

ふくしの窓



※しまね流ふくし教育推進モデル事業については6ページをご覧ください。

〈主な内容〉

- P2～3 フレイル予防塾・男の生涯現役道場
新規会員募集中
- P4～5 老人クラブコーナー
- P6 しまね流ふくし教育推進モデル事業
- P7 寄付のお礼

“奥出雲町社協”の日常の様子は
HP、Instagram、Facebookにて
随時更新しています。

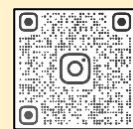
奥出雲町社協

検索

HP



Instagram



Facebook



ふくしの窓は赤い羽根共同募金の助成により発行しています。

新規会員募集中！！

対象者は？

町内にお住いの概ね60歳以上の
介護認定を受けておられない方

令和6年度の新規会員を募集します！たくさん笑って楽しい一時を過ごしましょう！

一ツや各専門家による学習をします！

男の生涯現役道場



開催日・送迎は？

月1回開催します。
ご希望の方はご自宅まで
送迎もします。

参加費は？

200円/1回
(飲み物・教材費)

時間は？

13時30分から15時
30分までの約2時間行
います。

男の生涯現役道場の
グラウンド・ゴルフ大会も
行います。



参加者の声

- 参加してから心身年齢が
20歳も若返ったでえ〜♪♪
- 生きがいになってますわ。
この歳で友達もできたわ！



お気軽に社協(54-0800)までお問合せください。

フレイル予防塾・男の生涯現役道場

健康×居場所

一度出たらまた出たくなる！！

フレイル予防塾

公民館・コミュニティセンターなどで軽スポ

フレイルってなに？
フレイル（虚弱）とは、
高齢になって心身の活力
（筋力、認知機能、社会と
のつながり）などが
低下した状態をいいます



いいところに当たってご
すといいいけどなあ～

開催日・送迎は？

各地区月1回開催します。ご
希望の方は送迎もします



参加費は？

800円／1回
(昼食代・飲み物・教材費)

14:30

終了

13:00

社協職員による
軽スポーツ など

12:00

昼食・休憩

○リハビリ学院の
学生との交流 など

○音楽で心も体も
リフレッシュ

例えばこんな学習

10:15

各専門家による
フレイル予防の学習

10:00

健康チェック
雑談・お茶会 など

🕒 タイムスケジュール

生涯現役！

老人クラブ会員募集中



第18回奥出雲町老人クラブベタンク大会の様子

みんなで寄って元気な奥出雲町に

老人クラブは SDGs に取り組む団体です。



老人クラブは発足当初から【健康】【友愛】【奉仕】の活動に取り組んでいます。それらは人生100年のQOLを維持し社会のSDGs(Sustainable Development Goals)=持続可能な開発目標の実践へとつながっています。

実践例

ゴール3「すべての人に健康と福祉を」



→町内の老人クラブで集いの場を開催し健康づくり・生きがいを進めています。

ゴール11「住み続けられるまちづくりを」



→各地区の幼稚園や小学校などと連携し世代間交流を実施しています。

このように、会員が日頃から行っていることや、普段の生活に少し工夫を加えてできることが、SDGsの実現に貢献しています。 ※SDGsのキーワード『誰ひとり取り残さない』

老人クラブって なに？

老人クラブとは一地域を基盤とする高齢者の自主的な組織ですー

●活動の目的

仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、**生活を豊かにする楽しい活動**を行うと共に、その知識や経験を生かして、地域の諸団体と共同し、**地域を豊かにする社会活動**に取り組み、明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的としています。

●会員

入会を希望する高齢者で

おおむね60歳以上の方を対象としています。

●組織

日常的に声を掛け合い、

歩いて集まることの出来る小地域の範囲で組織しています。

自分のために、地域とつながる
いつまでも生涯現役!



