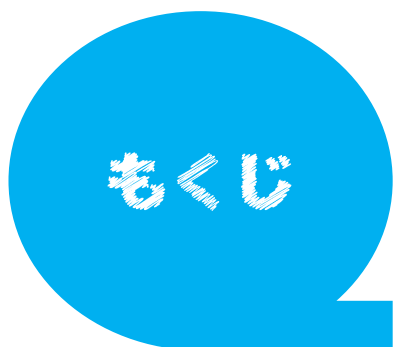


涌谷町社会福祉協議会ゆうらいふをご存知ですか？

# 社協活用サポートガイド



本冊子について  
(涌谷町社協の説明)

1ページ

わくわく出前講座  
(申し込み方法)

2ページ

わたしたち社協職員が  
地域の皆さまの活動をお手伝いします！

わくわく出前講座  
(学校向けメニュー)

3ページ

わくわく出前講座  
(地域向けメニュー)

5ページ～

各種貸出について  
(会場・印刷機・物品)

7ページ～



## 社協活用サポートガイドについて

社会福祉協議会（通称：社協）は、住民の皆さんや企業を会員とし、社会福祉のために活動する社会福祉法人格をもった民間の福祉団体です。豊かな地域社会づくりを目指し、地域の皆さんと一緒に考え、関係機関・団体と連携・協力し合いながら、住民主体を活動の基盤とした地域福祉活動、ボランティア活動の推進、福祉の啓発活動等を進めています。

また、涌谷町社協では、ホームヘルプサービスやデイサービスなどの在宅サービス、入居できる施設サービスといった介護サービス事業も行っています。

「社協って、何をしているの？」

「どんな人たちが働いているの？」

「社協を活用って、どういうこと？」

そんな地域の皆さんからよくいただく質問にお答えするために、本冊子を発行いたしました。ぜひ社協を活用してください！

役場とは別なんだね！



### 涌谷町社協

#### 高齢者福祉複合施設ゆうらいふ

総務企画課

在宅介護課

- ・ホームヘルプサービス
- ・訪問入浴サービス
- ・ゆうらいふデイサービス
- ・五番町デイサービス
- ・生活支援ハウス

施設介護課

- ・特別養護老人ホーム
- ・グループホーム

地域福祉課

- ・地域支援係
- ・居宅介護支援サービス
- ・地域活動支援センター

箕岳支所

ゆうらいふ箕岳地域ケアセンター

誰もが その人らしく 安心して暮らすことができる

地域社会の実現を目指して…

## わくわく出前講座

地域や学校等からの依頼により、ボランティアや社会福祉協議会職員が出前講座を実施します。内容については「出前講座メニュー」をご確認ください。なお、用意しているメニュー以外にも「こんなことをやってほしい」「こんな話をしてほしい」といったご要望がありましたら、お気軽にご相談ください。

### ★ わくわく出前講座の種類

- ①学校向け：福祉学習出前講座
- ②地域・事業所・企業向け：地域出前講座



### ★ 申し込みから実施までの流れ

#### ①事前相談

地域支援係が窓口となります。講座内容や実施希望日についてご相談ください。

#### ②事前打ち合わせ

必要に応じて、担当者の方と実施内容の詳細や講座のねらいについて一緒に考え、当日の段取りや必要物品等の打ち合わせを行います。 ※福祉学習出前講座では必須となります。

#### ③講師調整

ご希望の講座メニューに応じて、派遣する講師の調整を行います。

#### ④実施



### ★ 申し込み方法

#### 福祉学習出前講座（学校向け）

⇒講座実施希望日の 2ヶ月前までに、涌谷町社会福祉協議会・地域支援係へご相談いただき、別添の申込書の提出をお願いいたします。

#### 地域出前講座（地域、事業所、企業向け）

⇒講座実施希望日の 1ヶ月前までに、涌谷町社会福祉協議会・地域支援係へ申し込みをお願いいたします。

### ★ その他

- 基本的には平日の8:30～17:30の間で対応いたします。土日祝日等に開催する行事への出前講座についても対応可能ですので、ご相談ください。
- 出前講座は無料です。
- 講座メニューには、それぞれ目安となる所要時間はありますが、時間の短縮や延長についてはご相談ください。

**早めのご連絡がオススメです！**

【福祉学習出前講座】 ※学校向け

福祉学習とは「ふ（ふだんの） く（くらしの） し（しあわせ）」について考えるための学習のことです。講座を通して、児童・生徒の皆さんが自分たちにできることを考え、心豊かに福祉の芽が大きく育つよう、応援します。

大切にしている三つの考え方

違いを認める

自分発!

