

# かけはし

WELFARE INFORMATION

■編集発行／社会福祉法人養父市社会福祉協議会 〒667-0022 養父市八鹿町下網場320（地域交流センター「福祉の杜」）  
平成27年9月15日発行 ■電話（079）662-0160 ■FAX（079）662-0161 ■E-Mail yabu-shakyo@fureai-net.tv  
■ホームページ http://www.yabu-shakyo.jp/

## 小野市・養父市 介護予防サポーター交流会



### みんなで介護予防をすすめよう！

▲養父市生まれの「やぶからぼうたいそう」に小野市のみなさんも挑戦（=8月26日、八鹿老人福祉センター）

◀グループで情報交換が活発におこなわれました

8月26日、「小野市・養父市介護予防サポーター交流会」が八鹿老人福祉センターで開催され、31人が参加しました。

これは、小野市で介護予防を進める「ふれあい楽らくサークル」から、他の地域で活動するグループと交流したいと声があがったことがきっかけとなり、養父市で活動する「介護予防サポーターようか」との交流会が実現したものです。

当日は、お互いに活動発表を行い、それぞれの地域で行っている歌体操などを一緒に楽しみました。また、「やぶからぼうたいそう」で共に汗を流し、身体も心もほぐれ、ティータイムでは飲み物を片手に会話もはずみました。

参加者は「すぐに実践できることを教えてもらえ、私たちの地域でも挑戦したいです」「自分たちとは違う活動や状況を聞け、いい刺激になりました」と、笑顔で言葉と握手を交わしながら別れを惜しんでいました。

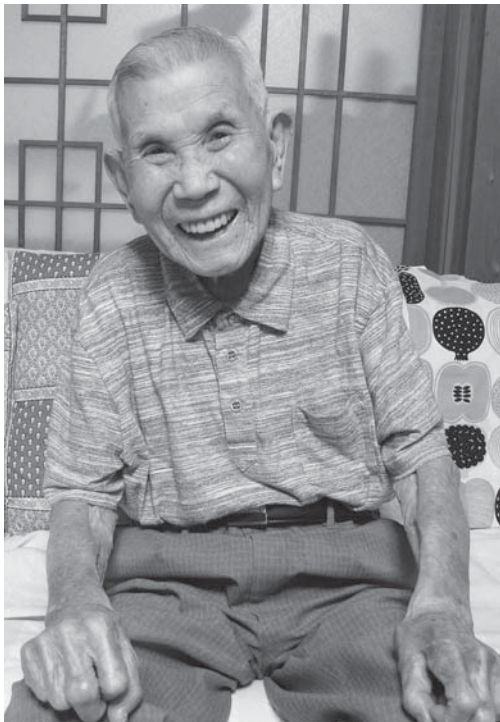
# 高齢者保健福祉月間特集

## いきいきと長寿

田村 <sup>しょうきち</sup> 正吉 さん  
(100歳) = 大屋町大屋市場

どんなことでも続けることが大事

大屋町大屋市場在住の田村正吉さんは、大正4年5月3日生まれの100歳です。15歳から大工の見習いとして京都で住み込み、23歳頃大屋町に帰ってきてから74歳まで建設会社で勤務しました。奥さんが亡くなってからひとり暮らしになりましたが、その頃から娘さんが毎旦生活の支援に来ています。8月19日、お宅を訪問し、お話を伺いました。



▶素敵な笑顔で話しかけてくれる正吉さん(118月19日、自宅にて)

### ▼日課を教えてください

朝晩仏壇に行き、お経を唱えとります。あと新聞を読んだり、テレビを見たりして過ごしております。

今年の4月頃までは、体操、数独、家計簿、日記は毎日欠かさず続けとりましたが、体調を少し崩してからはなかなかできませんようになりました。今は、自分にできることをとります。

### ▼日ごろの楽しみを聞かせてください

テレビで野球や相撲、時代劇を見るのが楽しみです。特に、阪神タイガースの試合がある日は必ず見て応援しております。勝った日は気分がいいですわ。

### ▼長寿の秘訣は？

規則正しく生活することと、どんなことでも続けること

とが大事だと思うとります。新しいことにも挑戦する気持ちがありますし、携帯のメールを使って孫に手紙も送っております。

### ▼これからの目標は？

娘たちがよう世話してくるので、ここまで暮らせると思っています。近所の人にも大事にしてもらっているので感謝の気持ちを忘れんように、これからもできる事を続けていきたいです。



