

# ふくしほっと通信

## ボランティア入門講座

～はじめの一步をふみ出そう!!～



6月 3日・7日  
6月12日・24日

ボランティアに興味のある多くの方に参加いただきました。

- ①ボランティアについて知ろう
- ②コミュニケーション力を高めよう!!
- ③ボランティアをしてみよう!!

3つの講座を実施し、ボランティア活動へ一歩ふみ出されました!



社会福祉法人 丹波市社会福祉協議会





# Book Café たんぽぽのわたげ 2019年6月1日オープン



認知症の事を知りたい方。  
お茶を飲みながら  
会話を楽しみたい方。  
相談をしたい方。  
お気軽にお越し下さい。

## 「たんぽぽのわたげとは・・・」

認知症の方、その家族・専門職が関わる機会を作りたい

代表の寺本秀代さんは、その思いから、南部地域包括支援センターの山本悠子さん、堂岡沙織さんと共に企画され、ブックカフェ開催が実現しました。

認知症のこと、認知症の家族を介護する体験談、コミュニケーション方法など多くの方に知ってもらうために、寺本さんが自宅にある書籍を提供され、多くの方が書籍を手にとっていました。本の貸し出しもあります。

来られた方は終了時間いっぱいまでお話をされたり、交流を深めたり、本を読んだりと自由に時間を過ごされました。地域に常にある場として今後も活動を続けられます。

## ブックカフェって？

認知症の方やそのご家族、専門職〔社会福祉士、保健師等〕、地域の方がお茶を飲みながら、本を読んだり、認知症や介護のことなど自由に情報交換を行うカフェです。



山本悠子さん 寺本秀代さん 堂岡沙織さん



- 開催日時 毎月第1土曜日(1月のみ第二土曜日)  
13:30～15:30
- 開催場所 山南福祉センター  
(丹波市山南町野坂176番地)  
※右図ご参照ください
- 参加料 200円(飲み物とお菓子)
- 書籍の貸出 100円/1冊  
(返却の際に全額返金します)



主催:丹波市南部地域包括支援センター／お問合せ:0795-78-9123 (担当:山本・堂岡)  
共催:ブックカフェの会 代表 寺本秀代



あなたの地域を、あなたの力で暮らしよく。

# くらし応援隊養成講座

2019

開催のお知らせ



加齢や体の不調に伴い、少しずつできないことが増えてくるのは誰でも同じこと。部屋の掃除、ゴミ出しなど、高齢者の生活のサポートをする方（くらし応援隊員）を養成する講座です。

「自分にも出来ることはあるかな?」、「地域のために何かしたい」とお考えの方、あなたの力を役立ててみませんか?

## くらし応援隊

- 日常生活でお困りの高齢の方を支えるサポーターです。
- 掃除・買い物・ゴミ出し・調理などの家事援助になります。
- お困りの高齢の方とくらし応援隊をつなぎ、安心、安全に活動できるよう丹波市社会福祉協議会「ふだんのくらしサポートセンター」が調整します。
- 活動時間に応じて活動報酬を受け取ることができます。



## 講座（応用）は何回でも受講いただけます。

※講座（基礎）13:30～15:00、講座（応用）は15:00～16:00です。

回	日程	会場	講座（基礎）13:30～	講座（応用）15:00～
3	9月3日（火）	春日福祉センター （ハートフルかすが）	■丹波市の現状（福祉分野）について ■くらし応援隊の必要性について ■くらし応援隊の活動内容	③『簡単・楽々おそうじ術!』 講師：家事楽々.com 家事マイスター 梶野智絵 氏
4	10月1日（火）	柏原福祉センター	■ボランティア活動の留意事項 ■事務手続き ※初めての方は講座（基礎）を必ず受けてください。	④高齢者向けのおかず作り 講師：管理栄養士