ともに生きる



浦谷町社協イチオシのおすすめメニュー



福祉ってなんだろう?

所要時間：30分

福祉のお仕事講座

所要時間：45分

なんだか遠い存在の「福祉」が、自分たちにとって身近なものであることに気づくきっかけをつくりま

「ふだんのくらしのしあわせ」と、支える人たちについて知ろう

いろいろな形のコミュニケーションを知ろう

所要時間：45分

わたしたちが普段当たり前前にしている「見る・聞く・話す」以外のコミュニケーション方法について学び、人とつながる手段がたくさんあることを学びます。



「伝えたい心」が1番大切



レッツ!アクション わたしたちにできること

今の自分たちにできることを考え、実際に取り組んでみましょう。高齢者との交流や手紙の交換、啓発ポスターの作成など、様々な活動メニューをご用意しています。

※所要時間はメニューにより異なります。

わくやの未来はわたしたちがつくる!

助け・助けられ上手になろう!

所要時間：50分

自分のケアプランを作ってみよう!

所要時間：50分

自分たちが年を重ね、おじいさん・おばあさんになったときを想像しながら、安心して地域で暮らし続けるために必要なことを考えます。



自分が80歳になったら...

## その他のメニュー

No	講座名	内容	時間
1	相手の立場で考えよう	障がいの有無にかかわらず安心して暮らせる地域の環境づくりを考えるきっかけとして、車いす体験や高齢者疑似体験などのキャップハンディ体験を行います。	50分
2	一人ひとりの違いを知って、認めよう	当事者の方による講話を通して、障がいのある方の日頃の暮らしを学びます。	45分
3	障がいがあるってどういうこと？	涌谷町障害者自立支援協議会の協力を得て、様々な障がいについてご説明します。	50分
4	わたしのまちのボランティアさん	町内で活動するボランティアの方々と交流し、身近な活動について理解します。	45分
5	自分のまちを良くするしくみ	児童生徒にも関わる赤い羽根共同募金の仕組みや活用方法をご説明します。	30分
6	やさしい涌谷を考える	バリアフリーやユニバーサルデザインに関する講話などを行います。	45分
7	“もしも”に備えて！ わたしにできる防災活動	地域の危険箇所を示した防災マップづくりや避難所運営ゲーム（HUG）を行います。	50分
8	思いやりのオレンジの輪を広げよう！ 認知症サポーター養成講座	認知症がどのような病気なのか知り、地域で支えていくために自分たちにできることを考えます。	90分

※講座メニューについては、変更または休講する場合があります。



【地域出前講座】 ※地域・事業所・企業向け

地域のお茶っこ飲み会や事業所の勉強会、企業の会議などにお邪魔し、福祉や介護について講話やレクリエーションを行います。



浦谷町社協イチオシのおすすめメニュー



地域福祉活動のいろは

所要時間：45分

「見守り活動」「集いの場」「生活支援」などの地域福祉活動実施のポイントについて説明し、他地域の事例を紹介しながら、各地域に合った形を一緒に考えます。

**地域福祉活動の入門講座**

脳力アップ倶楽部

所要時間：60分

まちがい探しやとんち文字といったプリントを使用した脳トレ、レクリエーション、体操などを通し、手軽に介護予防・認知症予防に取り組みます。



**介護予防・認知症予防のための大人気講座**



マイ・タイムラインを作成しよう！

所要時間：45分

自分たちにできる防災の取り組みとして、台風などの災害時に備え、一人ひとり防災行動を時系列的に整理します。命を守るために、できることから始めましょう。

**もしもに備えて、防災の取り組みを！**

介護保険制度を知ろう！

所要時間：45分

ゆうらいふのケアマネージャーが講話を行い、複雑に思える介護保険制度について、わかりやすく説明します。サービス利用までの流れや利用料金など、皆さんの気になる質問にお答えします。



