


 塩冶
地区

社会福祉協議会便り

編集・発行 塩冶地区社会福祉協議会 事務所 塩冶コミュニティセンター内 TEL 21-0248
塩冶社協ホームページ <http://enyashakyo.skr.jp/>

～2019年度“評議員会”開催～

4月25日(木)、今年度の塩冶地区社会福祉協議会評議員会が評議員13名、監事2名、理事16名、福祉委員6名の参加で開催されました。

会議では平成30年度の事業報告及び決算並びに監査報告が行われ、続いて2019年度の事業計画と予算案が詳細に説明され、評議員会により承認されました。

これにより、本年度も塩冶地区社会福祉協議会の基本目標に「ぬくもりのある手づくりの福祉のまちづくり」を掲げ、地域福祉・高齢者福祉・障がい者福祉及び青少年育成を基軸に、各種活動を進めてまいります。

塩冶社協の事業財源は、香典返しなどの寄付金、参加者の負担金、市社協の補助金、そして塩冶自治協会や塩冶クラブからの交付金等により賄われています。限られた貴重な財源を有効に活用するためにも、計画及び実行にあたっては地区の諸団体と協働し、出雲市や出雲市社会福祉協議会と連携・協力し、住民が主役を基本に、真に実効ある地域福祉の増進に努めてまいります。

社協の各事業は6部会、(1)企画部 (2)総務部 (3)広報広聴部 (4)高齢者福祉部 (5)障がい者福祉部 (6)青少年育成部により活動を行っています。

また各区域においては、理事や福祉委員が中心となり、「ふれあいサロン事業」が毎年行われています。各区域においていろいろ工夫された行事が年間を通して行われていますので、是非ともお誘い合わせでご参加ください。

今年は福祉委員の任期となるため、各区域ともに多くの方が交代されています。(下段参照)

評議員会で承認された新体制により、5月18日(土)には理事・福祉委員合同の研修会を開催しました。塩冶社協の活動を全員が理解し、塩冶地区の各種福祉活動を行ってまいります。



2019年度 月別活動計画

4	評議員会
5	愛友会事業 (GG 交流会)
6	戦没者追悼・戦争犠牲者追悼・平和祈念式
	話食交流会
	愛友会事業 (調理実習)
7	日本文化体験の集い
	社協便り第95号発行
8	福祉座談会
9	青少年修養の集い
	高齢者福祉大会
10	愛友会事業 (梨狩り&調理)
	認知症研修会
11	社協便り第96号発行
	愛友会事業 (GG 交流会)、児童綱引き大会
12	福祉座談会
	いこいの集い
1	社協便り第97号発行
2	障がい者差別解消法研修会
3	話食交流会
通	日本文化体験の集い
	社協便り第98号発行
年	サロン事業 (区域担当理事及び福祉委員等)
	あげそげ塩冶福祉座練習・公演
	ホームページ更新(広報広聴部)

〈新任の福祉委員〉

●区域担当福祉委員 (23名)

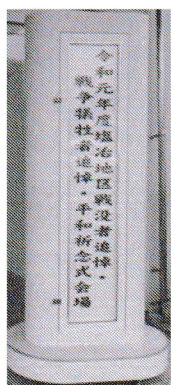
永瀬弘之(菅沢)、日野重子(半分)、清家好子(半分)、松原利章(築山)、遠藤伸子(宮松)、板倉和子(下沢)、安田和美(下沢)、野津喜美子(揚西)、深田悦子(揚東)、板倉重敏(弓原)、野津雅子(高西南)、三浦博代(高西南)、加藤幸子(高西北)、吾郷佐智子(高西北)、山本順子(大正海上)、村穂好之(大正海上)、品川理栄子(大正海上)、藤井保弘(南天神)、調整中(中天神)、石倉栄子(天神団地)、増原美友紀(北天神)、加藤早苗(北天神)、森山陽子(北天神)

●あげそげ塩冶福祉座劇団員 (10名)

杉原弘江、平尾庸子、深田悦子、野津雅子、三浦博代、加藤幸子、吾郷佐智子、周藤隆子、森山逸子、藤原登美恵

※ 任期は平成31年4月25日～令和3年度評議員会まで

2019 年度 塩冶地区戦没者追悼・戦争犠牲者追悼・平和祈念式



6月1日(土)、セレモール出雲において、塩冶地区社会福祉協議会主催により「2019 年度塩冶地区戦没者追悼・戦争犠牲者追悼・平和祈念式」が、地内5寺(妙傳寺、長楽寺、妙雲寺、本覚寺、浄音寺)により営まれました。

