

2 ほったやまつうしん

vol.157

北塩原村社協広報誌



裏磐梯幼稚園 だんごさし

ブラインドスキー 伴走ボランティア募集中

2026

3/7 土 PM
8 日 AM

EN RESORT
Grandeco

福島県耶麻郡北塩原村
大字桧原字荒砂沢山 1082-93

視覚障がい者のスキーをサポート！
T.A.B.S(Tokyo Association for Blind Skiers)さんの
スキーツアーにおいて、視覚障がいの方々が安全に
スキーができるようにサポートするボランティアです。
初めての方へは親切丁寧にサポート方法をレッスンし
ますので、初参加の方でも大歓迎です！

現地集合・現地解散
参加費無料（昼食代・駐車料は自己負担）
どちらか1日だけの参加もOK
ボランティア保険に加入（保険料は当会負担）
日程詳細は、参加者へ後日お知らせします
申し込み・問い合わせは社協事務局まで！

災害義援金 受付中

日本赤十字社及び共同募金会
では、国内災害義援金を募集
しています。

みなさまの温かいご協力を、
よろしくお願ひいたします。

受付中の国内災害義援金

令和7年青森県東方沖地震義援金
令和7年11月18日大分市佐賀閻の大規模火災義援金

令和7年台風第22号及び第23号
災害義援金

令和7年8月6日からの大雨災害
義援金 ほか



日本赤十字社



共同募金会



発行・編集
社協HP

社会福祉法人
北塩原村
社会福祉協議会

この広報は、皆様からお預かりした会員会費を財源に発行しています。

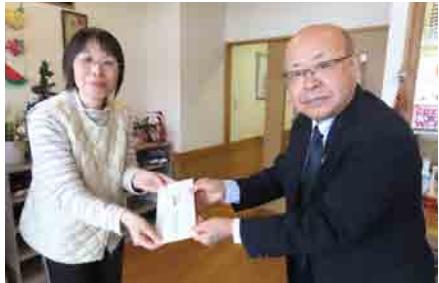
〒966-0402
福島県耶麻郡北塩原村大字大塩字堀田山8518-93
mail hottayama3757@gmail.com
H P <https://kitashiobara-shakyo.or.jp>

地域福祉係 0241-28-3757
訪問・通所介護係 0241-28-3756
居宅介護支援係 0241-28-3755
地域包括支援センター 0241-28-3766
FAX(共通) 0241-33-2070

歳末たすけあい 募金配分

今年度、村のみなさまから集められた歳末たすけあい募金を財源に、村内のグループホーム2件、幼稚園2件、保育園1件へ配分金を

お届けしています。また、70歳以上のひとり暮らし高齢者及び、高齢者のみ世帯、約180件へ日用品セットを届けることができました。ご協力ありがとうございます。



民生児童委員協議会 定例会

1月13日（火）磐梯桧原湖畔ホテルさんで開催しました。毎月行っている日々の活動状況報告の後、研修会を実施。

今回は、アイネット株式会社の方を講師に招き、「緊急通報システム」についての勉強会。どのようなシステムなのか、どういった事で緊急通報されるのかなど、知識を深めました。



高齢者作品展

「村民作品展覧会」において、高齢者みなさんに
よる作品展が開催されました。会場には、長年培わ
れた技術や感性が光る絵画、手芸、書道などの力作
が並び、来場者の目を楽しませてくれました。

厳正なる審査の結果、以下の3名の方が輝かしい
賞を受賞されました。おめでとうございます！

日本赤十字社福島県支部長賞

六角洋子 様

福島県老人クラブ連合会長賞

小椋三枝子 様

北塩原村老人クラブ連合会長賞

鷺山敏子 様



令和6年度能登半島地震災害義援金 最終報告

2024年1月1日に発生した「能登半島地震」
役場、合同庁舎、桧原出張所、社協に募金箱を設置。皆様に
募金を呼びかけてきました。
お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じ被災地の石川県
・富山県・新潟県・福井県へ送金されました。

皆様からお預かりした義援金額
(令和7年12月26日送金)

381,436円

全額、日本赤十字社へ送金しています。

御厚情ありがとうございました。

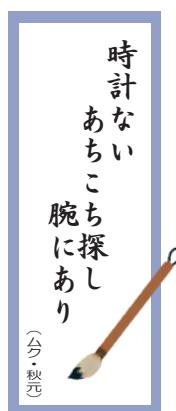
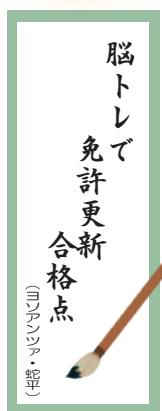
なお、同義援金は募集期間が延長され、日本赤十字社では令和9年3月31日まで受け付けています。

