丹波市社協広報

# 影めあい 支えあい 心つながるまち たんば ふくしぼっと通信

2020





社会福祉法人 丹波市社会福祉協議会



## 災害ボランティア講演会を

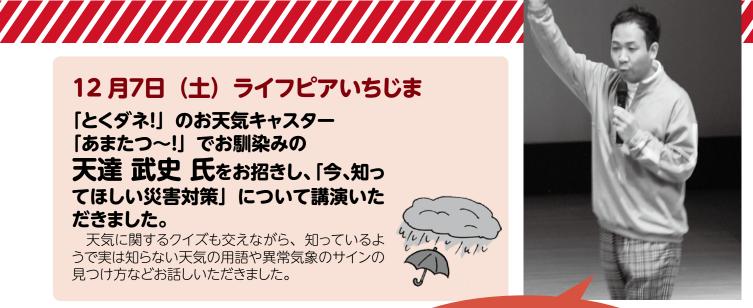
開催しました

### 12月7日 (土) ライフピアいちじま

「とくダネ!」のお天気キャスター 「あまたつ~!」でお馴染みの 天達 武史 氏をお招きし、「今、知っ てほしい災害対策! について講演いた だきました。

天気に関するクイズも交えながら、知っているよ うで実は知らない天気の用語や異常気象のサインの 見つけ方などお話しいただきました。







実際の写真や映像を基に、災害の中でも特 に被害の大きい水害の恐ろしさについて被害 が出る前に行動する重要性を教えていただきま した。



「丹波の方は 防災意識が高いですね!」 と感想をいただきました。

> 熱心にメモを取りながら 聴いておられる方が大勢い らっしゃいました。







「命を守る行動を」が 2019 年流行語にノミネートされました。 全国的に災害による被害が拡大しています。普段、話す機会の少ない防災につ いて、家族や近所の方と話してみたり、ボランティア活動のきっかけになればと 思います。

## [助け合いはどうしたら始まるの?]

### 東部圏域地域福祉講演会を開催しました!

開催日:令和元年10月19日

師:住民流福祉総合研修所

所長 木原孝久 氏

「ご近所パワーで助け合い起こし」

地域で助け合いをしたいのであれば、まず私たちの意識を変えていくこと、 人は周りに助けてと言えないから、言える地域を作っていくことが大切だという ことがわかりました。

助け合いのポイントをご紹介します。





### あなたのおつき合い流儀を確認! いくつ当てはまりますか?

- ①自分や自分の家族の問題は隠しておきたい
- ②自分のことがご近所で噂にされるのはイヤ
- ③人に助けを求めるのは苦手だ
- ④人に迷惑をかけることだけは絶対にしたくない
- ⑤人のことはなるべく詮索しないようにしている
- ⑥誰かが認知症だと気づいても、誰にも言わないようにしている
- (7)困っている人にはお節介と言われない程度に関わる
- ⑧引きこもるのにも事情があるから、無理にこじあけるべきでない
- (9)お互いのプライバシーは十分に尊重し合うべきだと思う (10)隣人とはあまり深入りせず、ほどほどのおつき合いを心がけている

今、必要なのは

「おせっかい」

### 助け合いをしたいのなら・・



- ①我が家の問題を周りに打ち明けよう
- ②自分のことを敢えて噂話のタネにしてもらおう
- ③困ったら、思い切って「助けて!」と叫ぼう
- ④助けてもらうために、迷惑かけ上手になろう
- ⑤人助けをしたければ、詮索の鬼になれ
- ⑥ 「口が堅い」のも、よしあしだ
- (7)お節介こそが、本当の思いやり
- ⑧引きこもりの人を救いたければ、こじ開けよう
- (9)プライバシーを尊重していては、相手を助けられない
- ⑩助け合いたいのなら、お互いの家をひらき合おう

頼まれないですることを 「おせっかい」 という

福祉は「担い手と 受け手の共同作業」

助けあいができる 範囲は 50 世帯くらい

助けあいは「助けて!」 から始まる

#### 助けられ上手になるために

- ①自分の問題をオープンにする
- ②助けてと言える相手を1人は見つける
- ③人に尽くしておく
- ④グループに助け合いを仕掛ける
- ⑤助け合えるグループに入る