※講座（基礎）については、地域の公民館等にも出向きます。  
お気軽にお問い合わせを！

\* 講座（応用）の内容は変更することがあります。

## ☎受講申し込み / お問い合わせ☎

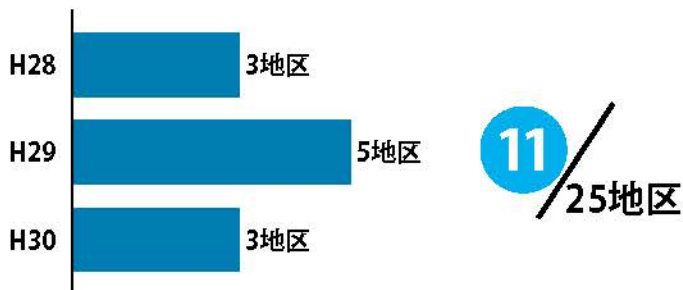
丹波市社会福祉協議会 ふだんのくらしサポートセンター

（柏原・山南）72-2930 （氷上・青垣）80-2930 （春日・市島）74-0294



# 災害対応と支えあい体制づくりに取り組みました!

## ▶ 自治協議会を単位とした「生活支援サービス推進会議」の設置



地域住民が自分たちで進める支えあい体制づくりを話し合う場です。

## ▶ 「くらし応援隊」の養成と相互の支えあい

年を取るごとにできにくいことが増えますが、「くらし応援隊」ができないことを支えます。

登録隊員 **59**名

柏原	4	春日	14
氷上	8	山南	18
青垣	5	市島	10

## ▶ 災害ボランティアセンター設置

**227**名のボランティアが、**29**件の要請に対応

平成30年7月7日豪雨の水害復旧として、9日間設置しました。



# 担い手づくりと場づくりを進めました!

## ▶ ふれあい・いきいきサロンへの助成

**226**ヶ所

20ヶ所のサロンが新しく立ち上がりました。

## ▶ いきいき百歳体操の場づくり支援

**41**ヶ所

## ▶ 「子ども食堂」開設・運営費助成

**3**件

## ▶ ボランティア養成講座

### ① カフェボランティア講座

のべ**193**名参加

### ② 生きがいづくり講座

のべ**171**名参加

### ③ 朗読ボランティア講座

のべ**51**名参加









# 青垣支所通信

～青垣地域がもっと好きになる～



歌って笑って♪

高齢者お昼のつどい



4地区で、高齢者お昼のつどいが開催されました。地区内の住民交流を図る場として、毎年、6月と11月の2回開催されています。

アコーディオンやギターの演奏と一緒に歌ったり、ハンドベルや人形劇、落語など各地区趣向を凝らしたレクリエーションで楽しみ、どの会場も笑顔があふれていました♪



佐治地区



芦田地区



神楽地区



遠阪地区



♪♪



# 春日支所通信

～春日ほっと話～



## 6/1 春日ボランティアまつり

今年も春日中学校の生徒さん9名がボランティアとして参加されました(\*^\_^\*)

各グループによるバザーや活動展示、同時に子ども用品リサイクル会も行いました。午後は歌や踊り、グループの活動発表などで大盛り上がりでした！！

今年もたくさんのご来場と、子ども服などの提供ありがとうございました。



## 出張ふくし教室

健康長寿の話では皆さん熱心に聞いてくださり、関心の高さを感じました。他地域へもご要望があれば伺います！



## トライやるウィーク

今年も春日中学校から社協春日支所へ3名、東部デイサービスセンターへ4名が来られました。

「将来、福祉関係の仕事につきたい」との感想もあり、ぜひ一緒に仕事をしたいものです。





## 山南支所通信

近隣サロンへ  
見学や、  
試食会も実施

いっしょに  
床几で近所の人が  
話をしている  
そんな形にしたい

自治会内で  
サロンの相談

**START!**  
「ひなたぼっこカフェ」  
(応地ふれあいサロン)  
初日に密着



迎えた当日、  
参加者が続々と!



一番心配されていた  
自治会長さんも  
ひと安心



くつろげる場への  
思いがあちこちに!



参加者からも  
「良いね～」と  
この笑顔

### 応地メモ

市指定文化財「蛇ない」  
を継承する自治会。増水  
した川で大蛇が子供を  
救ったという伝説から、  
毎年1月に葉の大蛇が  
自治会内を回り、祀ら  
れます。応地内の有志  
グループは、その名も  
「ヤングスネーク」!

**START!**  
上久下小  
ふれあいサロン  
訪問に密着

上久下小では、毎年6月に全校で各ふれあいサロンへ訪問されています。山南地域ではこの1校の実施で、交流は15年以上前から続いています。お互いが楽しみにされ、大切に受け継がれています。



ドキドキして  
到着



みんなで遊べる  
ゲームを考えました



緊張もなくなり、  
大盛り上がり



最後は肩たたきの  
プレゼント

### 上久下小メモ

P T A が毎年作  
成、修理される  
飛び出し防止看  
板。時代に応じ  
て子供の興味を  
引くユニークな  
看板が多数!

