

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28年3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/

地域づくりと介護予防をつなげる 介護予防サポーターフォローアップ研修



▲認知症予防にもなる体操、コグニサイズ(足踏みをしながら決められた数で手をたたくなど、身体と頭を同時に使う運動)を教わりました（=2月25日、養父公民館）

◀各地域での活動状況やこれからの意気込みなど話し合う皆さん

2月25日、養父公民館で介護予防サポーター研修修了生の「フォローアップ研修」が開催され、45人が参加しました。この研修は、平成19年から始まったサポーター研修の修了生が、活動者同士の交流を図り、介護予防に役立つ体操などを学び、地域づくりと介護予防の輪を広げていくものです。

当日は、大江ふれあいサロン支援ボランティア、中米地サロン、明延すずの会、大谷ミニホームひだまり世話人会から実践活動報告がありました。4団体のみなさんは、活動の喜びや悩みだけでなく、「参加者と共に自分たちも楽しみ、無理なく活動する」ところが継続の秘訣と話していました。

参加者は「活動を広げるには、住民同士の協力が重要になります」「参加し、みなさんの話を聞いて、よい刺激になりました。自分たちの取り組みにも生かしたいです」などの意見が出ました。

ふれあい訪問員が

在宅生活を応援します

養父市社会福祉協議会には、ひとり暮らし高齢者、高齢夫婦世帯などを訪問し、安否確認や見守り活動を行うとともに、生活に困っている人への福祉情報の提供等を関係機関と連携して行う、ふれあい訪問員（文中では訪問員と記載）が活動しています。



▲「お変わりありませんか」「今日は、私の勤めとった頃の話を書いてほしいんや」。話が進むにつれ笑顔になります（平成28年3月7日）

Aさんを見守った6ヶ月

春から訪問したひとり暮らしのAさんは、古いアパートに住み、生活費はわずかな年金だけでした。利用料金が払えず電気ガスを止められ、灯りはロウソクでとり、煮炊きは力セットコンロ、水道は使えないため、洗濯は用水路を利用していました。

飲み水は、近隣の市に住む子どもがたまにポリ容器で運んでくれるものの、自宅の風呂は使えず、湯を沸かし体を拭いていました。

厳しい環境で暮らすAさんでしたが、訪問員が訪問しても、「水道が使えないで不便だ」と言うだけで、「ほかに困ったことはない」と気丈に話すばかりでした。

民生委員・児童委員や近所の人達もAさんを見守り声かけしていましたが、Aさんは必要以上の関わりを持ちたくないようでした。

夏の厳しい暑さが続くなか、Aさんを心配した訪問員は、毎日尋ねて安否の確認を

していました。そんなある日「水を汲んできてもらえんか」と初めてAさんから頼まれたのでした。

この日を境に心を開いたAさんは、訪問員が尋ねてくるのを心待ちし、いろいろな話をするようになりました。

夏が終わるころ、歩く様子からAさんの体調変化に気づいた訪問員は、市の包括支援センターや地域の人と連携し、Aさんの子どもの協力を得て、病院受診をしてもらうことができました。その後Aさんは入院、退院後は施設入所となり、今は元気にすごしています。

ふれあい訪問員からひとこと

八鹿地域担当

いつもお話を聴かせていただきありがとうございます。訪問以外にも何かありましたらご相談ください。



足立 彰子
ふれあい訪問員

養父・大屋地域担当

みなさんと心やすくお話できたらうれしいです。地域で見かけたら気軽に声をかけてください。



西村やよい
ふれあい訪問員

関宮地域担当

「こんにちは」の声かけに「はい」の声が聞こえると安心。ゆっくりお話をきかせてもらっています。



走出 潤子
ふれあい訪問員

安心して地域で暮らしただけでいい、お話をうかがいます。顔をみかけたら遠慮なくお声かけください。



村上 京子
ふれあい訪問員

平成27年度 歳末たすけあい運動報告

ご協力ありがとうございました

「つながり ささえあう みんなの地域づくり」をスローガンに昨年12月から歳末たすけあい運動を実施し、市民のみなさまのご協力により2,920,924円(前年度実績3,003,451円、前年度比97.2%)の募金が寄せられました。寄せられた募金は、市内の経済的支援を必要とする世帯へのお見舞金や、年末年始に行政区で行うふれあい事業に活用させていただきました。

