



かさおか



社協だより

2025
12月
No.152



ホームページ <http://kasaoka.or.jp/> (Facebook・Instagram 更新中! 登録をお願いします)

第1回いきいき百歳体操交流会 大運動会



Contents

— 目次 —

P2～3 (特集)健康長寿愛らんど事業

P4～5 地域包括支援センター

P6 表彰・寄附・特別会員

P7 募集・ご案内

P8 社協支部活動

編集・発行

社会福祉法人 笠岡市社会福祉協議会

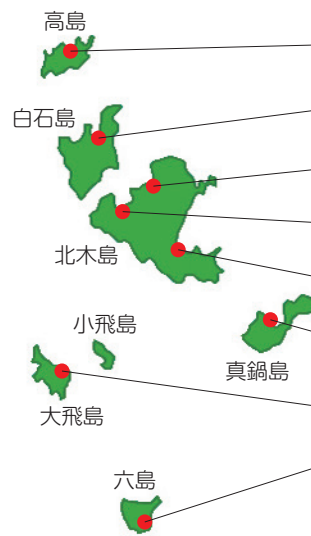
〒714-0098 岡山県笠岡市十一番町15

☎62-3507 FAX62-3590



健康長寿 愛らんど

島しょ部の8会場で介護予防や交流などをおして健康づくりに取り組んでいます。各会場月2回、社協の職員2名、市民病院の職員1名の計3名が伺っています。運営は社協支部の役員さんが声かけをおこない、会場の準備やお食事等の準備をしています。



(左) 飛島は大飛島が会場のため、小飛島の方を船で迎えに行きます。

(右) 白石島では遠いところに住んでいる人を職員が車で迎えに行っています。他の島も、移動支援のグリスロ（電気自動車）等で島民が送迎している会場や同じく職員が送迎している島もあります。

1



まずは体調確認！血圧を測り、体調を確認します。『昨日こんなことがあったんよー』『病院でこう言われてなー』と最近あった事や関心事などいろいろお話しします。



体操が始まるまでの間、みんなでおしゃべりや頭脳ゲームなどをして楽しみます。『こりゃーなかなか見つからんなー（間違い探し）』『最近、どーしょうるんなあ』など、わいわいにぎやかに。



参加したい方は、地域の社協役員さんに声掛け、もしくは市社協まで連絡してくださいね！

事業で元気いっぱい

2

- 高島公民館 (第2・4水曜午前)
- 白石公民館 (第1・3水曜午前)
- ふれあい会館 (第2・4火曜午前)
- 北木西公民館 (第2・4金曜午前)
- 離島センター (第1・3金曜午前)
- やすらぎの家 (第1・3木曜午前)
- 飛島研修所 (第2・4木曜午前)
- 六島公民館 (第1・3火曜午前)

大まかなスケジュール

- ①健康チェック
- ②準備運動
- ③重りを使った100歳体操とストレッチ
- ④健康談話や自宅で行える体操紹介/交流時間 (ゲームやお話)
- ⑤食事 (※実施している会場としていない会場あり)
- ⑥解散



さあ、体操の開始です！まず準備体操をみんなでおこないます。



3



重りを付けて、上肢・下肢の運動をおこないます。体操種目は全6つ。重りは1本200グラムです。10本 (2キロ) 入れて運動に取り組んでいる人もいます！すごい！

4



体操が終わったあとは、交流の時間。みんなで楽しくゲームをしたり、健康に関する講話などを聞いたり。

5



食事をとる会場もあります。一人で食べるよりみんなで食べたほうが断然食が進みます。『おいしいね』『これ、味付けがいいわ』など和気あいあいと笑顔が絶えません。

全島で開催中！

“みんなで防ごう高齢者虐待、” ～知っていますか高齢者虐待～

高齢者の介護や世話をすることで心身共に疲れ、追い詰められてしまう人は少なくありません。適切な介護の仕方や認知症への対応がわからず、つい手をあげてしまったり、虐待をしていることを自覚できても歯止めがきかなかったりする場合があります。

