

ふだんのくらしをしあわせに!!

共に生涯現役を目指そう!!



はつらつリーダー塾 32名が認定証を取得

新規事業として取り組みました『はつらつリーダー塾』が、このほど終了しました。この事業は、高齢になっても「健康でいきいきと暮らせる期間を伸ばそう」をテーマに、地域ぐるみで健康づくりを進めるために、そのサポート役となるリーダーの育成を目的にしたものです。今年度は32名の受講生全員が、オリジナルライセンスの『ブロンズ・リーダー』を取得されました。

町社協では、今年度から『健康もがみ応援プロジェクト』を立ち上げ、段階的に健康づくりの推進にむけたリーダー育成に着手しています。

初年度の今年は、「ブロンズ・リーダー」の認定取得にむけて、9月からははつらつリーダー塾の初級コースを3回にわたって実施しました。

初級コースは現在、町内の各地域で行われてる『いきいき百歳体操』を中心にしたもので、より正確な身体の動作を習得する内容です。一回の開催につき、2回(各60分)の実技指導を受講した後、検定試験を行い、これに合格すると、認定証が交付されます。

今回の初級コースには、40代から80代までの幅広い年代から32名が受講し、補習(欠席された方への対応)による支援を行い、全員が認定証を取得されました。来年度からは、初級コースにくわえ、中級・上級コースの開催を予定しています。

受講生の感想から

渡部 勝乗さん 85歳・月橋2



リーダー塾を受講したきっかけは、10月末に健康クラブで行われた、最上地区老人クラブ連合会の研修会でした。私自身、百歳体操の経験がなかったので、恥ずかしい気持ちと、自分が一番年寄りでは...という不安もありましたが、生涯現役を目指そうの言葉に惹(ひ)かれ、思い切って受講を決意しました。

3回の講習はとても楽しく、勉強になりました。自分でも驚いています。嬉しいことに受講後は、片足で立ってもフラフラしなくなりました。これからは月橋集落だけでなく、お声がかかれば各集落に向いて活動していきたいと考えています。



シルバーリーダーとゴールドリーダーのコースは、令和4年度以降に開設します



フィットネスアカデミーもがみ
ブロンズ・リーダー
認定証

認定No.
認定日
氏名

最上町ウエルネスプラザ所長
最上町社会福祉協議会会長

令和3年度 FAM・ブロンズリーダーに認定されたみなさん ※敬称略

- | | | |
|----|--------|-----|
| 1 | 岸 恵子 | 満沢2 |
| 2 | 結城 悦 | 満沢2 |
| 3 | 小川 キヌ子 | 向町7 |
| 4 | 海藤 トキ子 | 向町7 |
| 5 | 長沼 栄子 | 新田1 |
| 6 | 飛鳥 伸一 | 向町5 |
| 7 | 有路 陽子 | 堺田 |
| 8 | 飯島 和美 | 野頭 |
| 9 | 後藤 みや子 | 野頭 |
| 10 | 阿部 正利 | 赤倉2 |
| 11 | 倉金 君子 | 新田 |
| 12 | 加藤 豊代美 | 新田 |
| 13 | 石山 すみ子 | 新田 |
| 14 | 石山 美和子 | 新田 |
| 15 | 青木 福子 | 新田 |
| 16 | 齋藤 栄子 | 新田 |
| 17 | 遊佐 忠孝 | 黒沢 |
| 18 | 吾孫子 正子 | 新田 |
| 19 | 本間 トミ子 | 新田 |
| 20 | 森 生子 | 新田 |
| 21 | 大場 賀代子 | 新田 |
| 22 | 渡邊 禮 | 向町8 |
| 23 | 渡邊 泰子 | 向町8 |
| 24 | 二戸 美子 | 本城 |
| 25 | 北條 のぶ子 | 向町6 |
| 26 | 松井 トミエ | 向町6 |
| 27 | 横山 恵美子 | 満沢1 |
| 28 | 奥山 正子 | 新田 |
| 29 | 奥山 里美 | 向町1 |
| 30 | 石山 勝広 | 新田 |
| 31 | 渡部 勝乗 | 月楯1 |
| 32 | 須貝 里恵子 | 十日町 |

晴れの受賞おめでとうございます

令和3年度 定例表彰式

去る11月19日、中央公民館で「令和3年度最上町社会福祉協議会定例表彰式」を行いました。受賞者は、福祉事業所の職員や福祉関係職者の功労表彰8名と、善行表彰2団体・2個人の皆さまです。誠におめでとうございます。なお、今回も「最上町老人クラブ連合会」との合同表彰式となりました。