## 市島支所通信

### いきいき美和の会

美和地区自治振興会では、75歳以上のおひとり暮らしの方を対象に「いきいき美和の会」を開催されました。35名の方が参加され「元気にしとっちゃったけ〜?」と会話に花がさいていました。昼食はボランティアの方々の手作り! 美味しい昼食の後は、凸凹劇団の余興を楽しまれたり、安来節(どじょうすくい)で会場は大盛り上がりでした♪



## ★丹寿荘で活躍中! 車いす誘導ボランティア!

高齢者総合福祉施設丹寿荘では、車いす誘導のボランティアの方が活躍されています♪施設内での移動の際に、ひとりで移動が困難な方へ車いすを押してお手伝いをされています! 職員の方も「ボランティアの方がお部屋まで迎えに行ってくれて、連れてきていただけるのでとってもありがたいし助かっています」と言われていました!



元気な顔を見たら  
こちらも嬉しくな  
ります♪

声掛けしながら  
車いすを押して  
います!

ボランティアの声





# 柏原支所通信



## 新しいレク用具が増えました!

“釣りっこ”です!



ズワイガニ、ホオジロザメ、ウニなど15種類の魚と、さお6本のセットです。座ってできるので、車いすでも楽しめます。簡単そうに見えて意外と難しいので、盛り上がること間違いなしです(^\_^)

ぜひ、サロンなどでご利用ください(^\_^)/

## コミュニティカフェ開催★

古市場自治会ではコミュニティカフェ運営支援事業を利用し、いきいき百歳体操の後に公民館でカフェを開催されました。コーヒーを片手にみなさんでわいわいお話しされていました!



また、別の日にはふれあいいきいきサロン「八幡クラブ」と自治会、子ども会が合同で三世代交流会を開催されました。子どもたちと保護者の方による手作りのカレーライスをみんなでいただき、そのあとわなげで交流! とっても素晴らしい取り組みです☆

カレーライスで3世代交流★



# 氷上支所通信

## 氷上ボランティアまつり



6月22日(土)に氷上健康福祉センターで氷上ボランティアまつりが開催されました! 当日は天候にも恵まれ、丹波市ボランティア協会 氷上支部の大森清子支部長による開会のあいさつで始まりました!



氷上中学校の吹奏楽部による演奏や歌や踊りなどのアトラクション、焼きそば・たいやきなどのバザー、認定こども園ふたばの園児の似顔絵展示など盛りだくさんでたくさんの来場者でにぎわいました!

氷上中学校吹奏楽部やボランティアグループによるアトラクション

絵手紙・園児の似顔絵・工作物などの展示

食べ物や手芸品などのバザー



▲氷上中学校 吹奏楽部



▲社交ダンス



認定こども園ふたば 園児似顔絵



◀へたの会 絵手紙



◀西部デイサービスご利用者作品



▲詐欺対策の寸劇



▲絵本の朗読



好評です!

## 機

## 能

## 訓

## 練

リハビリ

西部デイサービスセンターでは4月から機能訓練（リハビリ）を行っており、多くのご利用者様に喜ばれています。

### ご利用者様の声

- ・こうした訓練は家でひとりでは続かないので、ありがたい
- ・家での階段の上り下りが楽になりました
- ・体が硬かったのが、やわらかくなりました



ご利用者様それぞれの心身の状況に応じ、ご利用者様が望まれる暮らし（トイレまでひとりで歩いていきたい、食事は食べさせてもらうのではなく、自分で食べたいなど）が続けていけるよう、立ち上がり動作や体操などの機能訓練（リハビリ）を行っています。

住み慣れた家で、いつまでも自分らしく暮らし続けていけるように・・・。

西部デイサービスセンター TEL 82-4762

介護予防

## い

## き

## い

## き

## 百

## 歳

## 体

## 操

高齢による筋力の低下や閉じこもりを予防し、地域の中で役割を持って暮らし続けていけるよう、各自治会等で取り組まれている「いきいき百歳体操」（略して「いき百」）。

私たちは、「いき百」の参加者が自主的に会場準備やビデオセットなどの運営をしていけるようにお手伝いをしています。

今回が4回目の竹田自治振興会へ訪問すると「皆で楽しんで取り組んどるわ～。これから効果が出るのが楽しみやわ。」と感想をいただきました。



長く続けましょうね～!



地域で気軽に楽しく月難しく考えずにまずは始めてみましょう!!