笠岡市でも令和5年度29件、令和6年度17件の高齢者虐待の相談・通報を受けています。



◆どんな行為が虐待なの？

- 身体的虐待：たたく、蹴る、つねるなどの暴力、ベッドに縛りつける、行動を抑制するなど
- 介護や世話の放棄：食事を与えない、入浴させない、必要な介護や世話をしないことで高齢者の生活環境や、高齢者自身の身体・精神的状態を悪化させるなど
- 心理的虐待：怒鳴る、ののしる、拒絶的な態度により精神的に苦痛を与えるなど
- 性的虐待：性的な嫌がらせや強要など
- 経済的虐待：必要なお金を渡さない、年金や預金を取り上げて本人に無断で使用するなど

◆どうして虐待は起こるの？ ※令和5年度全国調査

虐待の発生要因

被虐待者の主な要因

※認知症の症状

虐待者の主な要因

※介護疲れ・介護ストレス

被虐待者の状態

※要介護認定あり71.8%

うち、認知症があり自立できない状態73.6%

「あれ？」と思ったらご連絡(通報)をお願いします。通報者の方の情報や秘密は厳守します。虐待を受けている本人や介護者の方もご相談ください。

◆相談先

地域包括支援センター

☎62-6662

親が認知症を発症!! そして…。

(ある事例より)

わたしは仕事が生きがいであった。定年しても仕事に来て欲しいと言われ、勤める気があった。しかし、母が認知症を発症し、目が離せない。そのため、仕事に行けなくなった。夜間だけでなく、日中にも異食や排泄の失敗がでてきた。きょうだいに親の介護を手伝ってほしいと話した。しかし、みんな首を縦に振らない。誰の協力も得られない。家に帰った時に母が排泄の失敗をしていた。明らかなのに、「失敗していない」と言う。嘘をつかれ、ついカッとなり、手が出てしまった。母は精神的に不安定になり泣いた。夜には唸っている。母の様子をみると申し訳なかったと思う。

ケアマネジャーに相談した。面談中涙があふれた。母に暴力を振るってから、地域包括支援センターの職員がたびたび訪問して来るようになり、短期入所を利用する事を勧められた。以前からケアマネジャーにも勧められていたが母の認知症がさらに進行するのではないかと恐れて利用できなかった。しかし、母の夜に唸った声が忘れられず、短期入所を利用する事となった。ケアマネジャーから「息子さん、お仕事をされたらどうですか？ お仕事の話を読まされるとはとても生き生きとされていましたよ」と勧められ、介護サービスを利用しながら短時間の仕事を行うようになった。その後、ケアマネジャーに声が非常に晴れやかになったと言われた。母の事も大切であったが、自分の事も大切にしていきたい。

認知症サポーター養成講座

認知症の人や家族を温かく見守る応援者である「認知症サポーター」を養成しています。講座では、認知症の疾患説明、寸劇やDVD等を通して、認知症の人の気持ちの理解、関わり方についてお話します。
申込先：地域包括支援センター ☎62-6662
(講師の都合上、2カ月前の申込をお願いします)
5名以上の団体で受講申込みができます



実態把握

高齢者の生活状況を確認し、困りごとの早期解決を図ることを目的に地域包括支援センターの職員が訪問しています。

対象者は右記の方で、相談内容により介護保険や各種高齢者福祉制度へのつなぎの他、介護予防や社会参加に関する情報提供などを行っています。

生活上や身体上に問題が無い方も、この訪問をきっかけに困ったことがあったら地域包括支援センターに相談していただきたいと思います。お宅にお邪魔した際にはお話を聞かせてください。

令和6年度の訪問対象者(基本は75歳以上)

- ①いきいき百歳体操をお休みされている方
 - ②独居で、救急搬送された方
 - ③介護保険の認定は受けているが未利用の方
 - ④要介護認定のない転入された方
 - ⑤後期高齢者医療加入者のうち、医療機関未受診かつ健診情報、及び受診歴がない人など
- (合計255件の訪問を行いました)

※地域包括支援センターの職員は身分証明書を携行しています。地域包括支援センターをかたる不審な訪問にご注意ください。

令和7年度 「いきいき百歳体操」 介護予防交流会を開催しました。

10月31日に総合体育館で『いきいき百歳体操交流会』を開催し、約120名の方が参加しました。

現在、市内で78会場が体操に取り組んでいます。

交流会では、90歳の個人表彰(令和7年3月末時点)、ご長寿会場などの団体表彰もおこないました。今年90歳になられた方は23名と多く、そのうち、表彰式には11名の方が来られ、市長から表彰を受けました。