老人クラブになぜ入るの？

これからますます高齢化が進む中であっては、身近な地域の中で高齢者同士がつながりあって、お互い支え合うことが今後ますます必要となります。これまでこういった組織に属したことがない方も気軽に無理のない範囲で参加してみませんか。

老人クラブでは、多様な活動内容の中には旅行や趣味活動やスポーツなど楽しい活動もたくさんあります。

一緒に笑顔あふれる毎日を過ごしましょう♪

老人クラブって何してるの？

奥出雲町老人クラブ連合会事業紹介



環境整備ボランティア活動

町内の公共施設等を自主的に環境整備する活動を各地区老人会において積極的に行っています。



※町老連事業以外に各地区老人会で健康スポーツ、研修会、地域ボランティア、世代間交流、サロンなど様々な活動を展開しています。

みんなの参加を待ちっちょーよ！



SDGs「すべての人に健康と福祉を」9地区揃って久しぶりのふれあい運動会を開催！

入会の申込・問合せ：奥出雲町老人クラブ連合会事務局（奥出雲町社会福祉協議会 仁多事務所）

〒699-1511 仁多郡奥出雲町三成 260-1 ☎ 0854-54-0800 情報 31-0800



しまね流ふくし 教育推進モデル事業

しまね流ふくし教育推進モデル事業とは・・・

この事業は、学校と社協が協同した体系的なふくしの学びの実践を通じて、地域（ふるさと）への愛着を深め、「ふくしを我がごとに」捉えられる人づくりを全県的に広げていくことを目的に実施されています。

奥出雲町社協では、横田中学校の特別支援学級の生徒を対象に行っています。



しめ縄づくりで地域の方と交流

12月15日（金）に八川寿会のわら工芸部でしめ縄を製作しました。

初めは生徒から「できるか不安」などの声が聞かれましたが、わら工芸の皆さんが寄り添って指導をしてくださったので、生徒全員が上手にしめ縄を作ることができました。2つ目以降は、自分たちで作ってみたい、小さいしめ縄を作ったり、途中参加の社協職員に作り方を教えてくれたりと、楽しく活動ができました。

地域の方と交流をして、「ありがとう」や「上手だね」と言ってもらえて嬉しかった！



生徒

グラウンド・ゴルフ大会で交流

今年度最後となる社協会長杯『つなぐ』グラウンド・ゴルフ大会を12月8日（金）にグリーンヒルさとうで行いました。

1年の締めくくりの大会ということで、参加者に豚汁を振る舞いました。材料は、生徒に切ってもらいました。慣れた手つきで野菜を切っておられました。味付けもしてもらい美味しい豚汁が完成しました。

参加者のみなさんには大好評で「おいしかったよ！」「ありがとう！」といった声がたくさん聞かれました。



野菜切りの様子



参加者と一緒にプレーもしました♪



寄付のお礼

奥出雲町社協では、次の方々から
ご寄付いただきました。

紙上にてお礼申し上げます。

誠にありがとうございます。

(令和五年十二月一日)

令和六年一月三十一日受付分掲載)

香典返し・

玉串料返し等(受付順)

藤原 茂 様 (稲原)
 故 保 夫 様
 宮崎 文雄 様 (下阿井)
 故 千 恵 子 様
 小倉 義幸 様 (馬馳)
 故 マサ代 様
 小林 勝吾 様 (下横田)
 故 幸 子 様
 三原 孝志 様 (雲南市)
 故 春 美 様
 藤原 武則 様 (大馬木)
 故 トヨ子 様
 荒木 年枝 様 (上阿井)
 故 敬 二 様

藤田 正人 様 (高尾)
 故 春 枝 様
 安部 香澄 様 (大呂)
 故 誠 様
 若槻 隆一 様 (稲原)
 故 茂 子 様
 小倉 一夫 様 (馬馳)
 故 ミキエ 様
 石原 恵美子 様 (亀嵩)
 故 良 一 様
 内田 直子 様 (竹崎)
 故 正 昭 様
 荒金 恵美子 様 (中村)
 故 俊 夫 様
 浅野 園子 様 (横田)
 故 日沼ハナ 様
 藤原 道男 様 (上阿井)
 故 幸 造 様
 山田 学 様 (中村)
 故 昌 秀 様
 若槻 守正 様 (高田)
 故 由美子 様
 森山 健治 様 (松江市)
 故 梶保隆之 様 (竹崎)