▲大屋市場区老人クラブ(山王クラブ)のみなさんが集まり、正吉さんの100歳のお祝いを行いました(=1月28日、大屋市場公民館)

### ▼娘の北脇弘子さんと、孫の早川歩さんから、正吉さんに一言

【弘子さん】自分で何でもできるので、できない所をみんなで助け合っていたらと思

います。いつまでも元気に暮らしてほしいです。

【歩さん】「おじいちゃんは100歳に見えない」と周りから言われることが私の自慢です。これからも若々しくしてほしいです。



▶左からひ孫の陽太くん、孫の歩さん、正吉さん、ひ孫の敬二くん、娘の弘子さん。みんなで記念写真

### ★取材を終えて

正吉さんは、はっきりとした口調で快くインタビューに答えてくれました。

常に前向きな気持ちで生活されているところに、元気の秘訣があるのだと実感しました。

いつまでも健やかにお過ごしください。

# ご協力ありがとうございます

平成27年度も賛助会員・特別会員に、市内外の個人・企業の皆さまから、多くのご協力をいただいております。

社協は、市民の皆さまのお力とともに「人と人とのたすけあい」の精神で、自分たちの手で解決していく地域福祉を推進する役割を担ってまいりますので、ひとりでも多くの方が「社協のサポーター」としてご参加ご協力を下さいますようお願いいたします。

(平成 27 年 8 月 31 日現在加入分掲載)

## ● 賛助会員

- (50口)▽田村正吉
- (30口)▽清水日佐
- (10口)▽大下藤若▽小林哲夫
- ▽児島勝▽河辺哲夫▽水田巖
- ▽横田晴男▽中尾悦良▽荒田
- 齊▽小林喜代司▽藤原孝市▽
- 西谷健次▽片芝剛▽藤井好晴
- ▽匿名1
- (6口)▽山田稔▽太田豊▽西
- 村あや子▽宮本文雄▽尾崎智
- 明▽田畑秀子▽小泉智恵子▽
- 栃尾忠司▽和田祐之▽田村祐
- 一(大阪市)▽宮田哲郎(西
- 宮市)▽吹孝夫(茨木市)▽小
- 畑恵美子▽佐野吉一▽小佐里
- 美(稲美町)▽西村登▽藤原
- たまゑ▽河内裕子(名古屋市)
- ▽片芝忠政▽片芝睦子▽米田
- 渡▽上垣強▽森本和男▽橋本
- 雄一▽匿名2
- (4口)▽堀井寿雄▽高田光雄
- (3口)▽高品桂子▽田和良之
- ▽高岡好和▽高木小鶴▽馬場
- 崎恵美子▽長島とくゑ▽森内
- 康彦▽村尾美智子▽横田勳子
- ▽山下邦子▽長島澤子▽長島
- 薫▽中西美代子▽圓山貢▽村
- 上和子▽田村すみ▽折杉重広
- ▽松田穆子▽川見富貴美▽早
- 田喜久男▽大屋郵便局衣川誠
- 一郎▽竹内睦夫▽中尾梅野▽
- 竹田茂樹▽中尾晃▽小畑喜美

- 一▽水田誠▽正垣綾子(大杉
- 335)▽山内真知子▽小谷
- 幸三▽加藤忠▽松原健一▽佐
- 野やすよ▽山本清輔▽西田幸
- 夫▽小畑豊▽佐野誓(調布市)
- ▽米田良一▽宮岡秀司▽川
- 濱三喜夫▽谷本純男▽西村
- 功(足立区)▽瀬原忠昭▽西
- 谷すみ子▽匿名4
- (2口)▽宮本厚子▽大谷止人
- ▽余根田勉▽梅津隆行▽園本
- 園▽綿貫和弘▽上垣昭子▽宮
- 本道子▽田村薫▽中尾たね子
- ▽釜谷清治▽河野久雄▽藤岡
- 玲子▽福井光夫▽匿名3
- (1口)▽池田一成▽山根進▽
- 内田澤子▽小林貞子▽安原幸
- 一▽古澤政夫▽佐藤民雄▽村
- 上好一▽圓山晴樹▽鎌田正明
- ▽禰津省一▽上口即二▽小畑
- 小富▽和田年夫▽岡田直樹▽
- 匿名1

