同じような困りごとを抱えている方はいないか聞き取りを行い地域課題として皆で話し合いを行うことや、住民の声を代弁すること、必要な事業や住民の援助などを組み合わせたり、新しい仕組みづくりのための調整を行います。

個別での訪問、地域の集いに参加することで、まずは自分を知ってもらうこと！そして何かあったときに気軽に相談できるよう、日頃の関係性づくりが大切だと感じました。



輝く栲原人！み～つけたっ👁️！

in 東区



発足から長年携わってきた栲原町精神障害者家族会の会長を退かれた長山さんに、会への想いや今後の目標などをお伺いしました。



▲ にじいろアート展作品の搬入作業

長山久美子さん（88）S11.2月生

旧西土佐村出身。兄2人の下に末っ子として生まれる。北宇和高校卒業後、地元の四国銀行に就職。5年間勤めた後、23歳の時に母方の親戚だっご縁で、長山家へ嫁ぐ。お店の切り盛りのかたわら、2人の子どもの子育て、夫の看病や舅の介護と、大黒柱として一家を支えた。

精神障害者家族会の発足

夫が発症した時、長男の事で関わってくれた保健師さんに偶然話した事で、医療につながったがよ。当時は、相談できる人も思いつかなかったし、まだ家族会も無かったし。離乳もまだの長男を連れて、夫の入院に3か月付き添った時は本当に大変やった！

ただ、月に1回、家族のケアのために高知市から医師が来て、そこで集まった皆でお話しとかはしよった。その時、折々でアドバイスをくれていた須崎市の家族会会長さんが「（栲原町でも家族会を）作ってみたらどう？」と言ってくれた事が大きなきっかけになったがよ。



皆さんに美味しいお茶を飲んでほしい！昔取った杵柄は健在よ

精神障害者家族会にて、自ら点てたお抹茶を振舞って

家族会での悲喜こもごも

当時は、一般向けの精神疾患の情報はほとんどなくて地域の方の理解も当然難しく、「厳しいこと言われてね。（そんなつもりはなかったかもしれんけど）」という話を家族や当事者から聞く時は辛かったね。それでも家族会を通して、色々な所へ勉強に行かせてもらえて、たくさん仲間ができたことは、とても良かったし、家族会が声を掛けた時には、たくさんの方が駆けつけてくれたりして、皆の支え合いを実感できた時は本当にうれしかった。

人生は捨てたもんじゃない

40年家族会の活動を続けてきたけど、私も会員も年齢や体調のこともあって、継続が難しくなってしまったことは残念。でも、今もこれからも悩みを抱えている当事者や家族はいるので、障害に対する理解が深まって、皆さんと一緒に支えあえるような地域になってほしいと思う。

ご家族の皆さんへお伝えするとしたら、「今は大変でも、その状況がずっと続くわけじゃないよ」ってことかな。

私も、当時、状況を見かねた実家の母に「戻っておいで」と言われるほど大変な時期もあって、とても辛くて泣いたこともたくさんあったけど、栲原では話を聞いてくれる、愚痴をこぼせるご近所さんにも恵まれた。そのうち自分も家族も落ち着いてきたら、気分転換に自分の好きなことをやってみたい、と気持ちのゆとりができてきて、好きな踊りを始められた。ずっと昔に祖母に手ほどきしてもらった茶道も何十年ぶりに再開できて、今でも月に1回、宇和島にお稽古に通いゆう。「時を待てば、好きなこともできるようになる。」

これからも、趣味のお茶や踊り、もちろんお店の仕事も続けられる限りは続けることを目標にしちゅうき、頑張ります。

ジェネリック医薬品と 薬局について

今回はジェネリック医薬品と薬局について秋号に引き続き、ゆすはら薬局の長谷川薬剤師にお話を伺いました。

ジェネリック医薬品への移行について

現在、80%近くの方がジェネリック処方になっています。先発品と変わらぬ効果があることへのご理解をお願いします。



処方薬局はひとつにまとめよう

梶原病院だけではなく、高知市内、あるいは愛媛の病院を受診されて内服処方を受けている町民の方も多と思います。処方を受ける時は薬局を1つにまとめることを検討してみてください。お薬手帳を1つにまとめることが管理もしやすく、飲み合わせの悪い薬剤などの発見にもなります。



