

かつらぎ

2023年
(令和5年)

1 月



特集

今、自分たちが
できることを精一杯やる!

(笠田高校生 防災セミナー)



健康寿命、人生100年時代

自分らしく元気な毎日を送る 明日を未来を



あけまして
おめでとうございます。

昨年を振り返り、新型コロナウイルス感染症が2022年2月24日に発生し、追隨するかのようには北朝鮮のミサイル連続発射、核兵器使用をほのめかす発言、世界の動向がとても気になる2022年でありました。また、ロシアの侵略戦争によって物価が高騰するという悪い連鎖も起こっています。世界の動きが戦争、テロ、コロナと暗い二ニュース



会的な繋がり、個人の生活や経験、価値観と連動して考える自粛生活でもありました。

世界の平均寿命は、男性71歳、女性76歳に比べ日本人の平均寿命は男性81・47歳、女性87・57歳であります。しかし、健康寿命といえは男性72・68歳、女性75・38歳となつていますので不健康な期間が男性8・79年、女性12・19年とかなり長くなつています。また、65歳以上の高齢者は29・1%と過去最高です。

コロナのこともあつて健康を意識する人が増えていきます。健康で長生きしたい。せつかくこの世に「生」を受けたのだから人間らしく「好奇心」「公共心」を持つて生きたい。読売新聞の健康維持のために取り組んでいる健康意識のアンケート結果では、生きがいと答えた男性は「71・5%」、女性「64・4%」、楽しみと答えた男性「57・8%」、女性「67・7%」と男女間で多少開きがありますが、生きがいや楽しいことを何かやろうという意欲は全ての人々が持つています。私の祖母時代は馬の背に塩、砂糖など必要な食材を積んで「うしこかし峠」を運搬してい

が連日報道され憂鬱な想いをする年でした。また、4年に一度の世界大会、東京五輪が巨大利権、談合疑惑と相次ぐ不正は大会に影を落とすこととなりました。大会に出場した選手たち、コロナ禍の厳しい環境下で競技に全力を尽くした選手たちの努力に泥を塗る行為であり厳しく非難されています。

このことが札幌冬季オリンピックの誘致に陰を落とすことにならないように願うばかりです。しかし、このように嫌なニュースの中で、アメリカ大リーグで活躍する大谷選手、年末のサッカーワールドカップ（W杯）で優勝候補のドイツを相手に2対1で歴史的な勝利を飾った初戦は日本中が歓喜に湧き立ち、1年のもやもやを払拭してくれる程の明るく元気の出る出来事でした。でも次の試合ではコストリカに1対0で敗れ、とても落ち込み一喜一憂した次の

たらしい。あれから約150年、車が行き交い、2025年大阪万博には自動車空を飛ぶという。後、後何年、移りゆく、移り変わる世界を眺めてみたい、美しい四季、美しい自然を眺めてみたい。自分のため、家族のために健康でいたい。いろんな知識を勉強して実行したいなど前向きな高齢者が多く、デジタル社会に突入した今、社会の学び直しを呼びかけています。人生100年時代を迎える中で現役、退職に限らず再学習に意欲を燃やす老若男女が大変多く、好奇心で目を輝かせています。

「知識を増やすだけの教育ではなく長い人生を豊かに、好奇心とわからないものをわかりたい。わかったら嬉しい、楽しい。また、みんなのために役立つことが嬉しい、楽しい、という人生を送りたい。」と考える方が多くおられます。「紀州かつらぎ熱中小学校」「高齢者サロン」「女性部紀絆会」「日本舞踊の会」「更生保護女性会」「ダンス」その他多くの団体、サークルの活動はその良き手本です。

日本人はみんな優しく、親切で助け合つて、病気になるつたら直ぐに診てもらえるというような素晴

スペイン戦で、またまた2対1の逆転勝利！日本列島が沸き立ち、スポーツの持つ、力強い健康的な感動を日本中に拡散してくれました。年の終わりに憂鬱な気持ちもありましたが、このわくわく感で新しい年を高揚した気持ちで抑えることが出来ました。ありがとうございます。一方、コロナ第8波が拡大増加している中でなかなかおめでとうとは素直に言えない状況にありますが、やつと日本の製薬会社塩野義コロナワクチン「コブゴーズ」、対応経口薬（飲み薬）「ゾコーバ」が承認されました。まだまだこれから有効性や安全性のデータが必要とのことですが、今年はいいい年になることを願っています。