みなさまのあたたかい支え合いの気持ちを寄せていただきありがとうございました。

募金総額 2,920,924円

【収入】

(単位：円)

| 内 訳 | 金 額 | 摘 要 |
|-------------|-----------|-----------------------------------|
| 戸 別 募 金 | 2,819,113 | 各世帯に区長さんを通じてご協力いただきました (7,025 世帯) |
| 指 定 預 託 | 99,000 | 養父市善意銀行に歳末たすけあい運動への指定預託分 (6 件) |
| 前 年 度 繰 越 金 | 2,811 | 平成 26 年度事業繰越金 |
| 合 計 | 2,920,924 | |

下記のように使わせていただきました

見舞金贈呈事業

1,155,000円

- ・要援護者世帯 131人 (81世帯)
- ・障がい者 (児) 100人

経済的に支援を必要とする世帯、在宅で障がい者福祉施設等に通う障がい者・児に配分しました。

家事援助サービス事業

92,000円

市内業者と委託契約し、ひとり暮らし高齢者、高齢夫婦、障がい者世帯で、自分で作業することが困難な方を対象に、年末の窓拭きや障子の張り替えなどを実施しました (経済的に支援が必要と思われる世帯が対象)。

子育てサロン事業

38,570円

子育て中の親子が気軽に集まり交流を深める子育てサロンに配分しました。

▶サントラのプレゼントに子どもたちも興味津々(手作り広場「ほわほわ」)



【支出】

(単位：円)

| 内 訳 | 摘 要 | 金 額 |
|--------------|-------------|-----------|
| 見舞金(要援護者世帯) | 81 世帯 131 人 | 655,000 |
| 見舞金(障がい者(児)) | 100 人 | 500,000 |
| 地域ふれあい事業 | 98 行政区 | 1,408,000 |
| 家事援助サービス | 19 世帯 | 92,000 |
| 子育てサロン | 5ヶ所 | 48,570 |
| 配 分 経 費 | 消耗品、郵便料等 | 192,085 |
| 繰 越 金 | 平成28年度事業繰越金 | 25,269 |
| 合 計 | | 2,920,924 |

年末年始地域ふれあい事業

1,408,000円

住民が主体となって地域で行うサロンや異世代交流、友愛訪問、福祉に関する学習会などに配分しました。



▶区内のひとり暮らし高齢者を友愛訪問。新年には福祉委員で手作り年賀状を届けました(天子区)



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



▲講師の西山さんに、肘を持ってもらい、手引き歩行で校内を案内しました（=2月26日、伊佐小学校）

今回の学習を通して感想で、西山良君は、「目の不自由な人を特別扱いは自然に声をかけて手伝いたい」と力強く語りました。

伊佐小学校は、出石特別支援学校との定期的な交流や、地域の高齢者と一緒に餅つきを行うふれあい行事など、交流を通じたさまざまな福祉学習に取り組んでいます。

2月26日には、視覚障がいをもつ西山郁代さん（薮崎）を学校に招き、4年生児童が交流会を行いました。事前にアイマスク体験を行い、目が見えないことについてのイメージを体験したり、視覚障がいをもつ方を安全に誘導する「手引き

歩行」の方法を学んだりして西山さんを迎える準備を行った子どもたち。当日は、全盲の西山さんに気配りしながら3階の教室まで誘導しました。

交流会では、目が見えないなかでも家事や子育てが変わりなく行ってきた西山さんの話を聞いて、驚きとともに多くの質問が飛び出したほか、音声時計や読み上げ装置など、西山さんが使用している日常生活を便利にする道具を興味深く見る姿がありました。

伊佐小学校
福祉学習

視覚障がいを持つ方と交流
みんなのしあわせ「福祉」をきえる

養父支部

養父市広谷251-1 TEL：664-1142 FAX：664-2181



▲「家でもやってみてくださいね」と声を掛けながら、タオルを使って身体を動かしました

中米地区では2月20日、「中米地サロン」を同区公会堂で開催し、子どもから高齢者まで20人が集いました。

同区では、寒くて家に閉じこもりがちになる冬期間に、区民が気軽に集まれる場所をつくろうと、10月から3月までの間に毎月1回開催しています。

この日は、介護予防サポートでもある福祉委員が中心となって、タオル体操や指体操で身体を動かした

り、ゲームをしたり、手作りのせんざいを食べたりして、楽しく交流を深めました。

参加者の宮本信子さんは、「おしゃべりしたり、楽器演奏や踊りを見せてもらったり、毎回参加するのが楽しみです」。また、福祉委員代表の宮本きぬ子さんは「雪の日は男性に高齢者の送迎をしてもらうこともあります。お互いに声を掛けあい協力しながら活動しています」と話していました。