**介護保険制度の基本の「き」を学ぶ**

その他のメニュー

No	分類	講座名	内容	時間
1	講話	社協って何をしているの？	地域の皆さんと一緒に地域づくりに取り組む社会福祉協議会についてご説明します。	30分
2		ながら見守りのすゝめ	“ついで” に行う見守り活動について、一緒に考えてみましょう。	30分
3		ボランティア活動から地域デビューしてみませんか？	誰かのために、そして自分のために一歩を踏み出すことができるよう、身近なボランティア活動についてご紹介します。	30分
4		障がいがあるってどういうこと？	涌谷町障害者自立支援協議会の協力を得て、様々な障がいについてご説明します。	50分
5		思いやりのオレンジの輪を広げよう！認知症サポーター養成講座	認知症がどのような病気なのか知り、地域で支えるために、自分たちにできることを考えます。	90分
6		介護の豆知識	介護の専門用語、介護用品の使い道など、意外と知らない介護のアレコレをご説明します。	30分
7		最期まで自分らしく生きるために	なんだか難しい響きの権利擁護ですが、年を重ねても自分の権利を守るため、元気な内から理解できるようご説明します。	30分
8		そのお金、どう使われているの？	地域の皆さんにご協力いただいている社協会費や赤い羽根共同募金について、仕組みや活用方法をご説明します。	30分
9	体験	おとなのキャップハンディ体験	昔々、体験したことがあるかもしれない車いすや白杖を大人の目線で改めて体験し、安心な地域づくりについて考えます。	45分
10		向こう三軒両隣、ご近所の助け合いを実感！	助け合い体験ゲームを通し、地域にある困りごとや助け合い活動を再確認します。	50分
11	見学	ゆうらいふ施設見学ツアー	高齢者福祉複合施設ゆうらいふ、ゆうらいふ麓岳地域ケアセンターの見学を行いながら、提供しているサービスの内容や設備についてご説明します。	45分

※講座メニューについては、変更または休講する場合があります。

## 各種貸出

### ▽会場の貸出

地域の活動やボランティア活動など、地域福祉につながる活動をしている団体等を対象に、会場の貸出を実施しています。ご利用を希望する場合は、ご相談ください。

#### 新型コロナウイルス感染症対策について

新型コロナウイルス感染症の感染予防対策として、各会場に人数制限を設け、ご利用の際には下記のルールのご遵守をお願いしております。

※県内の感染状況によっては貸出を中止する場合があります。

- ①利用する全ての方の体調チェック
- ②利用当日の「利用者名簿」の作成
- ③手指消毒
- ④マスクの着用
- ⑤1時間に1回程度の換気の実施
- ⑥ソーシャルディスタンスへの配慮
- ⑦真正面での会話や飲食を控える
- ⑧利用後の備品等の消毒

### ▽印刷機の貸出

地域福祉につながる活動をしている団体等を対象に、地域福祉活動の実践において必要となる印刷物（お茶っこ飲み会の開催案内チラシや見守り訪問活動に使用するメッセージカード、地域の会議の資料など）について、印刷機を貸し出します。

※原則として、コピー用紙の準備をお願いいたします。

### ▽支えあい「さいかい（再開・再会）」支援セットの貸出

地域での話し合いを行ったが、「活動を始めたくても必要な資材（非接触式の体温計やアルコール、利用者名簿など）が準備できない…」という方のために、活動を「再開」して地域の皆さんと「再会」できるお手伝いをするための支援セットを社協で貸し出しています。

安心してサロン活動を実施できるよう、参加者の方の体調チェックや手指消毒などにぜひご活用ください。

#### 物品の内容

- ・消毒用アルコール（手指用、物品用）
  - ・非接触式体温計
  - ・利用者名簿
  - ・飛沫防止パネル
- など





## ▽地域ふれあい物品の貸出

レクリエーション物品やイベント物品などを「地域ふれあい物品」として、地域の皆さんへ貸し出しています。地域で行事を企画する際に役立つこと間違いなしです！

### 【レクリエーション物品】



#### わなげ9 & Q

ジョイントの仕方でいろいろな組み合わせを楽しむことができる創作わなげです。ルールは普通のわなげと一緒にですが、わなげの形を変えることで難易度も変わることが特徴です。



#### マインディスティックカーリング

スティックを用いたカーリングゲームです。スティックでストーンを押し滑らせ、赤い円の中心に近いストーンが得点になります。力の弱い方や小さな子ども、車椅子の方でも楽しめます。



#### カラーボウリング

大好評のボウリングゲームのピンがカラーになり、とても見やすくなりました。

ルールもアレンジ次第です。色ごとに点数を変えるなど、変化のあるボウリングゲームを楽しむことができます。



#### 思い出かるた

懐かしい日本の童謡、唱歌がカルタになりました。特に冬場で外の活動が制限されるときに、集会所などで使えると人気です。歌い手と取り手に分かれ、みんなでワイワイ楽しむことができます。高齢者から歌を教わったり、皆で合唱したりとあらゆる楽しみ方ができます。