功労表彰

- ・二戸 正子 最上町民生児童委員
- ・小川 順子 最上町健康福祉推進員
- ・岸 祐子 社会福祉法人豊寿会職員
- ・野口 礼子 社会福祉法人豊寿会職員
- ・菅 真奈美 社会福祉法人豊寿会職員
- ・高橋由美子 社会福祉法人豊寿会職員
- ・菅 ゆかり 社会福祉法人豊寿会職員
- ・阿部 文子 社会福祉法人豊寿会職員

善行表彰

- ・有限会社大沼産業 代表取締役社長 大沼 寿彦
- ・長沼 栄子 新田
- ・板垣 善悦 瀬見
- ・緑を愛する会 代表 本間 山田
- ・わらじの会 代表 野口 信也

※紙面の都合により、老人クラブ連合会表彰の受賞者は割愛させていただきます。

— 敬称略 —

祝 令和3年度 最上町社会福祉協議会 合同表彰式
最上町老人クラブ連合会



素晴らしい ウエルネスライフ

ドキュメンタリー動画を制作

本協議会では、令和3年度定例表彰式で「善行表彰」を受賞された、長沼栄子さん(新田)と板垣善悦さん(瀬見)のお二人の活動の様子を、ドキュメンタリー作品として撮影・編集した『素晴らしいウエルネスライフ』

』を制作しました。

長沼さんは、長年にわたり介護サービス事業所で行っているボランティアの様子、板垣さんは地元・瀬見集落内で情報紙の発行を長年取り組んでいる様子の内容としており、ご本人や関係者のインタビューを収録しています。

本作品は、この度の定例表彰式で上映したほか、小・中学校での福祉教育等での教材として、活用してまいります。



お問い合わせ先
町社協 健康クラブ
Tel 43-3180



最上町老人クラブ連合会主催 輪投げ大会 7/8・9

最上町老人クラブ連合会主催による「輪投げ大会」が、2日間に分けて開催されました。大会当日は、健康チェックシートの提出を必須とし、1日目は2ブロックに分け、会場の入場制限に対応しました。17チームの予選から勝ち上がった上位10チームは2日目の決勝に進み、優勝を目指して、白熱した戦いが行われました。

団体 ・優勝/法田下 ・2位/月楯 ・3位/向町
個人 ・優勝/阿部佐賀助(月楯)
・2位/齊藤マツ子(法田下)
・3位/古瀬 喜悦(本城)

最上町老人クラブ連合会 会長等研修会 10/22

老人クラブの会長等の役員を対象にした研修会が今年度は、町内研修という形式で開催されました。研修会では、初めに赤倉地区の最上小国川流水型ダムを見学。その後、赤倉湯けむり館の見学と前森高原で陶芸体験が行われました。参加者は、久しぶりのバスでのお出かけに会話はずんでおりました。



健康福祉推進員連絡会研修会 11/12



町地域包括支援センターと共催で山形県作業療法士会より講師をお招きし、「みんなでいきいき活動会議」という内容で、わきあいあいと行われました。参加者からは、「今後のサロンに役立てたい」「地区を超えて意見交換出来てよかった」などの喜びの声が聞かれました。



4名が資格取得し修了！ 令和3年度介護職員初任者研修

コロナ禍ではありましたが、今年度は高校生2名、一般受講者2名の計4名が約5か月間の長きにわたって講義や実習等のカリキュラムをすべて終了し、最終段階である修了試験をみごと合格。学校、関係機関や講師のご協力を得ながら、受講生全員が研修を修了することが出来ました。

受講生の皆さんは「研修で学んだことを生かして、利用者を支援していきたい」と笑顔で話してくれました。介護職員初任者研修を受講し、資格取得したことがきっと役立つことと期待しています。本研修会は平成11年度から実施しており、今年度で134名の高校生と46名の一般受講者、計180名が資格取得されました。

で・き・ご・と



令和3年度最上町敬老会 9/18

昨年度に引き続き、中央公民館を会場に賀詞等の代表者への伝達式を主体とした敬老会が行われました。喜寿、米寿、白寿などの節目の年齢を迎えた186名の方と17組の「おしどり金婚さん」のお祝いと顕彰が行われました。今年度は、町内の保育園、小学校2校、中学校、新庄北最上校代表者による「感謝とお祝いメッセージ動画」が会場で上映され、子どもたちのメッセージに会場はあたたかい雰囲気になりました。