認知症川柳を投稿してみませんか！？

認知症は、65歳以上の5人に1人になるといわれており、今や誰もがなり得る身近なものになってきています。地域包括支援センターでは、認知症になってしまっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることが出来る、認知症にやさしい地域づくりを推進するため、認知症や老いに関する川柳を募集し、広報誌へ掲載しています。

大募集 川柳

～過去作品例～



認知症川柳とは

認知症川柳とは、川柳の作品づくりをとおして身近な老いや、認知症への関心を持つためのきっかけをつくる取り組みです。

ご自身やご家族・お友だちの体験や、感じたことなどを「5・7・5」のリズムにのせて表現してみましょう。

ユーモアに溢れたものや、これまでの人生観を表したものなど、お子さんから高齢者の方まで幅広い世代の方からのご応募をお待ちしています。

脳トレ効果も！

川柳の内容を考えることで、記憶力・思考力・表現力を鍛えることに繋がり、**脳を活性化させる効果**が期待できます。

また、他の投稿者の作品を見て共感することで前向きな気持ちを保持できます。

認知症川柳

大募集

認知症川柳 投稿者募集

応募資格：北塩原村に在住、または勤務している方。

応募方法：お名前(ペンネーム) 年齢、行政区名、電話番号を明記のうえメール、FAXまたは手書き用紙で受け付けています。



休日相談窓口

2月14日(土)

もの忘れ、足腰の弱り、生活の困りごと
介護保険の手続きや介護サービス利用等
電話・来所でのご相談お待ちしています。

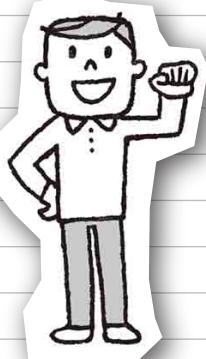
☎0241-28-3766

- | | | | | | | | | | | |
|-------|------------|---------------|--------------------|---------------|----------------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------|-----------------|
| ● 認知症 | 腹時計で 目がさめた | (スズラン 八八才 北山) | ● 日常だ 薬のんだよ のんでもない | (昔の山女 七八才 蛇平) | ● 認知症 みんなでやさしく 声かけよう | (むかしの姉ちゃん 七八才 早稲沢) | ● 昔人 話しの末に 謎を | (春夏秋冬 八一才 北山) | ● 老齢の 身ではできない 雪かたし | (京子ちゃん 八六才 松陽台) |
|-------|------------|---------------|--------------------|---------------|----------------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------|-----------------|

おしえて! ケアマネジャーさん!!

「介護保険サービスを使いたい!」

そんな時は ケアマネジャー がお手伝いします!



先月号では「ケアプラン作成」について説明しました。
今月号ではサービス利用調整について説明します！

お
さ
ら
い

インテークとは、要介護認定を受けた後に担当するケアマネジャーがご自宅等を訪問し、利用者本人及びご家族から現状やニーズを伺うことです。

認定調査の結果により、担当は下記のとおり割り振られます。

要支援1・2：地域包括支援センター 要介護1～5：居宅介護支援事業所

私たちです！

介護保険サービスは、介護度によって下記の通り

「限度額」が定められています。

要介護1	167,650円 (16,765円)
要介護2	197,050円 (19,705円)
要介護3	270,480円 (27,048円)
要介護4	309,380円 (30,938円)
要介護5	362,170円 (36,217円)

* () は1割負担の場合の金額

ヘルパー や デイサービス、福祉用具レンタル等の料金を、上記限度額内におさまるように調整するのもケアマネジャーの役割です。
(限度額を超過した場合は全額自己負担)

水曜日は家族が不在になるので
デイサービスを利用したいです！

リハビリができるデイケアを
利用したいわ～。

足元が不安だから、四点杖のレンタルも
お願いしようかしら～。

わかりました！
では、各事業所に連絡しておきます！



居宅介護支援係(小林・赤城) 0241-28-3755／080-9425-7758

どうなの? ヘルパーさん!!

訪問介護サービスでは、「できること」と「できないこと」があります。
「これはできる?」その疑問 敏腕ヘルパー がお答えします！

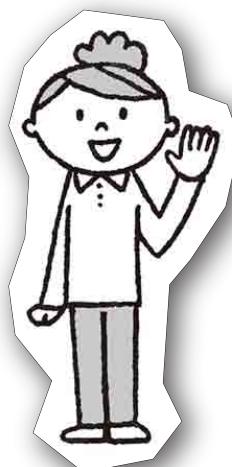
【相談者】

Kさん(仮名) 80歳 男性ひとり暮らし
『寒さが厳しい2月は外に出たくない』

毎日寒くてこたつから離れたくない!
このままだと脚、腰が弱ってしまう..
ヘルパーさん、一緒に室内で体操することはできるの?