## ● 特別会員

- (10口)▽なでしこ薬局八鹿店
  - ▽(有)浜田モーターズ
  - (6口)▽永源寺▽正垣木材(株)
  - ▽中島精米所▽(株)ヒュッテや
  - まなみ
  - (3口)▽富士コム工業所▽河
  - 辺操建築事務所
- 合計 59万8,000円 (順不同・敬称略)

# 手話教室開催

表情や身振りを使いながら手話を学習

8月27日、地域交流センター「福祉の社」で手話教室(4回シリーズ最終回)を開催。

この回は講師に、たじま聴覚障害者センターから派遣の山崎賢次郎さん、手話通訳者として同センター派遣の小野山敦子さんを迎え20人の参加がありました。

講習では、シリーズを通じて学んできた挨拶、家族を表す手話や指文字等を駆使して



▶山崎さんから指文字を教わる参加者(8月27日、地域交流センター「福祉の社」)



▲短文やフリートークも一人ずつ発表しました

短文を表すことやフリートークにも参加者が一人ずつチャレンジしました。

参加者の澤田里加さん(口米地)は、「英単語と同じように手話を覚えました。表情や身振りを使うと自分も楽しく、相手も楽しいのではと思ったので、そこを意識しました」。大林幸代さん(中瀬)は「手話を覚えるのは難しかったですが、4回を通じて楽しく勉強できました」と話していました。

# 集まれ！支部社協

## 八鹿支部

養父市八鹿町下網場320 地域交流センター「福祉の杜」 TEL：662-0160 FAX：662-0161



▲中学校からショッピングタウンペアまで、車いすで移動

8月7日、八鹿青溪中学校3年生17人と京口区福祉連絡会のメンバー6人が参加してキャップハンディ教室が行われました。

これは、同中学校が毎年夏休みに行っているもので、今年も車いすで街中を移動して、感じたことを地図上に書き出し話し合いました。

「普段は気にならない小さな段差も車いすでは大変」「歩道が狭く、電柱があるところは車道にはみだしてしまふ」「もっと青信号が長くないと交差点を渡れない」など様々な意見が出されたほか「グレーチングの溝が細かくなっており、配

キャップハンディ教室

八鹿青溪中学生と京口区福祉連絡会  
街中で車いす体験



▲地域の方も交えて活発な話し合いが行われました(=8月7日、八鹿青溪中学校)

慮してあった」などの気づきも話されました。

参加した古段佑樹君は、「周囲の環境によって、障がいのある人が不便さを感じていることがわかった。車いすの人や高齢者の人に、もっと気遣えるようにしたい」、また、京口区福祉部長の中山良顕さんは「中学生たちは五感を駆使していろいろと感じていました。これから成長するなかで誰にも優しいまちづくりをすすめる人に育ってほしい」と話していました。

## 養父支部

養父市広谷251-1 TEL：664-1142 FAX：664-2181

養父中  
ボランティア部

お弁当に気持ちを込めて  
給食サーピス体験

養父中学校ボランティア部では、毎年、夏休み期間中の活動として、社協が実施する「給食サーピス」への参加や、高齢者生きがい通所施設「ふれあいきいきサロンそよ風」への訪問などを行っています。

8月26日、同部の2人が配食ボランティアに同行し、ひとり暮らし高齢者宅や高齢夫婦世帯などに、友愛訪問と安否確認を兼ねてお弁当をお届けする「給食サーピス」を体験しました。

訪問先では「暑いので体調に気をつけてください」と利用者へ優しく声をかけながら、お弁当に手作りのティッシュケースのプレゼントを添えて手渡ししました。

利用者の村上行江さん(中央)は「まあ、今日は中学生の方にお弁当を持ってきていただいたて嬉しいです。

ありがとうございます」と終始笑顔でした。

同部1年生の西尾洋子さんは「いつもはできない体験ができて良かったです」、森しずくさんは「とても優しい方ばかりでした。大きな声でゆっくりと話しかけることが大切だと思いました」と話していました。