参加者のみなさん、活気にあふれて、とてもいい表情でした。

地区対抗大運動会では、割りばしリレー、牛乳パックジェンガ、ぴったリ握力、玉入れの競技を、チームで戦いました。

力、バランス、脳トレと、
いろんな種目に挑戦！



第1回目の総合優勝チームは番町コミュニティハウス・樋守・井戸会館でした！おめでとうございます！



受賞おめでとうございます



令和7年度 笠岡市白梅賞表彰式

9月26日(金)に青少年善行表彰をおこないました。

笠岡東中学校3年 小野 蒼依

笠岡西中学校3年 小寺 英士 (敬称略)



令和7年度 笠岡市社会福祉協議会授賞式

笠岡市社協会長表彰

中瀬 京子(社協笠岡支部)

眞田 陽美(社協城見支部)

田中 稔子(社協陶山支部)

森山 宣子(社協大井支部)

高田 晴之(社協大島支部)

浅野 晴美(笠岡ヘルパースタッフの会)

影山 知美(笠岡音訳の会)

笠岡市社協会長感謝

遠藤紳一郎(社協笠岡支部)

藤川 輝男(社協城見支部)

神尾 一美(社協大井支部)

鳴本 睦子(笠岡音訳の会)

岡山県社協会長感謝

中塚南海男(社協神島内支部)

貞利 光子(笠岡音訳の会)

斎藤 寿恵(笠岡音訳の会)



受賞おめでとうございます
(敬称略)

令和7年度特別会員

会費のご協力ありがとうございました。

地域福祉活動推進のための貴重な財源として有効に活用させていただきます。

I creation(株)
天野産業(株)
板本組
(福)大井会 若竹こども園
角田医療器(株)
笠岡LPガス(株)
(福)笠岡市社会福祉事業会
笠岡商工会議所
笠岡通運(株)
(NPO)笠岡を元気にする会
カミシマ技研(株)
(福)経山会
宗教法人 古乃美教
(有)三萬吉
JFEスチール(株)西日本製鉄所
(有)清水モータース
(株)スズキランド笠岡中央
(医)社団清和会
大新土木(株)
知光建材(有)
中国物産(株)
(有)富岡交通
萩原工業(株)
福山鑄造(株)
(株)マシラガス
(医)緑十字会 笠岡中央病院
(福)緑風会
(福)和光園 和光みらい園

(株)赤田運輸産業
(株)荒木組笠岡営業所
伊藤建設(株)
大都建設(株)
(株)角田興業
笠岡グランドホテル(株)
笠岡市婦人協議会
笠岡信用組合
笠岡東ライオンズクラブ
(株)笠原損害保険
きのこ老人保健施設
合同産業(株)笠岡出張所
小堀建設(株)
三洋汽船(株)
(株)JFE瀬戸内海エンタープライス
新川こども園
(NPO)すみれ会
(株)せとうちエステート
(株)太陽
(株)中国銀行笠岡支店
鶴田石材(株)
鳴本石材(株)
晴れの国岡山農業協同組合
(株)藤水
(有)松尾
(株)三宅勝實商店
ルーム・ワコー(株)

(株)アクア美保
(株)池田成章堂
(有)魚宮
小北リハビリ型デイサービス絆
(有)笠井商会
笠岡市愛育委員協議会
(NPO)かさおか島づくり海社
笠岡青年会議所
笠岡東ロータリークラブ
(福)金浦認定こども園
協同油脂(株)笠岡工場
光陽産業(株)
坂本産業(株)
山陽施設管理(株)
(福)慈弘会
(福)伸成会 富岡保育園
(福)すみれ福祉会
(株)創心會
玉島信用金庫笠岡支店
中国興業(株)
(福)手むすびルーム
日産サティオ岡山 笠岡店
備南通信開発(有)
ホリデイ(株)
(福)摩耶会 まやこども園
(株)三好製作所
(有)若田建材