できます！

みなさんのペースに
合わせて、ゆっくりと
体操することができますよ♪



※担当ケアマネジャーに相談してくださいね！

訪問介護係(加藤・穴澤・内堀) 0241-28-3756

『大正琴の皆さん』



昨年12月19日に訪問してくださいました。懐かしの曲など誰もが耳にしたことのある曲が演奏され、穏やかで温かい雰囲気に包まれました。

利用者のみなさんは、演奏に耳を傾けながら自然と口ずさんだり、それぞれの思い思いに楽しめていました。「昔を思い出して懐かしかった」といった声も聞かれ、笑顔あふれるひとときとなりました。

『クリスマス飾り』



デイサービスでは、クリスマスに向けたさまざまな活動を行いました。

こちらの写真はクリスマス飾りを作成している様子です。大きなまつぼっくりを拾い集め、いろいろな装飾をしてかわいいツリーをつくりました。

これからも季節を感じられる活動を大切にしながら、楽しい時間を提供してまいります。

『だんごさし』



年が明けて1月14日に小正月の伝統行事であるだんごさしを行いました。

利用者のみなさんと一緒にだんごに見立てた色紙を丸めるとところからスタート。「昔は家でもよくやったね」と昔を懐かしむ会話も弾み、丸めたものをミズキの枝にさすと、まるで満開の花が咲いたようでした。皆様の笑顔があふれ健康を願う温かなひとときとなりました。

⚠ 注意！入浴中の事故！！

寒さが厳しい季節となっていました。この時期に発生しやすい入浴中の事故。要因の一つにヒートショックというものが考えられます。

ヒートショックとは、気温の変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることです。この血圧の乱高下に伴って、脳内出血や大動脈解離、心筋梗塞、脳梗塞などの病気が起こります。

ヒートショックのメカニズム



予防と対策

①脱衣所と浴室を温める

暖かいリビングから脱衣所に移動した際の温度変化を軽減するために、暖房器具を置くなどの工夫をしましょう。

※入浴前に家族に声をかけましょう。

②お風呂の温度は低めに設定

お湯の温度が42°C以上になると、心臓に負担がかかります。
38~41°Cに設定して入浴するようにしましょう。

③ゆっくりとお風呂から出る

お湯に浸かっている状態で急に立ち上がると、めまいを起こしたり、失神することがあります。
浴槽から出る時はゆっくり立ち上がるなどを心がけましょう。

※ご不明な点は下記までご連絡ください。

喜多方消防署 TEL-0241-22-6211

北塩原分署 TEL-0241-32-2020

喜多方消防本部

QRコード→



善意のひろば

R7.12.16～R8.1.15

御遺志

外島 浩一 様（故 外島 二郎 様：喜多方市）

御寄付

会津信用金庫喜多方東支店 様

物品の御寄附

手芸クラブ夢芯 様

匿名希望 様

ボランティア

大正琴愛好会 様（デイサービス訪問）

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

2/7 磐梯山ジオパークフォーラム
(猪苗代町体験交流館 学びいな)

猪苗代町・磐梯町・北塩原村の3社協で
協働ブースを出展します！

包装食袋を使った蒸しパン作り

「まさか」の事態に備えて、
「いつも」の生活の中でも
体験して備えておこう

磐梯山ジオパークのHPから
お申し込みください！

2/10 民協定例会
(保健センター)

2/12 老人クラブ連合会代表者会議
(ホテル華の湯：～13日)



福祉の仕事相談会

日時

2/18(水) 10:30～14:30

場所

会津若松市社会福祉協議会
会津若松市追手町5-32



米寿祝

あめでとうございます！

2/1 佐々木 一雄 様（桧 原）

2/7 穴沢 卫ミ子 様（大 塩）

2/15 渡部 ヒデ子 様（北 山）

ふれ合い・支え合う地域づくり

生活支援 コーディネーター

安心して暮らすことが出来る
持続可能な地域へ向けて

広がりゆく自治の空白化

近年、全国の地方では人口減少や少子高齢化、地域社会との繋がりの希薄化により、これまで営まれてきた住民活動や日常生活の維持が困難となっていくことが予想されています。



地域の担い手の減少

2030年には、地域の主要な担い手であった団塊の世代の方々が80歳を超えることとなり「担い手」から「受援者」に移行していくタイミングとされています。こうした地域力の減少が見込まれる中、住民同士のつながりの維持や強化によって、お互いに支え合う地域社会を構築し、「自治の空白化」に備えていく必要があります。

集落・地域ぐるみで考えることが重要

「自治の空白」を補い、持続可能な地域社会を構築していくためには、地域住民の皆さまが自身の地域の現状について「自分ごと」として考え、住民間で意見交換を行いながら、地域の課題や将来像について話し合っていくことが大切です。社会福祉協議会では、支え合いの地域社会の実現を推進していくため、行政区を対象に以下の支援を実施しています。

《支援の内容》

- (1) 職員の派遣（区会・活動・催し等への同行）
- (2) 学習会等の開催（集会所等で開催するもの）
- (3) 話し合いの開催支援

《申込み方法》

行政区長さんを通じてご相談ください。

※実施日や開催内容について調整させていただきます。