式典は遺族会の方々27名、来賓に塩冶コミュニティセンター長 加茂慎二様他3名、社協理事13名の合計43名の参加で行われました。

開式の言葉に続き、戦没者名簿奉呈、各寺住職による読経が行われ、その後塩冶地区社会福祉協議会 中尾一彦会長より、塩冶地区の182名の戦没者及びすべての戦争犠牲者の方へ追悼のことばが述べられました。続いて参列者全員で焼香を行いました。

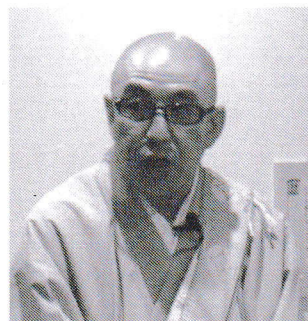
最後に塩冶地区遺族会会長代行の立脇修様より謝辞があり、式典開催のお礼と共に「戦後74年が経過し、遺族会

としては、後生に戦争や戦争犠牲者のことを末永く伝えて行かなければならないことから、昨年より『孫・ひ孫の会』の活動を始めており、今後に期待をしたい。」との話がありました。



式典の後には妙傳寺の田中英潤住職より、恒例の講話を行っていただき、参列者全員で耳を傾けました。

妙傳寺 田中英潤住職の講話



5月1日から「令和」になり、新しい時代の幕開けとなりました。「平成時代」で最も良かった事は、国内では戦争が無かった事ではないでしょうか。しかし世界の至る所では現在もお戦火が続いております。昭和の時代のあの悲惨な戦争を二度と繰

り返すことのないようにするためには一体どうすればよいのでしょうか？

人間の歴史は煩惱の歴史だと言えます。煩惱は仏教では私たちの心身を悩ませ、苦しめ、心身を汚す作用があるとされ、煩惱が人間の「苦」の原因の一つとされております。原語はサンスクリット語の「クレーシャ」苦しめる、汚すという意味があるそうです。

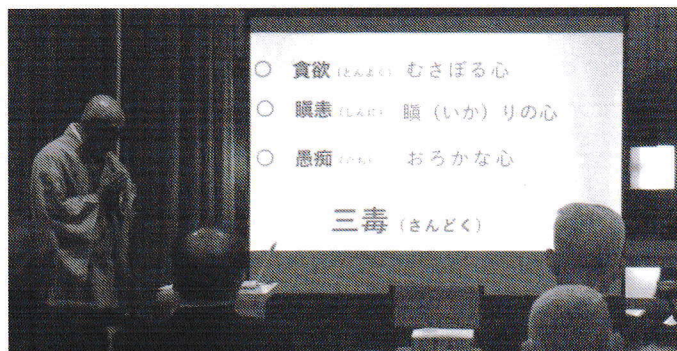
煩惱の代表的なものに3つの「三毒」があります。

- 貪欲(とんよく)・・・むさぼる心。衣食だけでなく、名誉・財産等をむさぼる心
- 瞋恚(しんに)・・・瞋(いか)りの心。人に対してばかりではなく、周囲の動物、自然に対して怒る心
- 愚痴(ぐち)・・・おろかな心。世の中の道理が解らないので自分の思いのまま生活し、物事の善悪のみさかいが無くなる心

もともと「心」そのものは善でも悪でもありません。

私たちが置かれている環境によって心が悪にはたらく状態を「煩惱」といい、善にはたらく状態を「菩提(ぼだい)」というのです。煩惱は断ち切れるものではなく、おさえることによって心を良い方向へ向けるしかありません。

「心」は時と相手によって煩惱となり、また菩提ともなります。私たちは出来る事なら日頃から「菩提の心」を高めるよう精進しなければなりません。



人類を破滅させる最終兵器は、原子爆弾でも細菌兵器でも自然災害でもない。核兵器などのモノではなく、自分自身の心の中にある三毒という毒素によって滅亡の道をたどるかもしれません。

それではこれだけ恐ろしい三毒から逃れる方法はあるのでしょうか？ 私たちの心とは実に弱いもの。人は誰でも、貪欲(とんよく)・瞋恚(しんに)・愚痴(ぐち)という三毒に冒され易いとされています。

