

社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会 経営管理課 総務係 在宅サービス担当 〒176-0012 練馬区豊玉北 5-14-6 新練馬ビル 5階

電話 3993-4346 FAX 3994-1224 E-mail honbu@neri-shakyo.com

令和2年2月3日発行



## 協力員研修のお知らせ

大人の健活セミナー

## 「カラダは食べた物からできている」

若さを呼び覚ます「骨の新事実!」をご存じですか?

元気なカラダ作りに重要なのは「何をどのように食べるか?」。

引乳製品の使い方のコツもご紹介!ご自身のお食事も振り返りながら、

一緒に楽しく考えてみましょう!

今回の協力員研修は、株式会社明治より管理栄養士をお招きし、「大切な

栄養素の働き」、「若さを保つカギ」などをご講義いただきます。

当日、 3 乳製品の試飲がありますが、アレルギー症状のある方 や乳製品が苦手な方もご参加いただけます。

O日 時: 令和2年**3**月**9**日(**月**) **13**時**30**分~15時30分

〇場 所:練馬区役所本庁舎 20階 交流会場

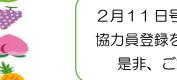
〇募集人数:45名(先着順)申し込みはお電話でお願いします。

○参加費:無料

〇講師:管理栄養士細野さえ子氏(株式会社明治)

2月11日号のねりま区報でも参加者を募集します。 協力員登録をされていない方もご参加いただけます。 是非、ご家族・ご友人にもお声かけください。







## 在宅サービス協力員研修

### 「傾聴入門講座

## ~温かな聴き手を目指して~」

昨年 11 月に、傾聴を広める団体「アクティヴリッスン」代表の澤村直樹氏をお招きし、「傾聴入門講座」を開催しました。

傾聴研究の歴史から傾聴の定義、どのような姿勢が 温かな聴き方か?を講義していただきました。

講義を受けるだけでなく、参加者同士のグループワークを行うことで、どのように会話をするかを学ぶことができました。



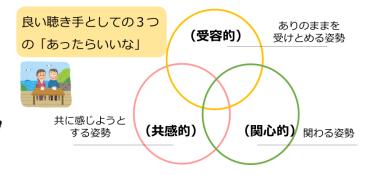
#### 222222222222

心の安定を引き出す5つの姿勢

- ①見つめる
- ②ほほえむ
- ③声をかける
- 4)ふれる
- ⑤ほめる



#### 良い聴き手の3条件





#### <参加された方の感想>

- ○傾聴の大事さがわかった。
- 〇わかりやすく、とても良い内容で勉強になりました。<br/>
- 〇参加者同士のディスカッションにより、一体感を感じることができてとてもよかった。
- 〇受け止めることの大切さが確認でき、これから生活 の中で活用できると思った。

今回の研修は45名募集のところ、約80名のご応募があり、区民の皆さまの関心の高さを実感しました。

参加者同士、初対面とは思えないほど笑顔で楽しい様子が伝わり、最後の質問コーナーでは おさまらず、講座が終わった後もこれも聞きたいと行列ができていました。 ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。

#### 練馬区事業のご紹介

## 地域包括支援センターをご存知ですか?

地域包括支援センターは、保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネージャーなどの専門職が連携をとりながら、住みなれた地域で安心して暮らしていけるように、介護だけでなく、福祉・健康・医療など、さまざまな分野から総合的に高齢者とその家族の生活を支える地域の窓口です。

地域包括支援センターは下記のような業務を行っています。

#### ●総合相談支援業務

どこに相談したらいいかわからない、サービス業者に不満がある、などさまざまな問題を 解決するための相談窓口です。

●介護予防ケアマネジメント業務

介護が必要にならないように、「健康づくり」「介護予防」を支援します。

●包括的・継続的ケアマネジメント業務

さまざまな機関と連携・協力し、高齢者のみなさまを 支える地域づくりを勧めます。

●権利擁護業務

お金や財産管理、虐待の不安など高齢者のみなさまの権利を守ります。

●医療と介護の相談窓口

在宅医療や認知症に関して、日常的・専門的な相談を行います。

区内には 25 の地域包括支援センターがあり、住所ごとに担当を分けています。 詳細は練馬区発行「わたしの便利帳」テレフォンガイドのページ(2019 年版では P131) をご参照ください。

# 第6回練馬区社協会員の集い 開催しました!

「練馬区社協会員の集い」も今年で6回目。今回はタレントの 辻イト子さんをお招きしました。

知的障害の娘さんについてや、子育てがひと段落したあとの第二の人生で芸能事務所を立ち上げたお話しなど、とても楽しくお話いただきました。最後にはご主人も登場し、お二人で夫婦漫才を披露し、会場のみなさんを笑顔にしてくださいました。



おもしろ話、ほっこり話がたく さん聞けました!



夫婦漫才も披露!



広げよう

イト子さんお手製のみかん飴は 大好評でした!まいど!!!





## イベントカレンダー

協一協力員 利一利用者

| ネ                             | 1ー練馬区社協かり   | らのお知らせ                  | 在一在宅サービスからのお知らせ                   |                            |                          |    |
|-------------------------------|-------------|-------------------------|-----------------------------------|----------------------------|--------------------------|----|
| В                             | A           | 火                       | 水                                 | 木                          | 金                        | 土  |
| 2/2                           | 3           | 4                       | 5 協1 月分<br>活動実績<br>報告書メ切          | 6                          | 7                        | 8  |
| 9                             | 10          | 11<br>建国記念の日            | 12                                | 13                         | 14                       | 15 |
| 16                            | 17          | 18 協 1 月分<br>活動報酬振<br>込 | 19                                | 20                         | 21                       | 22 |
| 23<br>天皇誕生日                   | 24<br>振替休日  | 25                      | 26 利 2 月分<br>利用料引落                | 27                         | 28                       | 29 |
| 3/1                           | 2           | 3                       | 4 協2 月分<br>活動実績<br>報告書 <b></b> 歩切 | 5                          | 6                        | 1  |
| 8                             | 9<br>在 在宅研修 | 10                      | 11                                | 12                         | 13                       | 14 |
| 15                            | 16          | 17                      | 18 協2 月分<br>活動報酬振込                | 19                         | 20<br>春分の日               | 21 |
| <b>22</b><br>練馬こぶし<br>ハーフマラソン | 23          | 24                      | 25                                | 26 利2月分<br>利用科引落<br>※年度の切  | 27                       | 28 |
| 29                            | 30          | 31                      | 4/1                               | 2 り替わりの ため、早め の提出にご 協力ください | 3 協3 月分<br>活動実績<br>報告書メ切 | 4  |
| 5                             | 6           | 7                       | 8 0 %                             | 9                          | 10                       | 11 |

## 3月分活動実績報告書 提出期限について

3月分活動実績報告書の提出は年度切り替えの為4月3日(金)必着の提出にご協力ください。 よろしくお願いします。

#### 【編集後記】

昨年は新元号が「令和」となりました。 また、台風 15号、19号と災害が多く 続いた一年でもありました。

2020 年は東京でオリンピック、 パラリンピックが開催されます。 世界中から注目されている 「おもてなし」の精神を忘れずに 頑張ってまいります。 今年もよろしくお願いします。(寺)