※現在 2 種類の思い出カルタがあります。



#### ペタンク

ルールはペタンクゲームと同様です。サークルの中に立って黄色の標的球に向かい、2 チームがそれぞれ赤と青のボールを投げあい、より近づけることによって得点を競うゲームです。



### ゲームレール

ボールを転がして、ボールの止まった所のトランプの点数を競います。カードの位置や枚数を変えるなどアレンジすることができ、ゲームに変化が生まれます。また、偶然性が高いので、個人差が見られないことも特徴のひとつといえます。



### スカットボール

ルールは簡単！ボールをスタートラインからスティックで打って、得点穴にボールを入れるゲームで、多く得点を取った方が勝ちとなります。穴の特殊なカーブがハラハラドキドキのゲームを演出します。



### ストライクナイン

ピッチャー気分で遊べる投的ゲームです。数字に命中すればボールがピタッとくっつきます。12個のボールで、9つの的にいくつ命中させられるか競います。



### ラダーゲッター

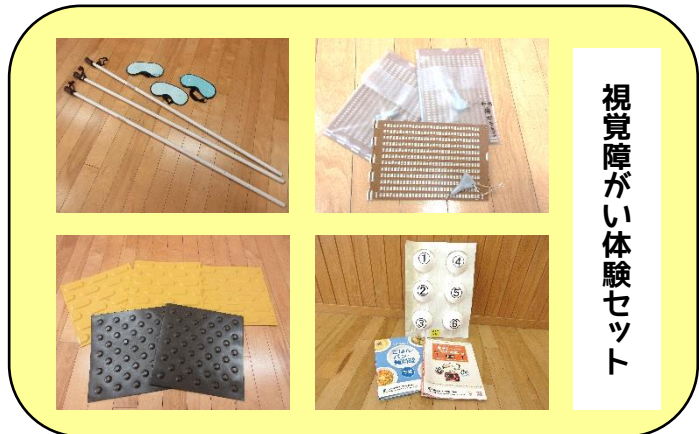
「ラダーゲッター」は、あらゆる年齢層で楽しめるニュースポーツです。ルールは簡単で、ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになります。ラダーに記されているポイントの総合計で競います。

### 【キャップハンディ体験等で使える物品】

涌谷町社協の職員等が出向く「わくわく出前講座」(P.2~P.6) を利用しない場合、物品のみの貸出にも対応しております。



車いす（下肢障がい）  
高齢者疑似体験セット



視覚障がい体験セット

## 【軽運動や簡単なトレーニングに使える物品】



### ソフトジムボール

小さなサイズのゴムボールを使って筋力を強化・維持する為のトレーニングボールです。お腹、腰、お尻、太ももの筋肉の強化・維持を主な目的にしています。

約 20 分程度の運動で 30~40kcal のエネルギー消費が期待できます。



### ロコモマット

近年話題のロコモティブシンドローム対策にぴったり！室内で簡単に始められる運動具です。マットの上でゆっくり足踏みをするだけでも、歩行に使う筋肉の強化を図ることができます。活用方法が紹介されているパンフレットやDVDもありますが、職員が一緒にお邪魔して、ご説明することもできます。



### ダンベル

手作りのダンベルなので、あまり重さはないのですが、腕の上げ下ろしといった地味に感じる動きでも、ダンベルを持って握りながら行うだけで負荷は確実にかかっています。いつもの体操にプラスするだけで、じわじわと効果を感じることができます。

## 【イベント物品】

### 炊き出しセット



釜の大きさはこのくらいです。

### はっぴ



### 行事用テントと紅白幕

地域のお祭りや敬老会などで大活躍！

テントのサイズは、2間×3間（3.6m×5.4m）です。

※予約の状況などによってはお貸しできない場合もあるため、早めにご連絡ください。



### 箕岳地域ケアセンター

☎25-5596

### 高齢者福祉複合施設ゆらいふ

☎43-6661



社協活用サポートガイド（第3版）

発行：令和3年4月

発行元：社会福祉法人涌谷町社会福祉協議会

〒987-0121

宮城県遠田郡涌谷町涌谷字新下町浦 192

TEL：0229-43-6661 FAX：0229-43-6670

E-mail：wakusya02@wakuya-sfk.net