私たちが出来る事とは・・・、生まれながらに三毒を自分の中に持っている「自覚」することです。常に自分という人間の「弱さ」、「危(あや)うさ」を自覚し、三毒の毒素を抑えて行くしかないので。その為の日頃の「行(ぎょう)」として、『祈り』があります。三毒があることを自覚し、自分がしてきた行為行動を振り返り、過(あやま)ちや悪業(あくごう)を仏様に向かって反省し、改めることを誓って頂ければ幸いです。

誰もが自らの心の中に存在している「仏様になる心」所謂「仏心」に語り掛けて頂くことが最も大切だと思えます。ご参集して頂いたお一人お一人が日頃よりこの「祈り」を積み重ねることにより自分自身の身の回り、家族や親族、地域の方が・・・、引いては人々の平和に繋がり、日本そして世界平和へと波及(はきゅう)して行くことを祈願する次第でございます。

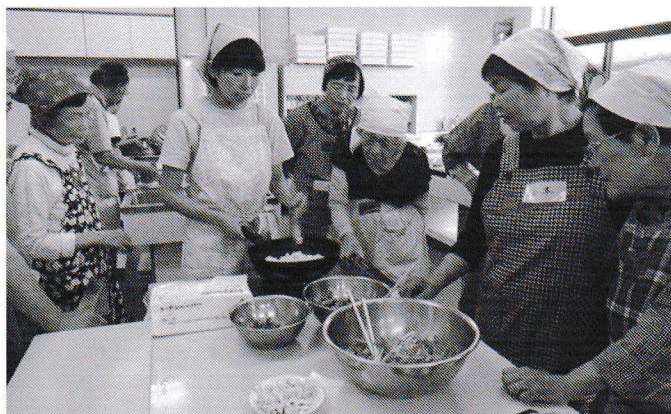
「南無妙法蓮華經」ありがとうございました。

話食交流会

暑い夏に向かって
サッパリレシピ

6月11日(火)、令和元年度第1回ひとり暮らし高齢者の「話食交流会」が栄養士 吉田佳奈さんの指導により、塩冶コミセン調理室において行われました。

これから暑い夏に向かって、サッパリしたレシピ、それについて栄養師のある食材が選ばれていました。今日のメニューは「炒り豆腐のお茶漬け、蕎麦サラダ、かぼちゃのゴマ和え、デザートにヨーグルトソース」の4品です。



塩分控え目だったので、食材そのものの味はしっかりありましたが、あまりにも味がなく、食が進まないと感じたのは私だけだったでしょうか？

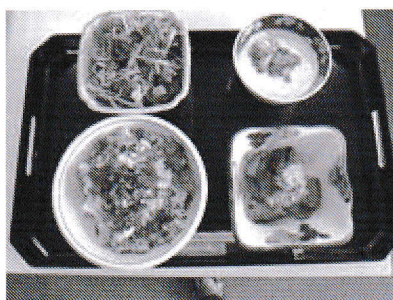
今回は当日になって3名の欠席があり、参加者6名と社協スタッフ9名の寂しい料理教室になりましたが、「いただきます」の合図で会食がはじまると話しに花が咲き、「あんた何処かね・・・」「私、去年から参加しとるよ・・・」「今日は量が多くて食べれんわ」

調理中の「しずけさ、か嘘のようです。



同じテーブルの人たちと話しをして分かったのですが、「家では腰や膝に負担がかかるので長くは立ってられないから、下にしゃがんでするよ・・・」「私もだよ・・・」と話してくれました。

出席者が少ないのも今まで参加していた人たちが高齢になり、立っていることに負担を感じることも原因の一つかナーと感じました。



(取材 広報広聴部)

料理やろう会と愛友会との交流会

6月14日(金)、塩冶コミセン調理室において、料理やろう会12名と愛友会5名、社協5名の合計22名の参加で交流会が行われました。

講師は島根県日本調理技能士会長 安田政男さんです。

カレー作りはやろう会担当、サラダとデザートは愛友会・社協担当で作り始めましたが、やろう会の方々は毎回料理を作っておられるので手際よくこなし、サラダ作りやデザート作りも手伝って頂きました



安田先生から、料理の盛りつけは「見た目美しく、おもてなしの心で盛りつけるように」「デザートはグラスに盛りつけることで夏らしくなります。」と言われ、やろう会の人達は皆さんうすいておられました。流石です。