さて、人生100年時代「健康で元気に暮らしたい」コロナ禍で巣こもりや外出自粛の日々が続いたことで健康を問う直す良い機会として捉えれば、心のあり方、社

らしい国です。日本人であることを誇らしく思い、自信をもって日々を過ごしていきたいのです。世界が高齢化社会に突入しますが、その先陣を切つて超高齢化社会に直面する我々が日本から世界に見本を示しましょう。ただ、い

ろんなことに手を付けすぎて日々の暮らしが窮屈にならないように気をつけなければ、かえつて負担がかかり不健康になります。ゴルフを続けたいので健康に気をつけていると言う人がいますが、私の知人（94歳）は健康のためのゴルフではなく人生の楽しみであり、健康でいることはそのための手段であると言つてのけます。

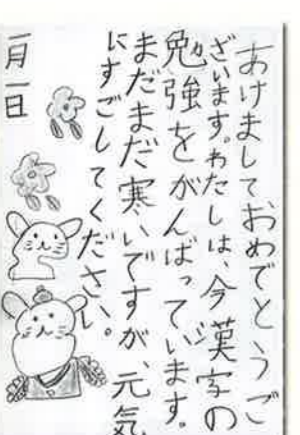
皆様方の健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

令和5年 元旦

かつらぎ町社会福祉協議会
会長 中前光雄

一人で暮らしている方や施設で暮らしている方など「新年を少しでも温かい気持ちで迎えてもらいたい」との思いをこめ、まごころ弁当（社会福祉協議会の配食サービス）を利用されている方や高齢者施設に入所されている方々に年賀状を届けました。

この年賀状は、町内の小・中学校の児童・生徒と絵手紙小組の皆さんが作成しました。その一部を紹介いたします。



今、自分たちができることを精一杯やる！

過去の災害の教訓を踏まえ人々のいのちをまもるためには地域のチカラを高めることが大切です。いざという時に、自分たちが過ごしている地域でどんな行動ができるのか、どんな助け合いができるのか、自分たちができることを、笠田高校商業科（3年生）17名の生徒さんと一緒に考えました。9月から11月まで毎月開催した、計3回のセミナーの様子を紹介します。



かつらぎ町社会福祉協議会
さわもと まき
地域係主査 澤本 真希



第1回 — 導入編 — 災害の備え・応急手当

■9月6日（火）

まず1回目は、災害の基礎を「学ぶ」ことからスタートです。講師には、日本赤十字社和歌山県支部に協力いただきました。

- 災害の備えで大切なこと
- 必要な物品や日頃の安全な場所を事前に確認しておくこと。
- 災害について、家族や大切な人と話し合っておくこと。

だと教わりました。

生徒の感想

○もともと知っていたこともあったけれど、新たに知れたこともあった。
○「備えること」が思っていたよりも大変なことだと気づいた。

第2回 — 地域を知ろう編 — 防災マップづくり

■10月11日（火）

1回目のセミナーに引き続き、日本赤十字社和歌山県支部の協力により取り組みました。

2回目は「知る」をテーマに、笠田高校の周辺をよく知る地域の方々（区長さん、民生委員さんなど）に参加いただき、地域事情を教えてもらいながら防災マップを作成しました。

高校生は、1日の大半を学校で過ごしています。毎日行き来する通学路などを起点として、マップングしながら各グループで話し合いました。

生徒の皆さんから積極的に地域の方に意見を求め、活発かつ真剣な交流場面が多く見られました。普段は何気なく過ごしている場所も話し合いをすれば「気になる場所」に変わります。



地域の方からの感想

○高校生から積極的な発言を得られ、将来を見てくれて、いることが伝わってきて、嬉しかった。
○リーダーシップをとって話を進めてくれる生徒らの姿を見られて、楽しい時間を過ごせた。



生徒の感想

○安全な場所と危険な場所を把握しておくことは大事だと思った。
○学校で被災した場合に、今日の話し合いを思い出して行動しようと思った。
○地域の人と関わることができてよかった。

第3回 — 地域で動こう編 — 車椅子避難サポーター養成講座

■11月8日（火）

3か月続いたセミナーもいよいよ最終回です。株式会社おかい商店（紀の川市）の協力で最終のセミナーを実施しました。

①学ぶ ↓ ②知る ↓ ③動く
最終回は「動く」がテーマです。車椅子操作を通じて、地域で自分ができることを見出します。災害時などを想定した特殊なサポーターキットを使って、車椅子を操作する側と乗る側のそれぞれの立場での実技を行いました。