浅野石油(株)
(株)石田
内海(株)
(株)オクノ
(株)笠岡魚市場
笠岡市栄養改善協議会
笠岡市茂平工業会
笠岡地区更生保護女性会
笠岡放送(株)
(福)かぶと会
(福)敬業会
国際ソロプチミスト笠岡
さかもと保険(株)
(株)サンヨーフーズ 笠岡工場
(株)シシドモータース
(公財)仁和会 ももの里病院
(株)正文社印刷所
第一自動車(株)
(NPO)チームクローバー
(有)中国水道
(福)天神会
日商産業(有)
(株)広島銀行 笠岡中央支店
牧野海運(株)
(福)みたけ会 つばくろ認定こども園
(有)横山印刷所
(株)若よし

社会福祉協議会へのご寄附ありがとうございました

(期間) 令和7年8月1日～令和7年10月31日 ※掲載について御了承いただいた方のみ、お名前を掲載させていただいております。

一般寄附

田辺 雄一(浅口市)

土屋 章(甲賀)

(敬称略)

ボランティア入門講座を開催します！

福祉ボランティア団体の「入門講座」を3月に開催します。お気軽にご参加ください！

●**笠岡市ヘルスボランティアの会**
3月3日（火）
9：30～15：00
いきいき交流センター大広間

●**笠岡点字サークル**
3月6日（金）
13：30～15：30
ボランティアハウス

●**笠岡音訳の会**
3月5日（木）
10：00～12：00
ボランティアハウス

●**笠岡要約筆記サークル**
3月16日（月）
10：00～12：00
ボランティアハウス

●**笠岡手話サークル**
3月5日（木）
19：00～20：30
サンライフ笠岡 第一研修室

●**笠岡手引きの会**
3月28日（土）
10：00～12：00
ボランティアハウス



申込・問合せ
社協
☎62-3507

リサイクルにご協力ください

使わなくなった**福祉用具・ベビー用品・学生服**を必要な人にお譲りする活動をしています。譲りたいもの、譲ってほしいものがありましたら、社会福祉協議会までお問い合わせください。SNSでもご覧いただけます。

■**譲ってください**
ジュニアシート、抱っこ紐（新生児可）、小学校制服
＜問合せ＞社協☎62-3507

食品を集めています

社会福祉協議会では、フードバンク・フードドライブ活動をおこなっています。市内企業や団体、市民の皆さまからいただいた食品を、お困りの方や子ども食堂などへ提供しています。ご家庭に消費されず残っている食品がございましたら、ぜひ当会の窓口までお持ちください。皆さまのあたたかいご協力を、よろしくお願いいたします。

＜**ご提供いただきたい食品**＞
穀類（お米・乾麺など）・保存食品（缶詰・瓶詰など）・インスタント食品・レトルト食品・飲料類など
※未開封で賞味期限が1か月以上残っているもの
※生ものや冷蔵・冷凍品は受け取れません。

＜問合せ＞社協☎62-3507



無料法律相談

毎月第3金曜日14：00～
相談時間：一人30分以内
先着順での受付です。
予約はお早めに
年度で1回まで
要予約：62-3507



ふれあいほのぼの相談

生活相談などの一般相談
「話す」という少しの勇気で変わる
こともあります。お気軽にどうぞ。
①民生委員による相談受付
毎週木曜日10：00～12：00
②社協職員による一般相談
平日8：30～17：15
＜問合せ＞社協☎62-3507

サンライフ笠岡講座作品展



サンライフ講座の作品展示、及び講座紹介を笠岡市民会館で開催いたします。1年間の活動や成果をご覧いただき、来年度一緒に活動する仲間が増えると嬉しいです。

日 時：2月7日（土）・8日（日）
10時～15時

場 所：笠岡市民会館

＜問合せ＞サンライフ笠岡
☎63-1533

職員紹介



権利擁護係
巻幡 洋平

9月から権利擁護係に配属になりました。これまでは高齢者施設等で介護職やケアマネジャーをしていました。今後はこれまでの経験を活かしつつ、地域で暮らす方々の困りごとや不安に寄り添い、お一人おひとりが自分らしく生活できるよう支援していききたいと思います。