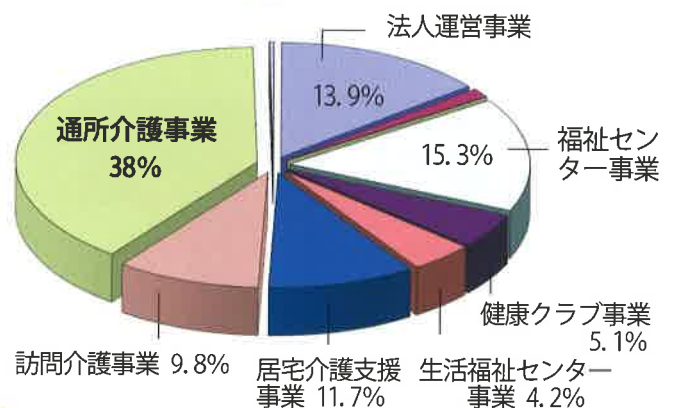
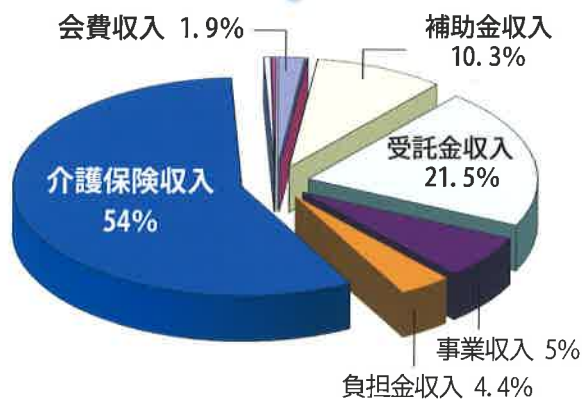
令和2年度最上町社会福祉協議会 収支決算報告

事業活動収入 213,149,488円

・会費収入	3,916,000円
・寄付金収入	418,017円
・補助金収入	22,027,968円
・受託金収入	45,905,696円
・事業収入	10,617,980円
・負担金収入	9,299,000円
・介護保険収入	115,084,820円
・障害福祉サービス収入	1,071,350円
・その他の収入	4,808,657円

事業活動支出 216,836,114円

・法人運営事業	30,128,941円
・共同募金配分金事業	2,679,000円
・福祉センター事業	33,261,628円
・健康クラブ事業	11,138,874円
・生活福祉センター事業	9,202,829円
・居宅介護支援事業	25,444,109円
・訪問介護事業	21,218,717円
・通所介護事業	82,450,944円
・訪問入浴介護事業	1,311,072円



主な事業内容

【法人運営事業】

1. 法人の運営と管理
 - ・三役会・理事会・評議員会の開催
 - ・監事会の開催
 - ・役員及び評議員合同研修会
 - ・社会福祉協議会長表彰事業
2. 他市町村社会福祉協議会連携事業
 - ・最上地域社会福祉連絡協議会事業
 - ・最北地区ボランティアの輪連絡会事業
3. 遺族会援護事業
4. 生活福祉資金貸付事業
5. 福祉サービス利用援助事業
6. 総合相談事業
7. 日本赤十字社事業

【地域福祉推進事業】

1. 福祉共育推進事業（福祉教育）
2. ボランティア活動推進事業
3. 居場所づくりコーディネーター事業（サロン事業）

4. 災害時要配慮者支援活動事業
5. 雪国の生活にやさしいまちづくり支援事業

【障害者社会参加促進事業】

1. 身体・知的障害者居場所づくり事業

【町受託事業】

1. 敬老会事業
2. 戦没者追悼式事業

【健康クラブ事業】

1. 国保健康指導事業
2. 国保元気高齢者体力づくり事業
3. メタボリック対策事業
4. 転倒予防教室事業（介護予防）
5. 元気はつらつクラブ（総合事業）
6. 足腰若返りクラブ
7. 体力づくりサポート事業
8. 体力づくり推進事業
9. ウエルネス健康教室事業
10. 健康づくりフェスティバル
11. 健康動画配信