CURRY
TIME ☺

カレーの味は、
お店で食べるカレー
でもなく、家庭で作
るカレーでもない、
キャンプで作るカレ
ーの味がしました。



調理中には皆さんの話声や笑い声があふれ、とても楽しくあっという間に全ての料理が完成し、みんなで美味しく頂き、とても楽しい交流会が出来たと思います。

(障がい者福祉部)

5月12日(日)、特別養護老人ホーム「天神」において、本年度第1回目の天神サロン会を39名で開催しました。

午前の部は、講師に小玉泰司郎先生とアシスタントの上田初江先生を迎え、「今日の健康、明日の健康」をテーマに指導を受けました。先生の手に合わせて替え歌を歌いながら脳トレが始まり、手を叩いたり身体を動かしたり、頭の中が目まぐるしく回わり間違えながらも楽しく脳の活性化ができました。



身体を動かした後で、「脳卒中で絶対倒れない方法」を教わり、皆さん興味津々で先生には色々な質問に答えていただきました。予防の材料が手に入る丁度よい時期にこのお話を聞かせていただき、参加者の皆さんが実践されることと思います。

またいろいろな症状に効果のある「金紙・銀紙のはり方」や「おなかつまみのやり方」も指導していただきました。おなかをつまんだりこすったりしてほぐすことで、内臓も血管も柔らかくなり、本来の機能を発揮し病気や症状が改善されると教わりました。簡単にできるセルフケアで自然治癒力を高めてくれるそうです。

最後に二人一組になり、先生の掛け声に合わせて握手したり手を合わせたりと、もう一度脳トレをして終了となりました。

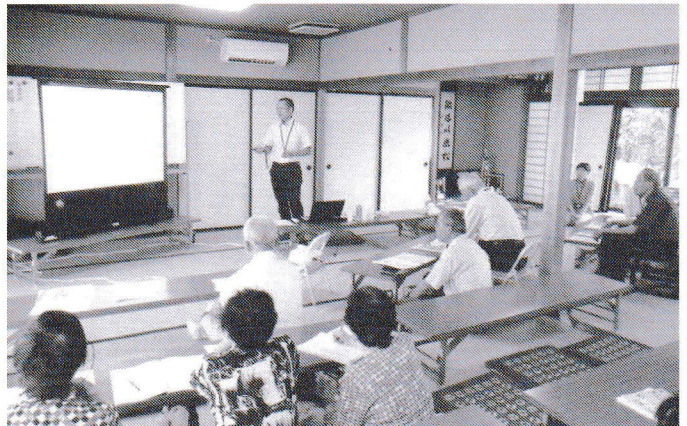


午後の部は昭和20年代～30年代の懐かしい新聞記事のDVDを鑑賞してから、「東京五輪音頭」を歌いながら体操して身体をほぐしました。頭と身体を楽しく動かし有意義な時間を過ごすことができました。

(理事 佐藤真澄)

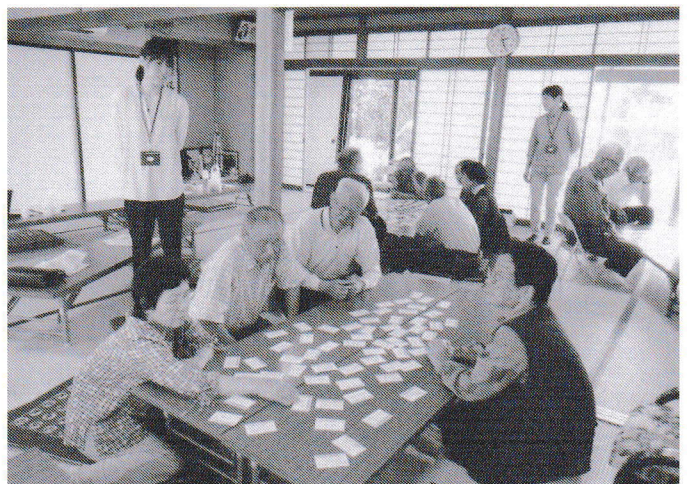
6月5日(水)、揚集会所において出雲市社会福祉協議会の大錦清文氏を講師に招き、「たすけあい・支え合いの輪を広げよう!」を演題に、参加者23名により揚西サロン会を開催しました。