丹波市東部地域包括支援センター TEL 74-1900



丹波市ファミリーサポートセンターの情報を発信!

# 子育て応援団!! ファミサポ通信

はじめまして交流会を開催しました!

## 親子でできる 簡単ヨガ

6/6  
(木)



スマイルスペース 代表  
講師

崎元 宏美さん  
(神戸市)



子どもと一緒にヨガを楽しみました。心も体もリフレッシュ!! ママと子ども達の笑顔でいっぱい交流会になりました。



## ファミサポってなあに?

### こんな時 ありませんか?

こども園やアフタースクールへお迎えが、間に合わない。

歯医者など病院に行きたい時、子どもを預けたい。

子どもの塾や習い事の送迎をお願いしたい。



冠婚葬祭や参観日に子どもを預けたい。

美容院やショッピングの時間がほしい



### そんな時 ファミリーサポートセンターを利用してみませんか?

会員になるにはどうしたらいいですか?

まずは、会員登録が必要です。

子どもは何歳まで利用できますか?

利用できる年齢は概ね6ヶ月～小学校6年生までです。

利用料金の支払い方法は?

活動終了後、直接協力会員に支払いします。

#### ファミリーサポートセンターは

子育ての手伝いをしてほしい方と子育ての支援ができる方がお互いに助け合う組織です。

詳しくは、センターまでご連絡下さい。【TEL 70-2244】

## あんしんネット たんば

日常生活自立支援事業とは、高齢になっても、障がいがあっても、住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らすお手伝いをする事業です。  
(生活上の金銭管理・福祉サービスの利用・通帳預かりなど)



### 日常生活自立支援事業についてよくある質問

こんなときは?

Q

日常生活自立支援事業はどのような人が利用できるのですか?

こたえ

A

判断能力に不安のある高齢者、知的障がい者・精神障がい者など判断能力が十分でない方を対象としています。

こんなときは?

Q

将来にそなえて契約はできますか?

こたえ

A

将来にそなえての(判断能力が十分である段階)契約はできません。

こんなときは?

Q

この事業で財産管理はできますか?

こたえ

A

生活費程度の日常的な金銭管理についてはお手伝いできますが、財産や権利証、契約書類などの預かりについてはお手伝いすることはできません。

まずは、  
ご相談ください

お問い合わせ

電話: 82-4631

(丹波市社協 地域福祉課)



令和元年に決意したこと

整理整頓 (氷上町・ドラゴンJR.)



# 善意のともじり

(令和元年5月・6月受付分)

善意銀行では、市民の皆さまからの「地域のために使ってほしい」という思いのこもった金銭や物品、技術をお預かりし(預託)、地域福祉のために大切に使用しています。

本所、各支所で預託を受け付けています。皆さまのあたたかい善意をお待ちしています。

(金銭預託は寄付金控除の対象となります)



## 本所受付分

【金銭預託】			
春日町黒井	大槻 佐知子	様	2回
【物品預託】			
市島町北岡本	藤本 美晴	様	使用済切手335枚

## 柏原支所受付分

【金銭預託】			
柏原	矢田貝 勲	様	10,000円

## 氷上支所受付分

【金銭預託】			
横田	足立 道彦	様	
常楽	カラオケ喫茶		
	歌今翔	様	
	沼 明昌あすなる	様	
犬岡	田中 徹	様	
小谷	細見 てる子	様	
下新庄	谷川 茂	様	
石生	匿名	様	100,000円
【物品預託】			
石生	匿名	様	肌着・おしめ(新品・開封済み) 介護用品(パッド)

## 青垣支所受付分

【金銭預託】			
大名草	足立 正樹	様	10,000円
【技術預託】			
東芦田	荻野 義晴	様	草刈り

## 春日支所受付分

【金銭預託】			
丹波市ボランティア協会			
春日支部		様	2,100円
			福祉のために
	匿名	様	3,000円
上三井庄	西田 愛子	様	30,000円 東部デイハ
【物品預託】			
	匿名	様	グリーンピース4kg ジャガイモ4.2kg ニンニク1kg 冷凍栗2.5kg
		様	介護用品
平松	沖田 康彦	様	メイクイン20kg・
	滝本 幹雄	様	キタアカリ20kg キュウリ3kg・ナス1kg さやえんどう4.5kg 黄色玉ねぎ75kg・ 赤玉ねぎ25kg・ニンニク3kg
	匿名	様	新じゃが芋32.5kg 愛育活動として