#### 見守られ上手になるために

- ①決まった場所へ行こう
- ②人を家に招こう
- ③自分の生活・行動を知ってもらおう
- ④外に出て自分をアピールしよう
- ⑤体調の変化も周りに知らせよう

本人が動かねば 孤独死は防げない





### 助けを求めれば 助けてくれる

### ~参加された方の感想~

- ・情報は自分だけが持っていても、助けてあげられないこともあると思った。
- ・もっと積極的に気になる人に声をかけたい。
- ・もう一歩、中に入ろうという気持ちで関わりたい。
- ・今の近所づきあいについて考える機会になった。





気象は日々とても気にしている。身のまわりの豪雨災害の際どうすれば...整理、整頓し備えている。近隣 と仲良くしています。 (山南 70代 女性)

## くらし応援隊養成講座日程

的

高齢者が住み慣れた地域(自宅)で生活を続けるために、 日常生活を支援する担い手を養成します。

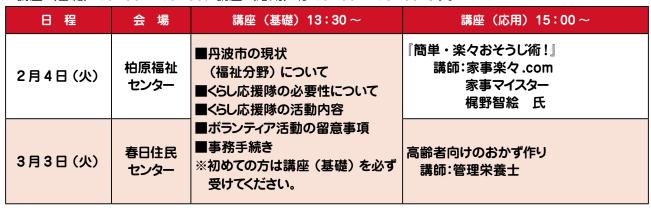
締め切り

各開催日の前週の金曜日まで

注意事項

講座(基礎)は必ず1回、受講してください。 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。



\*講座(応用)の内容は変更することがあります。

### ※講座(基礎)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!

### ☆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

### ~くらし応援隊交流会・意見交換会~

くらし応援隊は、日常生活でお困りの高齢者が安心してご自宅で暮らせるように、 お掃除や買い物の代行などを行なう生活支援のサポーターです。

平成28年度から養成講座を開催し、平成29年4月から活動が始まっています。 令和元年11月末で、58名の方が登録されています。

普段はお一人で活動されていますが、お互いに情報を交換したり研修することを 目的に、毎年交流会を開催しています。

今年度は10月と12月に「交流会・意見交換会」として、話し合いを行ないました。 ふだんのくらしサポートセンターで対応できないニーズもあることから、今後はどん な活動が必要になってくるのか、考えていく必要があります。

次回の交流会は2月頃を予定しています。

### ふだんのくらしサポートセンター 利用状況 (平成 31 年 4 月~令和元年 11 月末)

(件数)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	依頼会員数 (11 月末)
東部	39	55	39	35	45	41	42	26	12名
西部	20	18	15	17	12	8	13	15	5名
南部	16	20	19	17	22	17	17	21	9名

- ・主な依頼内容 ・・・掃除、買い物、ゴミ出し、調理など
- ・1回の活動報酬・ ・支援活動は有償のボランティア活動のため、 1 時間 600 円 (車を使った活動は +100 円) を 応援隊の方にお渡ししています。



くらし応援隊 養成講座の様子



暮らしの応援隊=氷上町 ご利用者=氷上町 13 時~ 14 時の活動 (1 時間のおそうじ)







## 介護保険通信

### 丹波市介護職員初任者研修修了式

介護人材の育成と確保を目的として、5月からのほぼ毎週日曜日、介護職員初任者研修を行ってきました。受講生の皆さんは、それぞれ目標をもって意欲的に学習され、このたび修了式をむかえられました。介護のプロとして歩み始められた皆さんが、研

修での学びを生かし、それぞれの場で人の気持ちに寄り添った介護をされることを期待しています。



(40代 女性)

受講前は、介護に 良いイメージはなかっ たのですが、受講して、 親の介護や自分のしまる 生を見つめ直すきっか けになったと思いざい ありがとうございま した。

(40代 女性)

介護保険制度による様々なサービスは利用者が自分らしく生べもした。家族や自分もした。のためにも、とても有意義な研修でした。

ありがとうございま した。

(50代 女性)

知識のスキルアップはできたが、現場実習を延して、知識だけではいまだと感じないまだと感じる。週1回の講義ではあいた。週1回の講義でいたが、終わってみるとが、いう間で楽しく過ごさせていただきました。(30代 男性)

今回、友達の勧めで この研修を受講したが、 座学・実技・実習なった と思う。特に、実習でされ と思う。特に、利用者 とのの と関わることがに とりございました。 (50代 女性)

### 登録ヘルパー募集中!!

土日・早朝のみなど 1時間でもOK!