地域包括支援センター
加山 彩

9月から地域包括支援センターに着任しました。前職では病院や施設で高齢者と関わる仕事をしていました。不慣れな業務が多く、日々勉強の毎日ですが、これまでの経験を生かし、地域の皆様のお力になりたいと思います。



地域包括支援センター
井上 和枝

10月から地域包括支援センターに配属となりました。これまでは手術室、病棟、外来で看護をしてまいりました。皆様との出逢いを大切に、日々成長していきたいです。お困りのことに寄り添い、一緒に解決していけるように頑張ります。

社協支部活動紹介

市内に20の社協支部があり、友愛訪問・サロン活動・世代間交流などさまざまな地域福祉活動を行っています。

社協北川支部は、886世帯、1,772人が暮らしています。(R7.9月末時点)
ロシア革命の内戦で帰郷できなくなったロシアの子ども約800人を救出した茅原基治船長の出身地でもあります。

見守り訪問に同行

5・10・11・1・2・3月に愛情いっぱいの手作り弁当を栄養委員が作っています。作ったお弁当は、原則80歳以上のひとり暮らしの方を対象に、民生委員や福祉委員、地元の中学生在が持って訪問しています。取材したこの日(10月16日)は栄養委員9名が12時前に集合しました。この日作ったお弁当は約40食でした。



(栄養委員:花野会長)



おいしく食べていただけるように工夫して味付けしています



食材は前日に2人の役員さんが買いに行き、自宅ですれたお野菜なども持ち寄り食べやすいように工夫して調理しています。

私たち取材班は、お近くに住まわれている方の訪問に同行しました。ご年齢はなんと96歳!笑顔でお弁当を受け取られていました。日ごろから民生委員さんとのお付き合いがあるんだろなあと感じる瞬間でした。



社協北川支部

支部長の訪問にも同行しました。玄関のチャイムを鳴らしたところ、元気よく声が聞こえます。『元気にしょーる?』『来てくれるのが嬉しいんよ』と終始笑顔いっぱいでした。役員さんの訪問について、『大変ありがたい。一人暮らしなので誰かとお話しできる機会は嬉しい。来てくださることを楽しみにしています』と話を聞きました。

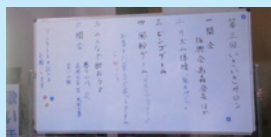


(右)北川支部長:藤原真佐子さん



社協横江・美の浜支部

社協横江・美の浜支部は、横島・入江・美の浜の3地域から構成されており、2,015世帯・4,278人が暮らしています。(R7.9月末時点)
蛇神信仰の総本宮的な地位を占めているとされている「道通神社」でも有名な地区です。
今回は、『敬老会』と『いきいきサロン』の活動についてご紹介します。



笑って動いて 元気いっぱい! 一高齢者サロン

地域の高齢者の皆さんが元気に集う「いきいきサロン」を、横島・美の浜・入江の、3地区で定期的に開催しています。サロンでは、風船バレーボールや玉入れなど、体を動かしながら楽しめるレクリエーションに加え、隠れた場所でスタッフが質問に答える「誰がしゃべっているでしょうクイズ」など、みんなで笑い合えるユニークなゲームも行っています。毎回、笑い声があふれる楽しいひとときです。婦人部の皆さんと協力しながら、和やかな雰囲気で行っています。



横江・美の浜支部長 池田久男さん



長年のご尽力に 感謝を込めて

横島地区敬老会

笠岡市では敬老会が廃止されましたが、地区の総意で10月15日、横島会館に多くのご長寿の皆さんが集まり敬老会を開催しました。参加された方は、和やかな雰囲気の中、笑顔あふれる時間を過ごしました。
敬老会当日は、支部長自らが手品を披露!また、カラオケクラブでは皆さん大熱唱と、参加者同士の交流もあり、会場は大いに盛り上がりしました。
地域の皆さんと共に、日頃の感謝とご長寿への敬意を込めて御祈念を行い、これからの健康とご多幸をお祈りしました。

この広報紙は、共同募金の配分金の一部で作られています。

ホームページアドレス <http://kasaoka.or.jp/>

最新情報や福祉用具リサイクル情報の詳細はホームページをご覧ください。

Facebook・Instagramも
更新中です。
登録お願いします。



Facebook



Instagram