【共同募金配分金事業】

1. 高齢者福祉活動

2. 障がい者福祉活動
3. 児童・青少年福祉活動
4. 福祉育成活動

【ふれあい金庫貸付事業】

1. ふれあい金庫貸付事業

【介護サービス事業】

1. 居宅介護支援事業
 - ・介護サービス事業
 - ・介護予防サービス事業
 - ・介護認定調査事業
2. 訪問介護事業
 - ・介護サービス事業
 - ・介護予防サービス事業
 - ・障がい者自立支援事業
 - ・軽度生活支援事業
3. 通所介護事業
 - ・介護サービス事業
 - ・介護予防サービス事業
 - ・いきいきデイサービス事業
4. 訪問入浴介護事業
 - ・介護サービス事業

【福祉センター指定管理事業】

【高齢者生活福祉センター事業】

デイサービス



通所介護事業所「グリーン」では、その月々で職員が考えた季節や行事にちなんだ様々なレクリエーションやゲームで、楽しみながら体を動かしていただいております。

レクリエーション以外では、壁や廊下への装飾品の作成も行っており、ご利用者同士で協力していただきながら、作業を行っております。

また、毎月ではありませんが、午後の軽食の時間に視覚的にも楽しめるようにご利用者の目の前でどんどん焼きやホットケーキ等といった手作りおやつを提供しております。



〈ボランティアを募集しています〉

※引き続き通所介護事業所「グリーン」では、デイサービスで利用者と接しながら、お手伝いをしてくださるボランティアを募集しております。年齢性別は問いません。興味ある方は、お気軽にぜひお問合せ下さい。

内容：ご利用者へのお茶やお水の提供や
入浴後のドライヤーかけなど。

時間：9:00～11:00

日時は可能な範囲で構いません。

また歌唱や踊り、楽器演奏など何でも構いません。ご利用者と楽しめる趣味や特技を披露して下さる方も大歓迎です。ご利用者と趣味や特技を共有し、一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか？

健康クラブ



トレーニングジム・各種エアロビクス教室でのご利用は、予約制で行っています。最近では、コロナの影響も落ち着きつつあり、新規利用者の方も増えてきましたので、今回は予約から利用までの流れをご紹介します。

トレーニングジムの利用手順

1. 電話もしくは直接来て初回の予約

利用できる時間が決まっていますので、まずは電話か直接お問い合わせください。

(最上町社会福祉協議会 Tel 43-3180)

2. 初回利用の場合

- ① 受付の券売機で、利用料(大人：310円、小中高生150円)とプログラム作成料(510円)をお支払いください。
- ② 健康クラブで、問診票(体の痛みのある部分や気になるところ)を記入していただきます。
- ③ トレーナーとの面談を行います。問診票を基にお話を伺いながら、身体の状態を細かく確認していきます。
- ④ 気になった部分を中心に軽く身体を動かします。

3. 次回利用日の予約

利用後に次回以降の予約を行ってください(原則として週2回までの利用となっています)。後日、電話での予約でも大丈夫です。

各種エアロビ教室の利用手順

1. トレーニングジムと同様、予約制となります。
2. 問診や面談はありません。開始時間までに健康クラブにご集合ください。

〈利用者様の声〉

- ・運動だけでなく、みんなとお話ができて、お風呂にも入れて、良いことだらけだね
- ・お話ししながら運動できて良いよね
- ・おかげ様で体調が良くなりました
- ・同じ悩みを持っている人もいて、ここに来て新しいお友達ができました
- ・まだ予約制でやっているの？
- ・この日は空いてるかな？

これらは、利用者の皆さまから多く聞かれる声です。毎日、直接皆様の声を聞くことができうれしく思っています。しかし、利用に不便さを感じていらっしゃる方も少なからずおります。私たちトレーナーは、皆さんが以前のように、自由に運動ができる環境づくりにむけて努めてまいります。

各部門の最新情報をお届けします

お気軽にお問い合わせ
ください

43-3180

ほっとらいん

訪問介護



自宅のお風呂に入りたいけど、ちょっと不安がある、一人では不安だから手伝ってもらおうと安全に入れるけど…、という方には訪問介護がお手伝いします。



Aさん、今日はお風呂の日。ヘルパーがちょっとお手伝いし、住み慣れたご自宅でゆっくり入浴します。

「気持ちいいなあ。」
「どっかどしたなあ。」

居宅介護支援



今回は、上記の「訪問介護」のAさんへの支援内容をご紹介します。

Aさんからの、ご自宅のお風呂に入りたいと思っても「一人では不安。ちょっとお手伝いしてもらえると、安心してお風呂に入れるのに…」という要望に応えるため、訪問介護を利用して、ご自宅のお風呂での入浴を行ってもらっています。