業務内容:利用者宅での身体介護及び生活援助(家事援助)等業務 ※東部(春日・市島)、西部(氷上・青垣)、南部(柏原・山南)の いずれかを担当

勤務:6:00~22:00の間

時給: 1,040 円~ 2,420 円 ※規定により賞与支給あり

資格:介護職員初任者研修課程修了者(ヘルパー2級以上)

または介護福祉士、普通自動車免許(AT限定可)

勤務地:利用者宅へ直行・直帰

お問い合わせ:82-4631

まずはご相談ください

#### 【時給例】

- ①「生活援助 60 分」の 業務の場合 平日8~18時 時給 1,040 円
- ②「身体介護 60 分」の 業務の場合

平日8~18時 **時給 1,820円** 土日祝6~8時及び18~22時

時給 2,420 円

※土日祝、早朝夜間は各 300 円加算

いちじま憩いの家閉所のお知らせ

認知症対応型通所介護事業所「いちじま憩いの家」を3月31日で閉所いたします。開所以来、多くの皆さまに支えていただきましたこと、心よりお礼申し上げます。



































春日支所通信
● 日 ほっと 話~
● 日 ほっと 話~
● 子展給化が建中、代か僧れた地域でいきいきと暮らしていくために、各地区で話し合いをしています。大路地区では、ほぼ毎月記しるいなく他の委員の方にも参加してもらいたい」など様々な規定なっている」や「代表がわびなく他の委員の方にも参加してもらいたい」など様々な規定、の直的は、健康の規格・可止はもちろか、ノルディックウォーキング構造を入め高しています。
まで地域を見つめ高しています。
まで地域を見つめ高しています。
月空られ1 の関係性を下っていただき地域の中で「見守り、見守られ1 の関係性を下っていただき地域の中で「見守り、見守られ1 の関係性を下っていただき地域の中でした。大路地区ではグループができっていただき地域の中で「見守り、見守られ1 の関係性を下っていただき地域の中でした。大路地区ではグループができって」「健康・見守りウォーキング」をする予定です。
「健康・見守りウォーキング」をする予定です。
第本 1 ・ 「根域地区 国際地区
日前地区
日前地区
第本 2 ・ 「根域地区 国際地区
日前地区

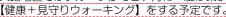














































山南支所通信 和田子育でサークル 「利み」(ふるさと和田振興会) 開始当初は、話し合いがユー が近い」「やりたいことができる」「仲間がで きる」ことが好評です。参加者は、「こども 園や小学校に近く、迎えもスムーズです。先 輩のお母さん方のお陰です。」と優しさの贈

り物、つながっています。

い地形で移動に時間 がかかります。「和田 地域に親子で気楽に 遊びに行ける場所が あれば」という声を ヒントに、振興会か らサークルが誕生し ました。

平成 28 年

### はまむはるものからながあった。カフェを開催される 「骨から始める歩きの基本講座」 ≥美じい骨と書いて (ビコツ) ウォニキングのコツ≥

歩くことはウォーキングとして手軽な運動ですが、靴ひもの結 び方を習うことはありますか?講師の安藤恵子氏(からだLab G00th 代表)から、特に男性は靴のサイズを思い込みにしがちと のことで、参加男性を実測されると…申告サイズから2センチの差 が判明し会場は驚きに包まれました。参加者とのやりとりも楽しく、 あっという間の2時間でした。「姿勢を整えただけで体がポカポカ してきた」「ひもの結び方を家族にも教えます」との声をいただき ました。



### 令和元年度 各表彰を受賞された方おめでとうございます

表彰状

(令和元年12月12日現在) (順不同、敬称略)