▶お弁当と共に心を込めて作ったプレゼントをお届けしました(=8月26日、中央)

## 大屋支部

養父市大屋町加保678-1 大屋保健センター内 TEL：669-1598 FAX：669-0093

「よいとよーやまかどっこいさーのさ」夏の風物詩である盆踊り大会を8月27日から29日までの間、デイサービスセンター「ふれあい」で開催。27日は『おおよ盆踊り保存会』が来訪し、会場は盛り上がりました。

おおよ盆踊り保存会は、伝統行事である盆踊りを次の世代に継承していきたい。想を述べていました。



▲利用者は音頭が流れ出すと、自然と身体が動きだし楽しそうに踊っていました（=8月27日、デイサービスセンター「ふれあい」）

この思いで結成した団体で、各地域で催される祭りや福祉施設のイベントなどに参加しています。当日は、和太鼓やお囃子の音色に合わせて「松坂音頭」「播州音頭」「シャント」「安来節」の踊りを披露し、利用者も自然と輪の中に入り笑顔で踊っていました。「昔は何時間も踊ってたなあ」「懐かしい気持ちがあふれます」と利用者同士話し、大きな掛け声で活気にあふれました。

デイサービスセンターで盆踊り  
華やかな音頭に利用者も楽しむ

## 関宮支部

養父市関宮193 関宮ふれあいの郷内 TEL：667-3248 FAX：667-3351



▲子どもから高齢者まで町内会全体で取り組みました（=8月24日、農協駐車場跡地広場）

みんな早起きして、顔を合せて朝の挨拶をすることで健康づくりと安否確認もできています。また参加者の前田よしえさん、中島艶子さん、西垣よし子さん、中尾吉子さんらは「家にいるよりはここにきて皆さんと顔を合わせて体操する方が、おしゃべりもできて楽しいです。私たちはいつもこの後少し歩きます。夏休みが終わっても続けてほしいねって話しているところ」と笑顔で話していました。

関宮区栄町町内会（松下昌弘町内会長、50世帯）では、区民の健康づくりを目的に、この夏ラジオ体操への参加を呼びかけ、町内会全体で取り組みました。8月24日、農協駐車場跡地広場には、子ども16人を含め38人が集まり、小学生のリーダーを中心にラジオ体操第一を行いました。



▲「やっぶー健康ポイントも貯まりました」と笑顔の参加者

町内会  
栄町内会  
ラジオ体操に参加して  
区民の健康づくり



～介護福祉課からこんにちは～

No.29

## 関宮通所介護事業所です



# <楽しく食事をするための工夫>

～元気で長生きするために～

「食事を楽しむこと」は気持ちの活性化につながり、健康で長生きの素となります。  
関宮通所介護事業所では、楽しく食べるために様々な工夫をしています。

- ①季節感を出すために旬の食材を準備し、見た目にもおいしそうに見えるよう彩りに配慮
- ②噛んだり飲んだりしやすいように、その人にあった形ややわらかさを考え、また食器もできるだけ自分で食べられるよう、個々に合ったものを準備
- ③魚などは骨をすべて取り除く
- ④馴染みの仲間と一緒に会話を楽しみながら食べていただく

### ★飲み込みにくい人に対するワンポイントアドバイス!

白身魚のおろし煮



煮付ける時に大根おろしを入れると、さっぱりしてのど越しも良いです

口の中に残りやすいそばろを、カタクリ粉であんかけ風にする事で、パサパサした感じがなくなり飲み込みやすくなります



そばろ丼

【問い合わせ先】養父市社会福祉協議会 関宮通所介護事業所

養父市関宮 193 電話 079-667-3248

はじめての

## 手話講座

手話に興味はあるけど、学習の機会がなかった方、このたび兵庫県立聴覚障害者センターが手話講座を開催します。

県下各地域で実施されますが、養父市は次の会場となります。この機会に参加してみませんか。

- ◆日時 平成27年11月19日(木) 15:00～17:00
- ◆会場 養父市立八鹿公民館講義室
- ◆参加者 高校生以上の方

【お問い合わせ・お申し込み先】  
兵庫県立聴覚障害者センター  
電話078-805-4175(10:00～17:00)