テーマである「支え合い」「たすけあい」は常日頃よりよく耳にする言葉であり、特に地域で暮らす高齢者にとっては関心の深い問題です。



以下は講師と、本日参加の皆さんとのやりとりです。

- (1) 皆さんは人生の終末をどこで迎えたいですか?
→ これは断然100%「自宅」でした。
- (2) 「健康で暮らす」とは、どういうことでしょうか。
→ おいしく食事が出来ることや、家族と共に仲良く暮らせることも入りますね。
- (3) さて、「支え合い活動」にあたり、皆さんがご自分でお手伝い出来ることは、どんなことがありますか。
例えば、見守り、声かけ、話し相手、趣味の手伝い、布団干し等々。 → 「はて・・・」



カードを使った「たすけあい体験ゲーム」で賑やかに盛り上がったところで、最後に「出雲市たすけあい活動団体」の紹介です。支援の内容、利用者の感謝の声等々、市内の各地に様々な団体が活動なさっています。

講師に二人の当協議会の女性サポーターも加え、解りやすい講演で参考になりました。参加の皆さんも終始明るい笑顔で半日を過ごされました。

(理事 矢田邦雄)

高西 サロン会

2つのサロン会で 楽しく健康づくり

6月20日（木）、高齢者の親睦と健康づくりを目的に、2つのサロン会（高西さわやか会・高西南B型サロン会）合同で開催しました。



島根県がん検診啓発サポーター小林貴美子さんより「プラス思考で前向きに生きる～がん体験を語る」と題しての講演です。三度のガン発症とそれに伴う闘病生活に向き合う中で、日々を明るく楽しく前向きに生きる大切さを学ばれたことを話されました。認知症や病気の家族を抱えながら、雲南市の民生児童委員や島大医学部のボランティアを務め、常に弱者に寄り添う小林さんの生き方に、会場から



共感の聲が寄せられました。

次は軽スポーツによる健康づくりです。会員の竹下英二さんの指導により、パラリンピックの正式競技ボッチャを楽しみました。ボッチャは、白いジャックボール（目標球）に向けて赤と青のボールを投げ、どれだけ近づけるかを競います。ペタンクと似ていますが、鉄球の代わりに大きめのお手玉（？）を使います。簡単ななと思って始めましたが、ボールが転がりすぎたり、届かなかったりと結構難しい。3人一組のチームで夢中になって遊びました。

会場が遠くなったためか、今回の参加者は30人ほどでしたが、企画や送迎方法を工夫し、今後も合同サロン会を続ける考えです。（高西南理事 布野達也）

宮松・築山 サロン会

えんまん座の講演で 笑顔と元気をいただく！

6月27日（木）、令和元年最初の茶飲ん話会を塩冶神社の氏子会館において、JAしまね塩冶女性部えんまん座の皆さんを招いて行いました。遅い梅雨入りの翌日で小雨の降中でしたが、44名のたくさんの方に参加していただきました。



創意工夫を凝らした手作り衣装の「七福神」でみなさん笑顔になり、次は上半身を使っの（元気に!!いい湯だな）体操を行いました。そしてフラダンスやパッチワークの披露、書道パフォーマンス、東京五輪を題材にしたえんまん座ピックです。少しかわった競技内容でしたが、笑いと驚きありのオリンピック大会でした。最後に東京五輪音頭でにぎやかにしめていただきました。

地元宮松・築山地区の方が多数参加されているえんまん座のみなさんに、たくさんの笑顔と元気をいただきました。

（理事 高瀬行夫）

半分 サロン会

地元の武将「塩冶判官高貞」 の絵巻物を鑑賞！

6月20日（木）、令和元年度最初のサロン会を20名の皆さんに参加いただき、半分集会所で行いました。

今回は講師の石崎弘美氏（元半分地区在住）から、地元「半分」の地名考と鎌倉時代に塩冶の地に生まれ、幕府の守護職として出雲国を納めた武将「塩冶判官高貞」について学びました。

そして講義のメインとなる絵巻物の鑑賞では、後醍醐天皇の建武の新政を経て、次の足利尊氏の時代にも中央で活躍した「高貞」の波乱の人生を描いた五十騎の絵巻物（全7巻）を各巻毎に畳の上に広げ、一齣（いっせき）ずつ解説していただきました。



参加者は目を輝かせながら絵巻物に見入り、幕府内の確執からやがて睨まれる運命になり出雲に帰る途路、非業の死をとげた「高貞」の物語を存分に楽しみました。

その後は、昼食懇談会でお弁当を食べながら、近況報告やおしゃべりで楽しいひと時を過ごしました。

（理事 田口英明）

6