#### 1. 兵庫県共同募金会会長表彰 【表彰・団体】

【茲彰。 问	J144 J	21:
住 所	氏 名	
柏原町	三井化学エムシー株式会社	柏原工場
氷上町	井本自動車	
氷上町	細見モータース有限会社	
氷上町	株式会社清水保険事務所	
氷上町	禅勝寺	
氷上町	株式会社太陽	100
青垣町	あきら整形外科クリニック	ABE
青垣町	丹佐商事株式会社	W.O.
山南町	宗教法人也足寺	

#### 【感謝・団体】

	住	所	氏	名	
	市島町		新崎自動車株式会社		
市島町		計	竹内設備株式会社		

### 2. 兵庫県共同募金会知事表彰

#### 【募金運動奉仕功労団体】

住	所	氏	名	
市島町		回春堂中澤医院		

#### 3. 兵庫県福祉大会における 兵庫県社協会長表彰

#### 【福祉ボランティア功労者】

い田田エハン	ファイン切力も
住 所	氏 名
氷上町	小森田雄
柏原町	十倉 敏子
氷上町	福寿草サロン
氷上町	大森 清子
市島町	南京玉すだれ 若竹会

#### 【社協功労者】

	1-7373	_,				
住	所			氏	名	
市島	計	尾松	勝實			
青垣	到	足立	由夏			
青垣	到	足立	順子		133	à.
市島	計	中井	純子		3:0	
青垣	刯	蘆田	智子		A	7
山南	可	石塚	弘美			
柏原	到	高橋	祐樹			
山南	町	衣笠	千恵子			

### 4. 兵庫県福祉大会における知事表彰 【社会福祉事業功労者】

住	所			氏	名	
青垣	画町	長井	克己			
市島	計	荻野	和昌			

#### 5. 丹波市社協会長表彰 【善意銀行】《表彰》

住 所	氏 名
柏原町	桂 正一
氷上町	ひかみカントリークラブ

### 6. ひょうご県民ボランタリー活動賞【個人】

	~_					
住	所			氏	名	
青垣	画町	古川	重己			18.6
氷_	L⊞Ţ	垣内	とよ子			
氷_	L⊞T	卯野	千鶴子			
I CO 44	<b>-1</b>					

#### 【団体】

住 所		氏	名	
氷上町	へたの会			

#### 社協会費にご協力ありがとうございます

社協では、誰もが住み慣れた地域で安心して自分らしく暮せるまちづくりを目指して活動していくために、一般会費・賛助会費・法人会費へのご協力をお願いしています。ご協力いただいた会費は、地域福祉事業を推進するための重要な財源として、有効に活用させていただきます。

令和元年度 法人会員 (5,000円/1口) のご紹介

令和元年 12 月 31 日現在

訂正のご案内

ふくしほっと通信 11 月号にて掲載内容に誤りがございました。ご迷惑をおかけして申し訳ございません。訂正とお詫びを申し上げます。 ふくしほっと通信 善意のともしび (誤)進藤 泰子 様→(正)近藤 泰子 様



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!!

講習会・交流会報告

#### 親子で学ぶ手と爪のお手入れ講座







福祉ネイリスト

#### 井口 美咲さん (丹波市)

爪や手の大切さや、お手入れの仕方等を親子で学びま した。指先や手に優しく触れることで、楽しい会話やスキ ンシップにつながり、とても優しい気持ちになりました。

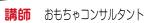
#### 子どもの遊び方講座

#### おもちゃ、どうしてる?









あきこさん (神戸市)

遊びは、豊かな感性、想像力、発想力など、生きる 力を育むことができます。遊びを豊かにするおもちゃの 選び方、遊び方を学びました。

グループワークでは、おもちゃにまつわる悩みなどが 出され、みんなで話し合うことができました。

#### HAPPY ! クリスマス会





講師 音楽療法士

浩子さん 梅谷 博美さん 足立 (丹波市)

少し早いクリスマスを親子で楽しみました。楽器遊び やクリスマスソングを歌って、笑って、ドキドキ、わく わくのクリスマス会でした!