## 山南支所受付分

【金銭預託】			
奥	寺内 昭則	様	100,000円
			亡父 隆様の供養として
【物品預託】			
美和	有輝運輸有限公司	様	使用済切手 1,256枚

## 市島支所受付分

【金銭預託】			
徳尾	高雄 幾生	様	2回
	ボランティアグループまわりの会	様	4,497円
			26年間のボランティア活動を終えて

## 地域相互見守りモデル事業のご案内

### 地域相互見守りモデル事業とは…

近隣住民が互いの顔の見える関係をつくることにより、世代・性別を問わず日頃から助け合いのできる地域コミュニティの構築を地域団体やNPO法人等が、地域にて行う見守り活動のこと(子育て支援、高齢者・障害者の見守り活動、地域防犯活動、見守り活動に係る居場所運営等)兵庫県はその支援をしています。

### ■対象団体

- 県内に所在する次のいずれかの団体で、以下の要件を全て満たす団体。
- (1) 地域団体(自治会、婦人会、老人クラブ等)
  - (2) 地域団体による協議体(住民自治組織等)
  - (3) NPO法人等 ※ただし、地域団体等との連携が必須

### ■補助金額

1地区あたり50万円を限度



問い合わせ先  
兵庫県健康福祉部社会福祉局社会福祉課社会福祉班  
TEL:078-362-3181

### 【募集期間】

7月16日(火)~9月13日(金)

QRコードからHPもご覧ください!!







## 第1回

子どものココロを開くには？  
コミュニケーション術を学ぼう！

★日時：7月23日(火)  
13:30～15:00

★講師：山崎 清治 氏  
(社会教育プログラムプロデューサー)

★場所：氷上健康福祉センター2階

## 第2回

高齢者疑似体験や車いす体験  
をしてみよう&教え方を学ぼう！

★日時：7月30日(火)  
13:30～15:30

★講師：さんなん栢の里  
四つ葉グループ

★場所：氷上健康福祉センター2階

学校などへ出向いて子どもたちへ伝えるボランティアグループの紹介も行います

まだまだ募集しています!! ぜひご参加下さい!!

【お問い合わせ】

丹波市社会福祉協議会 市島支所 TEL:85-0517

## 相談予定カレンダー

(7月20日～9月30日)

### 無料法律相談日

相談時間:午後1時～午後4時(1人30分)  
予約必要 ☎82-4631 (土日祝日を除く、  
午前8時30分～午後5時15分)  
④ 弁護士による相談です。

開催場所	相談日	予約開始日
氷上支所	7月23日(火)	7月10日(水)
青垣支所	8月13日(火)	7月31日(水)
春日支所	8月27日(火)	8月14日(水)
山南支所	9月10日(火)	8月28日(水)
市島支所	9月24日(火)	9月11日(水)

### 心配ごと相談日

相談時間:午後1時30分～午後4時(予約不要)  
④ 地域の民生委員・児童委員による相談です。

開催場所	相談日
氷上支所	7月22日(月)
	8月19日(月)
	9月9日(月)
山南支所	8月5日(月)
	9月2日(月)
青垣支所	8月7日(水)
	9月4日(水)
市島支所	8月1日(木)
	9月5日(木)
栢原支所	8月21日(水)
	9月18日(水)
春日支所	8月16日(金)
	9月20日(金)



## ふくしほっとクイズ

おたよりの中から、抽選で5名様に**たんぼ共通商品券500円分**を差し上げます。  
下記の①～③を明記の上、お寄せください。皆さまからのたくさんのお便りお待ちしております!

- ① クイズの答え(A・B・C)
- ② 地域の自慢を教えてください!
- ③ 住所・名前・年齢・ペンネーム

(裏面)

切手 5503502  
丹波市氷上町常葉一〇九一  
丹波市社会福祉協議会  
地域福祉課

(表面)

問.ブックカフェ「たんぼほのわたげ」が開催されている地域はどこでしょう?

- A. 栢原町
- B. 青垣町
- C. 山南町

応募締切

8月31日

(消印有効)

5月号のクイズの答え .....  
丹波市内には、地域包括支援センターはいくつあるでしょう?

B. 4つです。

いつもたくさんのお便り  
ありがとうございます



認めあい 支えあい 心つながるまち たんば  
社会福祉法人 丹波市社会福祉協議会

社協ホームページ

丹波市社協

検索