▲16個のカタカナを組み合わせて都道府県名を探すゲームを楽しむ参加者（=2月20日、中米地公会堂）

中米地区

冬期間に毎月開催
「中米地サロン」

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

大屋地域で活動するボランティアが、研修や交流を通して活動の活性化を図る「大屋ボランティア交流のつどい」を2月23日、大屋市民センターで開催し、60人が参加しました。

この日は、養父市企画総務部危機管理室の西田浩次防災監を講師に招き「もしもの災害に備えて」と題した講演を聞き、養父市で想定される災害の状況や防災・減災の心構え、必要な対策について学びました。

西田防災監は「訓練以上のことは、本番ではできません。平常時の地域コミュニ

普段からのつながりを強めよう



大屋ボランティア交流のつどい

ニティの強化（人と人とのつながり、絆）が減災につながります。災害に強い減災のまちづくりに皆さんの力を貸していただきたいです」と話がありました。

また、社協職員より地域で取り組む防災活動と、養父市災害ボランティアセンター運営マニュアルについて説明。「明延ずの会」森崎司さんによるボランティア活動報告では「みんなが元気に集まり、ふれあい、絆をさらに深める会にしていきたい」と発表があり、情報の共有を図りました。

参加者は「災害について、隣近所の絆の大切さ、ボランティア活動の重要性を再確認した」「今後は地域に根ざした生活支援活動をしていきたい」と感想を述べていました。



▲元自衛官の西田防災監による、実体験を踏まえた講演(2月23日、大屋市民センター)

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



▲手分けをして調理するボランティア(=2月19日、関宮ふれあいの郷)

関宮ふれあいの郷で行っている介護予防事業「いきいきサロン関宮」と「ほのぼの会」には、ボランティアの協力により手作りの食事が提供されています。

食事作りは関宮地域の16のボランティアグループが交代で行い、今年度4月から1月末までに延べ175人が活動。事業の大きな支えとなっています。

2月19日には「あじさいの会」のメンバー4人が「鯖の竜田揚げ おろし仕立て」や煮物、酢の物などを作りました。メンバーは材

心のこもった手料理を提供 ボランティアグループの食事作り



▲「おいしいね」と食事を楽しむサロン参加者

料をどのような形や大きさに切ったら食べやすいかを話し合いながら調理し、彩りよくお皿に盛り付けました。

同グループ代表の川本晴美さんは「利用者さんに喜んでもらえたらと考えながら作っています。『おいしかった』『言ってもらえた時間がとてもうれしいです』。また利用者の中尾富美恵さんは「いつもおいしくいただいています。軟らかく調理してあるので食べやすいです」と話していました。



認知症啓発 赤い羽根チャリティ映画会 「わたし」の人生(みち) 我が命のタンゴ

認知症啓発赤い羽根チャリティ映画会『「わたし」の人生(みち)我が命のタンゴ』上映会を1月30日、養父市立ビバホールで開催しました。

これは、映画を通じて認知症への関心や理解を深める機会を提供しようと昨年に引き続き開催したもので、この日は昼・夜の部あわせて374人が来場しました。

映画は、認知症の父とその娘がアルゼンチンタンゴを通じて家族の絆を再確認していくもので、「介護離職」という現代社会が抱える問題と、家族や周辺の人々の悩みと希望を映し出す内容に、来場者も見入っていました。



▲当日は、兵庫県共同募金会マスコット「あかはねちゃん」も応援にかけつけました

ご報告
チャリティー収益金は
52,986 円でした。
ありがとうございました。

◆当日、来場者に伺ったアンケートの内容をご紹介します

- とても良い映画で、認知症について深く考えるよい機会になりました。
- 認知症の方への関わり方について、考えさせられる場面が多かったです。
- 「距離が近すぎると相手の良いところが見えにくい」という言葉が心にしみました。
- 家族、地域が支えあうことの大切さを学びました。
- 周りに認知症の人がいないので他人様の様に思っていたが、介護する家族の大変さがわかりました。
- いつ自分が認知症になるか分からない。人事に思えないと感じました。
- 「前頭側頭型認知症」の症状をよく演出されていたと思います。認知症に様々な種類があること、介護保険の申請や施設利用、成年後見制度など、浅くでしたが盛り込まれてわかりやすかったです。
- 赤い羽根募金がこのような映画に活用されていることは、とてもよいことです。
- ちょっと格好良すぎる結末でした。でも認知症介護者の苦しみ、本人の苦しみはよく描かれていたように思います。