来月の予定を確認すると「ありがたいなあ。ありがとうさま。」との喜びの声が聞かれます。ご家族からも感謝の言葉をかけていただいております。

訪問入浴



訪問入浴介護事業所「グリーン」をご利用されている方で、利用を開始されてから2年以上、毎週休まれることなく入浴されているご利用者があります。感謝と今後も元気に過ごしていただきたいとの願いを込めて『皆勤賞』の賞状とお祝いの品をお贈りしました。

また、同じく訪問入浴をご利用されている方で、今年で101歳を迎えられた方もいらっしゃいます。

皆さんこれからも元気にお過ごし頂けるよう、職員一同お手伝いしていければと思っております。



介護サービス
グリーン

- ・指定居宅介護支援事業所
- ・指定訪問介護事業所
- ・指定通所介護事業所
- ・指定訪問入浴事業所

ロゴマークには、葉が重なって花となるように、職員一人ひとりが協力しあうことで“最上町に一輪の花を咲かせよう”という思いを込めています。

板垣トレーナーがNSCA-CPT（NSCA認定パーソナルトレーナー）の資格を取得しました



健康クラブトレーナー
板垣 芽衣

これまで以上に、利用者の皆さんの健康・体力向上のお手伝いをしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

この資格を取得したことで、利用者の皆さんの健康・体力に関する様々な疑問や課題に対して、より分かりやすく具体的にお答えすることができるようになります。

NSCA-CPTとは、健康や体力の評価からトレーニング・コンディショニング全般の指導を行う、専門的な能力を持つ人に与えられる資格で、国際的に最も信頼性の高いパーソナルトレーナーの認定資格とされています。年齢・性別・経験を問わず幅広い層に対してトレーニング指導を行います。



令和3年度の 会費について

令和3年12月1日
現在



みなさまからいただいた会費は、地域福祉計画の基本理念「地域の絆をより強め、誰もが安心して暮らせるぬくもりに満ちた町」を目標とする地域福祉の向上にむけた活動経費として、大切に活用させていただきます。

戸別会費 3,723,000円 2,482世帯 (1世帯あたり1,500円)

日本赤十字社は国際赤十字の一員として国内災害救護活動、国際救護活動、各種講習会の普及、青少年赤十字活動など様々な活動展開をしております。みなさまからいただいた会費は、日本赤十字社山形県支部を通じて国内災害救護活動、国際救護活動、各種講習会の普及、青少年赤十字活動など様々な活動で利用されています。

令和3年度 日本赤十字社 の会費について

令和3年12月1日
現在

戸別会費 1,739,500円 2,485世帯 (1世帯あたり700円)

善意の紹介 (寄付・物資提供等)

- ・瀬見長命クラブ 様 ※寄付金
- ・沼田建設株式会社 様 ※もち米30キロ
- ・新田地区「松葉会」様 ※足置台3台

※たくさんの皆様から、タオル等をご寄贈いただいております。厚く御礼申し上げます。ご寄贈いただきましたタオル等の品々は、利用者の皆様に活用させていただいております。今後ともよろしく願いいたします。



社協の予定

新型コロナウイルス感染予防の為、イベントは規模の縮小や中止となっているものがあります。

〈令和4年〉

- 1月**
 - ・ふれあい相談 (17日/高齢者総合福祉センター)
 - ・健康づくり DE ぽかぽかサロン (21日/高齢者総合福祉センター)
- 2月**
 - ・除雪ボランティア活動 (日時・場所は未定)
 - ・健康づくり DE ぽかぽかサロン (21日/高齢者総合福祉センター)
- 3月**
 - ・健康づくり DE ぽかぽかサロン (21日/高齢者総合福祉センター)
 - ・社協理事会 (日時・場所は未定)
 - ・社協評議員会 (日時・場所は未定)

福祉センターを利用して元気になろう!!

健康 DE ぽかぽか サロン

ぽかぽかサロンは、グループでもお一人でも気軽に参加できる新しいスタイルの居場所づくり活動です。社協では、マージャンや将棋、輪投げ等の遊具を常備するとともに、希望者への健康体操や血圧測定等の健康相談を行っています。参加は無料です。これから本格的な降雪期を迎え、家に閉じこもりになりがちです。皆さんぜひ、このサロンをご利用ください。



お問い合わせ先
最上町社会福祉協議会
TEL 43-3180