● 子育てサロン伊佐	● 子育てサロン高柳	● 子育てサロン関宮	● 子育てサロンそよ風
場 所 伊佐ふれあい倶楽部 「リトミック」	場 所 高柳ふれあい倶楽部 「運動会」	場 所 関宮ふれあいの郷	場 所 ふれあいいきいき サロンそよ風
日 時 10月5日(月) 10:00～11:30	日 時 9月30日(水) 10:00～11:30	日 時 9月28日(月) 10:00～11:30	日 時 9月28日(月) 10月5日・11月19日(月) 10:00～11:30
◆ 関宮放課後プレパーク	◆ 大屋放課後プレパーク	● 子育てサロンすくすく	
場 所 健康増進施設軒下	場 所 大屋小学校	場 所 三宅団地集会所	
日 時 10月9日・16日・23日・30日(金)	日 時 10月5日・16日・19日(月)	日 時 10月13日(火) 10:00～11:30	



子育てサロン・放課後プレパークの案内

読者の声

「知る」ことで無関心を関心へ」大切な気持ちの共感を思い起こして頂きました。少しの思いやり、心使い、誰にでも出来ることですネ。私も肝に銘じます(八鹿地域 女性 '75歳)

⑥ 第135号 かけはし

# 今月の かけはしさん



養父民生委員児童委員協議会  
会長 岸本計二さん  
(建屋)

少子高齢、核家族化が進むなか、地域社会に大きなショックが走る出来事が毎日のようにマスコミ等で取り上げられています。都会の出来事だと思っていた事が田舎でも沢山起きています。

私達が子どもの頃、当たり前のように行われていた近所つきあいがある現在は希薄になってきている事も原因の一つだと思えます。

地域社会での孤立、孤独をなくし、安心して住み続けることが出来るよう、地域に根差した「思いやり」が必要だと思えます。

また、社協と協働している福祉委員活動やネットワーク作りにも協力していきたいと思っています。



## 善意銀行だより

平成27年7月16日〜平成27年8月15日(敬称略)

預託者のご了承をいただいた方のみ寄附金額を掲載しています  
養父市善意銀行へ寄付金の預託をされた方は寄付金控除を受けられる場合があります

▼香典返し	旭町	大谷 正人	100,000円
朝倉	守本 由和	50,000円	
寄宮	内海みさ子	50,000円	
堀畑	浮島 一彰	30,000円	
養父市場	伊藤千可志	30,000円	
大杉	正垣佐喜一	50,000円	
門野	田村 力	50,000円	
加保	才下富佐美	30,000円	
大阪市	相地 俊吾	50,000円	
匿名	金一封	1人	
▼忌明治	〇三谷	片山 保子	20,000円
▼善意の寄付	匿名	338回	10,000円

### 但馬地域 「このとり大使による縁結び交流会」参加者募集

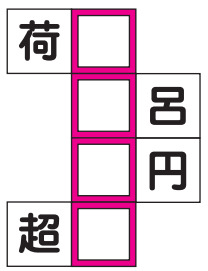
- 日 時 平成27年11月15日(日) 11:00~15:30
- 場 所 県立但馬長寿の郷
- 参加対象 県内に在住、在勤の独身男女 (男性は但馬在住、在勤を優先)
- 内 容 1対1のフリートーク、ティータイム・フリートーク 等
- 参加費 男性3,500円 女性2,000円
- 募集定員 男女各15名(定員に達した場合には抽選)
- 申込方法 10月28日(水)までに申込用紙により FAX又は郵送による申込(申込書は但馬青少年本部HPからダウンロード可能)
- 問合せ・申込先 但馬出会いサポートセンター TEL:079-662-7701 (開館日時 水・木・土9:00~17:15)

