



ふれあいネットワーク

社協だより むろと

令和5年12月号



編集発行
 社会福祉法人
 室戸市社会福祉協議会
 室戸市領家87番地
 TEL:0887-22-1348
<https://murosya.or.jp>



室戸市民生委員児童委員協議会

室戸市民生委員児童委員協議会には子ども育成部会・地域福祉部会・高齢者支援部会の3部会があり、5地区の民生委員児童委員がそれぞれの部会に分かれて活動しています。

子ども育成部会

令和5年10月18日 「心の教育センター」

令和5年10月21日 室戸えがお食堂

心の教育センターは県内における教育相談の中心機関として多様な相談の窓口になっています。研修では施設の概要や取り組み内容についてお聞きし、意見交換をしました。



地域福祉部会

令和5年10月24日、26日 にこにこリハビリクラブ



2日間に分かれて見学をしました。様々な運動器具の体験や自宅でできる運動を教えてくださいました。

高齢者支援部会

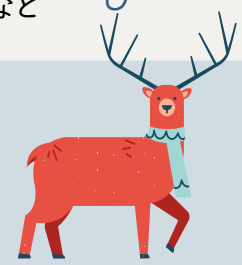
令和5年10月23日 グループホームなかよし



施設の概要をお聞きし、利用者とは歌を歌うなどの交流をしました。

室戸市社会福祉協議会 職員募集のお知らせ

[正職員募集] ※採用日は相談に応じます(令和6年4月1日勤務可)。
 ◆ 室戸市デイサービスセンター: 看護師1名
 ◆ 室戸市地域包括支援センター: 保健師又は看護師1名、主任介護支援専門員1名
 ◆ 室戸市生活支援相談センター: 次のいずれかの資格を取得、又は令和6年3月31日までに取得を見込む者 1名 社会福祉士・精神保健福祉士・介護福祉士・介護支援専門員・介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)・保育士 ※資格取得の見込みを要件として受験した人は、この採用試験に合格しても、資格取得できなかった場合には正職員として採用することができません。
 詳細は室戸市社会福祉協議会事務局ホームページ(<https://murosya.or.jp/>)、またはハローワークにてご確認ください。



室戸市社会福祉協議会 TEL:0887-22-1348

第53回室戸市老人クラブ大会

令和5年10月13日に、第53回室戸市老人クラブ大会・芸能大会が開催されました。

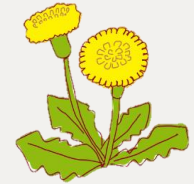


室戸市老人クラブ大会では、感謝状・会長表彰の授与を行いました。本年度の室戸市長感謝状は2名、室戸市老人クラブ連合会会長表彰は3名でした。おめでとうございます！

～芸能大会～



たんぽぽ



あなたの生活や仕事などの困りごとをご相談ください

- いえ 家にひきこもりがち
- しごと 仕事がなかなか見つからない
- かね お金のやりくりがうまくいかない
- こんご 今後、生活が困窮する可能性がある
- こま 困っているが相談場所がわからない

生活が立ち行かなくなる困りごとには、離職や解雇、借金、多重債務、引きこもり、家庭内暴力、単身高齢など、その方の状況によって様々な背景があります。

当センターでは、相談者ご本人が自分の意思で自立に向けて行動しようとすることを支援していきます。お話を丁寧に聴き、問題を整理して、必要な支援を受けられるようサポートします。同時に支援者同士のネットワークを作り、相談者の抱える困りごと解決に向けて一緒に取り組んでいきます。

例えば、就労支援ではハローワークへの同行や履歴書の書き方・面接の受け方指導等を行っています。社会参加に必要な生活管理や社会参加能力の習得を行う就労準備支援等も、必要に応じ組み合わせ提供します。

- 就労支援……あなたに合った仕事を一緒に探します
- 就労準備……仕事に就くための力をつけます
- 家計相談……お金のやりくりを一緒に考えます
- 他機関へつなぐ……他機関と協力して課題を解決します
- 食糧支援……一時的に困っている方に食べ物を支援します

室戸市生活支援相談センター TEL: 22-2660
(8:30~17:15 土日祝(12/29~1/3)を除く)

★ 寄 付 の お 礼 ★

古切手・未使用切手等

小野英昭 様
祖川時計店 様
高岡木曜会 様
匿名3名 様

缶詰などの食料品、介護用消耗品等
室戸岬地区更生保護女性会 様
匿名3名 様

室戸市デイサービスセンターへ

MUROTO ZUMBAサークル
藤岡友子 様
匿名1名 様

「切手の切り取り方」
消印をいれて1cmぐらい間を空けて切り取ります。切手のギザギザは切らないでください

消印

みかん

おじやみ

いつもありがとうございます!

「高齢期のこころの不調を見逃さないで！」

『うつ』は決して特別な状態ではなく、誰もが落ちる可能性があります。また、自分では気づきづらかったり、「時間がたてば自然に治るだろう」「心配はかけたくない」などと無理を重ねている場合も多くあります。

うつが現れると考えるのが億劫になったり、集中力や記憶力が落ちるため、65歳以上の方では「認知症」と間違われることもあります。うつであれば適切な治療を受けることで心や体の機能の改善も期待できますので、疑いがあれば専門医のもとへの受診を検討しましょう。

うつにおちいるきっかけは様々です



うつの主な状態

心の不調

- ゆうつな気分 (悲しい、涙が出る、イライラする)
- 興味、関心がなくなる
- 自分を責めてしまう
- 思考力、集中力、記憶力の低下
- 死について考える 等

体の不調

- 眠れない、早くに目がさめる
- 食欲がわからない、体重が減る
- 体が動きにくい、落ち着かない
- 疲れやすい
- 頭痛、胃痛、下痢、便秘、肩こり 等

心と身体は連動しており、分かちがたく結びついています。高齢者では特にその結びつきが強く、心と身体を別々に治療しようとしても、うまくいかないことがあります。高齢者がうつを予防するためには、喫煙・高血圧・肥満・糖尿病などの生活習慣病などに対する体調管理への意識を高めることも重要です。

上記のほか、介護保険サービスの内容や料金についてもお問い合わせください。

室戸市地域包括支援センターTEL: 22-5158 (8:30~17:15 土日祝(12/29~1/3)を除く)