検査データをもったら薬剤師へ

病院で採血などの検査を受けた場合、医師から検査データを記入した紙を渡されるときがあります。検査データは医師だけではなく、薬剤師にも提示していただくことで腎機能・肝機能などの薬剤性の障害や異常の早期発見がされることもあります。検査をされた日は、お薬手帳と一緒に検査データを記入した紙も薬剤師に提出していただけると良いと思います。



3回にわたり「熱中症対策」「お薬の飲み忘れ」「ジェネリック医薬品と薬局」についてお話をさせていただきました。私達にとって年齢関係なく生きていくうえで、お薬は必要不可欠です。正しい知識をもって使用し、分からないことや困ったことがあれば薬剤師さんに相談しましょう。





明けましておめでとうございます。



皆様にはお揃いで輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、社会福祉協議会の諸活動に対しまして温かいご支援、ご協力を賜り心より厚く御礼申し上げます。私たち社会福祉協議会は、「すべては地域の笑顔のために」を基本理念に掲げ、高齢者や障がいのある方、子どもはもちろん、地域の誰もが自分らしく日々過ごせるよう、様々な支援体制のもと取り組みを進めております。

地域福祉活動計画により各区で策定されたアクションプランの実現に向け、研修や集いの事業、支えあいの仕組みなど、地域と連携した取り組みを進め、できるだけ多く地域に足を運び、地域の皆様とともに課題に向き合う地域福祉コーディネーター活動に一層力を注いで参りたいと存じます。

運営開始から八年目となります複合福祉施設「YURURIゆすはら」でも、デイサービス、ケアハウス、生活支援ハウスの各事業において多くの皆様にご利用いただいておりますが、引き続きご利用者様、ご家族様に安心してご利用いただけるよう質の向上に努めてまいります。

本年も町民の皆様が相談しやすい社協を目指し、職員一同尽力して参りますので、引き続きご支援ご協力を宜しくお願いいたします。

皆様にとりまして、この一年が幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

令和7年1月

会長 上川 雄康



旧青山文庫



牧野富太郎ふるさと館



松原地区 老栄会日帰り研修



令和6年10月17日(木)松原の単位老人クラブ『老栄会』の会員22名が佐川町・いの町へ研修に行きました。

佐川くろがねの会にガイドをお願いし、牧野富太郎ふるさと館や旧青山文庫などを案内していただきました。まきのさんの道の駅でお昼を食べ、いの町紙の博物館へ。いの町紙の博物館では、様々な展示ブースや紙すきの工程を見学させていただきました。



紙の博物館



マンホールをパシャリ！

Cover's Story ~表紙の写真に関するエピソード紹介~

地域で賑わう集いの場

越知面区 井の谷



越知面区の井の谷では毎日午後になると元気なおしゃべり声が聞こえてきます。この日は隅田秀美さん、中越甫さん、澄子さん夫婦、中越榮さん、森田厚子さん、立道昌徳さん、弘美さん夫婦が集まってお話していました。

「井の谷はみんなあ仲良し！一斉清掃は絶対町外に出た人も帰ってきて草刈りしてくれるし、若いもんもこの場所通ったら挨拶してくれて、なんでも気軽に頼める人ばかりよ。」と仲よし自慢をしてくれました。

四万川区 六丁



四万川区では六丁の杉本商店の前で長山幸恵さん、中岡敦子さん、杉本百合子さん、正岡京子さんと京子さんの飼い犬(ロン)が集まっていました。犬の散歩の途中や商店の買い物後、またバスの待ち時間など集まる理由は様々ですが毎日夕方ごろまで皆さんで集まって話をしているそうです。

「私、犬苦手だったんだけど、ロン(犬)がすごい可愛らしくって楽しみで来ゆうがよ。」とワンちゃんも地域の集いに参加しているようです！！みんなが気軽に話せる地域の大切な集いの場になっていました。

好きな仲間と好きな時間にあつまれるのが元気の秘訣のように思います。他の地域でもこのような小さな集まりがありますのでまた紹介したいと思います！