▼物品の寄付	加保	紙おむつ	防水シート	才下富佐美
匿名	金一封	1人		
大杉	紙おむつ	正垣佐喜一		
中岡	きゅうり	上垣 巖		
大屋市場	すいか	森本 源治		
関宮	衣類	谷本 昇		
関宮	切手	西垣 信男		
吉井	はがき	懐中電灯		
愛知県	そらめん	後正産業株		
匿名	毛糸	5人		
匿名	紙おむつ	衣類	タオル	
匿名	ハンドタオル	とろみ調	すいか	
匿名	整食品	トマト		
匿名	かぼちゃ			

●寄附金 48万3,000円  
ありがとうございました。

## 図書カードが当たる！ パスワードはここ

□にあてはまる漢字4文字を考えて、ここのばを完成させましょう。  
■ヒント この時期はあれが通り過ぎると一安心ですね。



■応募方法 はがきまたは、FAXに答えと住所、氏名、ふりがな、年齢、電話番号、「かけはし」を「ご覧になったご意見・ご感想をお書き添えの上、ご応募ください。  
正解者の中から抽選で5名さまに図書カードを贈ります。

■応募先 〒667-0002 養父市八鹿町下網場320 「福祉の社」内  
養父市社会福祉協議会 FAX 662-0161

★前回の答えは『地藏盆』でした  
中島 恒子さん(坂本)  
千葉 春美さん(夏梅)  
本岡 聡さん(万久里)  
田淵 佳子さん(川原場)  
西谷由美子さん(梨ヶ原)  
以上5名の方が当選されました。  
おめでとうございます。

# 総合相談所のご案内

いずれも相談無料

## 心配ごと相談・結婚相談

13:30~16:00

身の回りの困りごとや結婚に関する相談はありませんか？

- ◆ 9月25日(金) 関宮ふれあいの郷
- ◆ 10月2日(金) 地域交流センター「福祉の杜」
- ◆ 10月9日(金) 社協養父支部
- ◆ 10月16日(金) 大屋保健センター

## 弁護士による無料法律相談

13:30~16:30

先着6人の予約制となっていますので、事前に電話でお申し込みください。

- 期 日 平成27年11月18日(水)
- 場 所 関宮ふれあいの郷
- 相談時間 1人30分程度
- 申し込み先 養父市社協本部 電話 662-0160

## くらしの法律相談

8:30~17:00

消費者被害や訴訟問題、成年後見制度、福祉サービス利用援助事業などの相談を社協窓口で受け、担当弁護士に伝えて問題解決のお手伝いをします。

相談は、毎週月~金曜日までの常時、本部及び各支部で受付けています。



松村 かすみ 華純ちゃん 2歳 4カ月  
(加保・女の子)

うちげえの

宝

### お母さんの真紀さんに聞きました♪

#### ◆名前はどうにつけましたか？

泥水の中からきれいな花を咲かせる蓮華のように、純粋な心をもってほしいと願って名付けました。

#### ◆今、興味をもっていることはなんですか？

歌を歌うことと、人形で遊ぶことが大好きです。

#### ◆ご両親から一言メッセージ

元気に、素直に育ってね。そして、みんなも笑顔いっぱいにしてね。

## みんなの手話教室 第14回 「動きを表す表現編」

●毎日家から駅まで歩いています



親指とひとさし指を伸ばし、ひとさし指を向かい合せた両指を手前から前方へ同時に回す「毎日」



両手の指先を合わせ、屋根の形を作り「家」。右手を右から左へ流す「から」



左手を右親指とひとさし指で挟む「駅」。左手のひらに右手の指先を右から当てる「まで」



ひとさし指と中指を下に向け、交互に動かす「歩く」



自分を指さし「私」。※自身の話しなので最後に「私」の手話をいれる

### ワンポイント

手話で大切なことは、伝えたいことを正確に分かってもらうことです。声を出しながら動作はゆっくり大きく、表情豊かに表わしましょう。

### 関連単語

【座る】



そろえて伸ばした左ひとさし指と中指に、右ひとさし指と中指を乗せてあげる

【立つ】



左手のひらにひとさし指と中指を立てる

【踊る】



ひとさし指と中指を下に向け、左右に振る

【登る】



軽く曲げたひとさし指と中指を交互に動かしながら斜めに上がる

【下りる】



軽く曲げたひとさし指と中指を交互に動かしながら斜めに下げる



この広報紙は共同募金配分金が使われています。