安部 昭宏 様 (三所)
 故 稔 様
 藤原 利朗 様 (大馬木)
 故 光 雄 様
 古川 和彦 様 (横田)
 故 利 子 様
 田食 保徳 様 (小馬木)
 故 佐智子 様
 藤原 都智子 様 (小馬木)
 故 義 行 様
 藤井 司 様 (松江市)
 故 洋 介 様
 上田 直樹 様 (横田)
 故 富 雄 様
 千原 茂 様 (八代)
 故 里 美 様
 安部 貢 様 (小馬木)
 故 裕 紀 様
 荒木 正 様 (八川)
 故 重之助 様
 上田 周一 様 (八川)
 故 晴 代 様
 向井 佳代子 様 (浜田市)
 故 佐藤榮子 様 (三沢)

見舞い返し(受付順)

澁谷 昌宏 様 (雲南市)
 故 乙 典 様
 天野 ハルノ 様 (横田)
 故 春 利 様

善意の寄付(受付順)

朝鳴 栄人 様 (大呂)
 ア コ 様

仁多仏教会 様
 仁多ライオンズクラブ様



奥出雲町共同募金委員会からのお知らせ～共同募金のお礼・災害義援金について～

今年も多くの皆様に、赤い羽根共同募金へご協力いただきました。ありがとうございました。

赤い羽根共同募金運動の一環としてご協力をお願いしましたところ、たくさんの皆様に善意のご寄付を頂戴しました。12月号に引き続き紙上にてご紹介させていただくとともに、心より深く感謝申し上げます。

また、奥出雲町共同募金委員会では、「令和6年能登半島地震災害義援金」の受付を開始しました。寄せられた義援金は被災地県に義援金配分委員会を通じて、被災された方々に配分されます。詳しい内容につきましてはお問合せください。

令和5年度赤い羽根共同募金運動実績額 (令和6年1月20日現在)

① 戸別募金	3,056,490 円
② 法人募金	412,000 円
③ 街頭募金	中止
④ 学校募金	54,881 円
⑤ 職域募金	3,693 円
⑥ イベント募金	16,642 円
⑦ 個人募金	13,574 円
⑧ その他の募金	27,600 円
合計	3,584,880 円

奥出雲町立各小学校児童のみなさま



※お寄せいただいた募金は、約70%が奥出雲町の地域福祉に、30%が島根県内の福祉課題や災害時の支援に活用されます。

おたすけフードをご存じですか？

食品のご寄付をお受けしています！

社協ではお米、カップ麺、缶詰、レトルト食品(賞味期限内、未開封のものに限ります)などを『おたすけフード』として緊急的に食品を必要としている方にお渡ししています。ご家庭に眠っている食品がある方はぜひご相談ください。

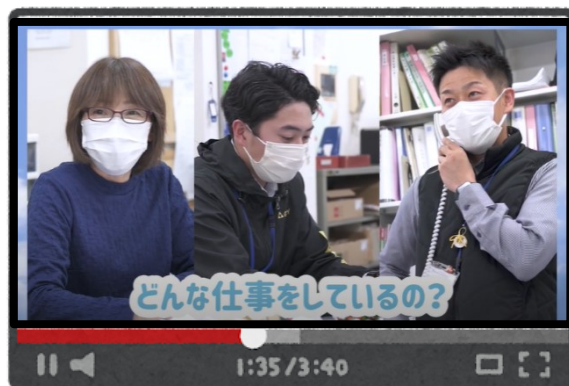
※食品の状態、充足状況によってはお受けできない場合があります。



社協の紹介動画をご存じですか？

「社協ってどんな仕事しているの？」と町内でよく耳にする声です。動画を通して住民の方に社協の活動を知ってもらい、利用してもらうことで誰もが暮らしやすい奥出雲町になることに繋がっていかねばと考えています。ぜひご覧ください！

OYouTube https://youtu.be/q7thNRDZ_-U



仁多事務所

〒699-1511 島根県仁多郡奥出雲町三成 260 番地 1
Tel (0854)-54-0800 Fax (0854)-54-0801
有線 31-0800
E-mail syakyo@okuizumo.ne.jp

横田事務所

〒699-1821 島根県仁多郡奥出雲町稲原 57 番地 6
Tel (0854)-52-0294 Fax (0854)-52-0137
有線 20-0294