生徒の感想

○助かる命を助けるために行動できるようにになりたいと思った。
○少しの経験と知識で役立てることがあると分かった。

セミナー終了後には車椅子サポーターの証であるブルーリングが生徒全員に贈呈されました。



3か月間のセミナーを終えて： 笠田高校生が思う「災害・防災」について大切なことを聴きました。



生徒たちは

○今、できることを精一杯やる。
○困っている方がいれば、手を差し伸べて少しでも助けになるため動く。
○地域で協力して、助け合うことが大切だと思った。

「暮らしをつなぐ」ためには、みんなで協力し、助け合うことが大切です。このことは、災害時に限ることではありません。普段の生活の中での関係づくりが、災害時の支え合い、助け合いにつながります。
今回のセミナーを通じて、生徒の皆さんの心強い声を聴くことができました。今後、地域での活躍が楽しみです。

お問い合わせ

町社会福祉協議会 地域係
☎0736-22-4311

善意のご寄付

(11月1日～11月30日 敬称略)

次の方々から社会福祉協議会へ善意の寄付をいただきました。寄付金は、広く地域福祉活動の推進に役立てさせていただきます。

◆遺志として

楠 清人	亡母	美知子	新田
山浦 健二	亡父	孝三	中飯降
前田 進久	亡母	ウメ子	平沼田
安蘇 富雄	亡母	ヲサヨ	花園梁瀬
中谷 章秀	亡父	竹秀	滝
浦中 洋幸	亡父	松太郎	花園梁瀬
山本 裕樹	亡母	雅子	笠田東
西澤 均	亡父	春雄	妙寺
頭根 幸作	亡祖父	梅一	広口
土畑 繁哉	亡祖母	満子	広口
羽根 崇浩	亡祖母	よち	佐野
谷本 欣司	亡母	貞	丁ノ町
川崎 久子	亡子	友紀代	三谷
前田 マリ	亡父	忠昭	東浜田
門田 登	亡母	政子	妙寺
小林 正弘	亡妻	智恵	寺尾
向井 正文	亡父	一郎	新城
西坂 和晃	亡父	久典	新城
堀内 豊幸	亡母	節子	笠田東
井本 茂	亡妻	眞由美	佐野
西山 佳寿	亡母	さよ子	笠田東

ありがとうございました

ありがとう

(11月1日～11月30日 敬称略)

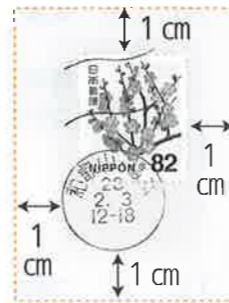
★使用済み切手・ハガキ収集に協力いただいた方

藤岡 稔忠・(有)シバモリ
日進化学(株)和歌山工場
ボーイスカウト伊都第3団
介護老人福祉施設 やまぼうし
白ゆりグループ・匿名2件



使用済み切手の取扱い方法

切手だけでなく、消印も含めて周りを1cmほど残し切り取ってください。



★配食サービス(本所)に食材料を提供いただいた方

里神 賢幸 (富有柿)
匿名 (米・はやとうり・かぼちゃ)
匿名 (紀ノ川柿・キウイ・レモン)
匿名 (米)



★高齢者生活福祉センター(花園支所)に食材料を提供いただいた方

匿名 (紀ノ川柿)

★ウクライナ人道危機救援金に協力いただいた方

一日本赤十字社かつらぎ町分区受付一
池田 迪哉



妙寺小学校4年生が認知症キッズサポーターに おばあちゃんのつらさがわかった

11月17日(木)、妙寺小学校4年生58名が認知症キッズサポーター養成講座を受講し、キッズサポーターになりました。キッズサポーターは、何か特別なことをするのではなく、身近な地域で暮らす認知症の方やその家族に優しく声をかけたり、暖かく見守る応援者です。

授業では、寸劇やアニメなどを活用して認知症の方との接し方を学びました。「もし、自分の名前を忘れられたらどうすればいいですか」との児童からの質問に地域包括支援センター職員は「やさしく自己紹介してあげましょう」と答え、児童は納得した様子でうなずいていました。

後日、児童から「助けてあげて幸せになってほしい」「自分のおばあちゃんも認知症でつらさが分かっていなかったけどキッズサポーターの授業でよくつらさがわかった」「すご〜くおぼえやすかったです。記憶のつぼは認知症が進んだ人はなくなるのだとわかりました」などの感想が届きました。



こまった時は、気軽に相談しよう!!