認知症カフェ「ここあん」 平成28年度 開催予定日

介護者がほっとひと息つける語らいの場として、認知症カフェ「ここあん」を第2木曜日に開催しています。お気軽にお越しください。

※8月は第1木曜日になります。

4月14日、5月12日、6月9日
7月14日、8月4日、9月8日
10月13日、11月10日、12月8日
1月12日、2月9日、3月9日

- ◆時間 10:00～15:00
時間内の出入りは自由
- ◆場所 地域ふれあいの家たまり場
養父市八鹿町八鹿 664-1
- ◆対象 認知症の方とそのご家族
(一般の方も参加できます)

◆問い合わせ先
社協養父支部 TEL 079-664-1142

| | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ● 子育てサロン伊佐 | ● 子育てサロンそよ風 | ● 子育てサロン高柳 | ● 子育てサロンすくすく |
| 場 所 伊佐ふれあい倶楽部 | 場 所 サロンそよ風 | 場 所 高柳ふれあい倶楽部 | 場 所 三宅団地集会所 |
| 日 時 4月10日(月) 11:00～13:30 | 日 時 4月18日(月) 11:00～13:30 | 日 時 3月23日(水) 11:00～13:30 | 日 時 4月12日(火) 11:00～13:30 |
| ● 子育てサロン関宮 | ● 子育てサロンそよ風 | ● 子育てサロンすくすく | ● 子育てサロンすくすく |
| 場 所 関宮ふれあい郷 | 場 所 関宮ふれあい郷 | 場 所 高柳ふれあい倶楽部 | 場 所 三宅団地集会所 |
| 日 時 3月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 4月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 3月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 4月12日(火) 11:00～13:30 |
| ● 子育てサロン関宮 | ● 子育てサロンそよ風 | ● 子育てサロンすくすく | ● 子育てサロンすくすく |
| 場 所 関宮ふれあい郷 | 場 所 関宮ふれあい郷 | 場 所 高柳ふれあい倶楽部 | 場 所 三宅団地集会所 |
| 日 時 3月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 4月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 3月28日(月) 11:00～13:30 | 日 時 4月12日(火) 11:00～13:30 |

子育てサロン・放課後プレパークの案内

今月の かけはしさん



藤原 重寿さん
(薬剤師・関宮)

地域の集まりや介護者の会などで健康や介護予防について話をしています。
みなさん、病気になるな
いの体を作りましょう。
これは決して難しいこと
ではなく素直に生活すること。
朝は起きる、夜は寝る。
お腹が空いてから食事をす
る。疲れたら休む！全身に
うっすら汗をかく程度の運
動をする。そして人に会う
こと！
食事の時にお腹が空いて
いないのはあまり運動して
いないか食べ過ぎなの
は？「腹八分は医者いら
ず、腹六分は病気を知らず」
です。
まずは自分のできるこ
から始めましょう。

善意銀行だより

平成28年1月16日〜平成28年2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 | 浅間 | 畑ケ中 | 椿色 | 川東 | 建屋 | 養父市場 | 中 | 蔵垣 | 宮本 | 糸原 | 安井 | 尾崎 | 粗供養 | 畑ケ中 |
| | 田原 暢 | 松田 迪子 | 田中 光由 | 宿南 厚子 | 松下 芳弘 | 村崎 修 | 向 靖雄 | 上垣 裕明 | 田路 正則 | 荒田 智訓 | 栃本 正二 | 中島 貴也 | 秋山 薫基 | |
| | 30,000円 | 50,000円 | 30,000円 | 50,000円 | 20,000円 | 50,000円 | 30,000円 | 30,000円 | 30,000円 | 50,000円 | 30,000円 | 50,000円 | 30,000円 | 30,000円 |

供養志

善意の寄附

物品の寄附

紙おむつ

| | | |
|----|---|-------|
| 加保 | 紙おむつ | 加藤 忠 |
| 中 | 紙おむつ、ウエットティッシュ | 向 靖雄 |
| 安井 | 紙おむつ | 栃本 正二 |
| 匿名 | 7人 | |
| 匿名 | 紙おむつ、おしりふき、肌着、スポン、靴下 | |
| 匿名 | ウエットタオル、食食用エプロン、入れ歯洗浄剤、フェイスタオル、吸引力テール、未使用はがき、大根、防水シート | |
| 匿名 | 1,433円 | |
| 匿名 | 5,000円 | |
| 匿名 | 344回 | |
| 天 | 紙おむつ | 影山喜美代 |
| 蔵垣 | 紙おむつ | 上垣 裕明 |

◆寄附金 54万4,888円
●ありがとうございました。

第一印象UP&恋愛コミュニケーション講座

～かわれ、自分。ふやせ引き出し～

「第一印象UP&恋愛コミュニケーション講座」を開催します。

■と き 平成28年3月19日(土) 13:30~15:30

■と ころ 養父市社会福祉協議会 2F「会議室」

■講 師 夢ころぼ主宰 松尾やよい氏

■定 員 15名

■対 象 20~40代の独身男性

【申込み・問い合わせ先】
養父市社会福祉協議会
ハートやぶ(養父市結婚相談)事務局
TEL 079-662-0160

図書館カードが当たる！ パスワードは？

□にあてはまる漢字の文字を覚えて、パスワードを完成させましょう。
■ヒント 今の時期は、各学校でこの行事が行われます。

| | | | |
|---|--|--|---|
| 新 | | | 務 |
| | | | 部 |
| 紫 | | | |

■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。

■切 平成28年3月31日必着
■応募先 〒667-0022 養父市八鹿町下綱場320 「福祉の杜」内 養父市社会福祉協議会 FAX 662-0161

★前回の答えは
『確定申告』でした
谷垣 佳菜さん(虹の街)
矢野 雄大さん(虹の街)
西垣あさ子さん(高柳上)
大垣美代子さん(万々谷)
吉井 泰子さん(大数)
以上5名の方が当選されました。
おめでとうございました。

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？

- ◆ 3月25日(金) 関宮ふれあいの郷
- ◆ 4月1日(金) 地域交流センター「福祉の杜」
- ◆ 4月8日(金) 社協養父支部
- ◆ 4月15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28年5月18日(水)
- 場 所 地域交流センター「福祉の杜」
- 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。



阿部 ^{ほのか} 穂花ちゃん 2歳3カ月
(上野・女の子)



宝

うちげえの

お父さんの博史さんに聞きました！

◆名前はどのようにつけましたか？

稲穂のように力強く、自分自身の実になるように。花のように美しい、可愛いらしい女性になれるように意味を込めました。

◆今、興味をもっていることはなんですか？

体を動かすことが大好き！
どんな曲でも、楽しく踊れるよ~☆

◆ご両親から一言メッセージ

養父市に来て2年！自然いっぱいの中で、おもいっきり楽しんで大きくなあれ~!!

結婚をしたい
いい人を見つけない
そんな方へ… **ハートやぶ** 会員登録 随時受付中！
詳しくは社協総務課へ 電話662-0160

みんなの手話教室 第16回

「学校生活に関する表現編」

手話は、手指の動きや表情、動作などで表す目で見る言葉です。耳が不自由な人とのコミュニケーションだけでなく、様々な場面でも広がってきています。八鹿手話サークルの佐々木さんから今回は、学校生活に関する表現の手話を教わりました。

●高校生活もあと少しだね



額のところで右手のひとさし指と中指を右に引く「高校」



両手の親指と人差し指を少し丸めて向い合せにし、図のように円を描く「生活」



肩のあたりに上げた右手の平に左手を近づける「もう少し」



両手の平を上に向けて肩のあたりで構え、指をすぼめながら下へ降ろす「終わる」

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。

●卒業後は大学だね



指先を合わせた両手を同時に上げる「卒業」と、手の平を前に向けた手を肩先から少し前に出す「後(あと)」



角帽をかたどるように、親指とひとさし指の指先を前後左右の位置を変えて合せ「大学」



両手の親指とひとさし指を同時に2,3回合わせる「同じ」
※互いが同じ考えをしていることを確認

八鹿手話サークル紹介

- 活動日 第1~3土曜日
- 時間 13:30~15:30
- 場所 八鹿公民館



この広報紙は共同募金配分金が使われています。