もの忘れ相談

1月16日(月)

受付 13時～15時(先着順)
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町地域包括支援センター
☎ 0736-22-2322

年相応のもの忘れ?認知症?迷ったらご相談を(当日電話での相談可能)

無料法律相談

1月10日(火)・23日(月)

受付 13時30分～15時30分(先着順)
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町社会福祉協議会
☎ 0736-22-5222

法的なトラブルに弁護士が相談に応じています(相談時間は16時まで)

ふくし何でも相談

月～金曜日(祝日除く)

受付 8時30分～17時15分
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町社会福祉協議会
☎ 0736-22-5222

日常生活上の困りごとに幅広く対応職員が相談に応じています

渋田小学校 4年生 手話学習

ジェスチャーでも伝わる

11月21日(月)、渋田小学校4年生16名が、きこえない方の普段の暮らしや聴導犬との生活、手話の方法について学びました。

児童からの活発な質問で授業は盛り上がりました。

テニスやサッカー・バイクなど身近にあるものの表現の仕方について質問があり、手話だけでなく身振りや手振りのジェスチャーで伝わることを学びました。



社会福祉協議会・福祉団体

地域のボランティア活動

1	日	元旦	
2	月	振替休日	
3	火		
4	水		
5	木	朗読山びこ(9:00~14:00)	
6	金	友愛電話(笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、東浜田、西浜田、中央部、四邑、志賀、天野、新城)	
7	土		
8	日		
9	月	成人の日	
10	火	配食サービス(丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二) 無料法律相談(13:30~15:30) つれもてカフェ(13:30~15:00みまもりショップ杏)	
11	水		
12	木	つれもてカフェ(13:30~15:00cafeころーれ)	
13	金	友愛電話(丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二)	
14	土		
15	日	防災とボランティア週間(~21日)	
16	月	もの忘れ相談(13:00~15:00)	
17	火	防災とボランティアの日 配食サービス(笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、東浜田、西浜田、中央部、四邑、志賀、天野、新城) 布のおもちゃ(13:30~16:00)	
18	水	つれもてカフェ(13:30~15:00憩カフェ樹楽)	
19	木	認知症家族の会(13:00~15:00)	
20	金	手話サークル夢 要約筆記勉強会(9:30~12:00) 手話サークル夢(13:30~15:00)	
21	土		
22	日		
23	月	無料法律相談(13:30~15:30) つれもてカフェ(13:30~15:00エスキース)	
24	火	配食サービス(丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二)	
25	水		
26	木	点字サークルあすなろ(9:00~12:00) つれもてカフェ(13:30~15:00デイサービス夢心)	
27	金		
28	土		
29	日		
30	月		
31	火	配食サービス(笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、東浜田、西浜田、中央部、四邑、志賀、天野、新城)	



ブラインドマラソン伴B(20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

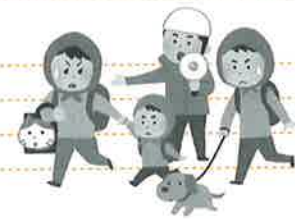
ひきこもり青年のための「居場所」

日時 月~金曜日(10日から) 13:30~15:30
 ※10日(火) 12:30~初詣
 ※17日(火) は小中高生居場所
 ※13・27日(金) は女性居場所

場所 大谷地域交流センター

(問) NPO法人よりみち ☎090-7093-9595

よりみち・ひきこもり相談会 ※要電話予約
 (13:30~15:30大谷地域交流センター)
 よりみち・親の会(19:30~21:00大谷地域交流センター)
 ブラインドマラソン伴B(20:00~21:00かつらぎ公園堤防)



三ツ葉会(13:30~15:00丁ノ町地域交流センター)
 手話伊都手のひら(19:30~21:00妙寺公民館)
 手話サザエさん(19:30~21:00笠田ふるさと交流館)
 ブラインドマラソン伴B(20:00~21:00かつらぎ公園堤防)
 はっぴーサークル(13:30~15:30笠田ふるさと交流館)

つれもてカフェ

赤ちゃんから高齢者までどなたでも
 自由に参加することができます。
 認知症について気軽に学び、同じ
 悩みを持つ方とつながり、専門的
 な相談もできます。(10日・12日・18日・23日・26日)
 (問) 地域包括支援センター ☎0736-22-2322



ブラインドマラソン伴B(20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

国内義援金/海外救援金の募集

- ・令和4年8月3日からの大雨災害義援金
 ー山形県・新潟県・石川県・青森県ー
 (令和5年3月31日まで)
- ・ウクライナ人道危機救援金
 (令和5年3月31日まで)
- ・その他の募集、協力方法 [日本赤十字社](#)

新型コロナウイルスの影響により活動が中止となる場合があります

★実施場所の掲載がない所は、
地域福祉センターです。