サンタさんから、子ども達一人一人にプレゼントをも らい 「ありがとう!またきてね☆」と嬉しい笑顔がたく



### 団体利用に係る

### 福祉センター等の使用料減免申請を受け付けます

下記の福祉センター等を利用される団体・グループで、令和2年度中の使用料の減免を希望される 場合は、申請が必要です。また、現在登録されている団体・グループも新たに申請が必要です。 ※減免の可否は、後日お知らせします。

- ●柏原福祉センター(木の根センター)
- ●氷上健康福祉センター
- ●丹波市社協青垣支所
- ●春日福祉センター(ハートフルかすが)
- ●山南福祉センター(さんなん荘)

【申請方法】 各福祉センター等に申請用紙を用意しています。

必要事項をご記入のうえ、各福祉センター等に提出してください。

利用料金が4月1日から改定されます。 詳しくは窓口にてご確認ください。



шшш





(令和元年11月・12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欲しい」 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っています。

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】

黒 井 丹波OB大学自治会 様 10,000円 様 大槻 佐知子 2回

市助役OB会 様 120,000円 柏高3回併中1回同期会 5,802円 様

柏原町 松井 多津 様 30,000円 亡夫 清様供養として

【物品預託】

連合兵庫丹波

地域協議会 様 タオル380枚、石けん160個

市内の老人福祉施設、 社会福祉施設15か所へ

#### 柏原支所受付分

【金銭預託】

クレハ労働組合 北中 様 30.000円

原 ㈱ハイレックスコーポレーション様 47,437円 歳末助け合い募金 柏

丹波地区県職員 柏 様 65.616円 歳末愛の預託

歳末愛の預託運動参加者一同

【物品預託】 様 古切手182枚

柏 株式会社保険事務所

> リライアンス 様 タオル、食器用洗剤、古切手883枚

北 山 丹波柏原福祉会けやき苑 様 古切手629枚

#### 氷上支所受付分

【金銭預託】

横田 足立 道彦 様 2回 沼 明昌あすなろ会 様 20 楽 カラオケ喫茶歌今翔 様 2回

勝田 智恵野 里  $\blacksquare$ 様 亡夫 重一様供養として

フォークダンスピポット 様 3,000円 柏原町

柏原町柏原

丹波市生活研究グループ連絡協議会 様 13,865円 岡田 かよ子

下新庄 谷川 茂 様 【物品預託】

調味 段畑 高明 様 柚子約20kg 西部デイサービスセンターへ

葉牡丹2鉢 西部デイサービスセンターへ 赤井 幸子

#### 青垣支所受付分

【金銭預託】

田井縄 芦田自治振興会 様 16.801円

ふれあい祭 農産物売上金

匿 名 10,000円

【物品預託】

兵庫県立

氷上西高等学校 様 手作り小物170個

青垣地域ひとり暮らし高齢者へ

大名草 足立 佳子 使用済み切手174枚 使用済み切手1980枚 佐 治 梅田 信和

> ボランティア「カザグルマの会」 様 干支の壁掛け10個

> > 青垣地域 在宅寝たきり者世帯へ 門松2対 青垣住民センター・社協青垣支所へ

#### 春日支所受付分

【金銭預託】

兵庫教区第六部寺院

檀信徒会事務局安隠寺 様 50,000円 天台宗全国一斉托鉢募金として 様 100,000円 亡母 美智代様供養として 牛河内 安田 千城

【物品預託】

若 名 里芋35.7kg、むき栗2kg、大根5kg

多 利 和田 豊 様 小松菜40kg 上三井庄 匿名 様 大根33.5kg

平 滝本 幹雄 白菜268kg、大根65kg 松 ハガキ(52円×18枚、63円×36枚) 芝 町 匿名 様 野上野 尾松 賢作 様 ヒツジ型木工細工100体

西川 治 拡大読書器、プレクストーク 特別支援学校へ 野村 様

#### 山南支所受付分

【金銭預託】

なかよし手芸会 様 2,000円 文化祭出店の売上げ

【物品預託】

匿名 様 大根32本

#### 市島支所受付分

【金銭預託】

徳 尾 髙雄 幾生

酒 梨 美和の郷 様 2回

喫茶とんぼり

様 2,415円

美和の郷 喫茶とんぼりでの募金として

金額等掲載については、ご本人様の意志を確認しています。 預託理由については、一部省略をしています。

## 閉講式を行いました。







7 月から 12 月にかけて手話奉仕員養成講座【入門】と【基礎】課程を受講し、閉講式では入門課程で 14 名、基礎課程で 18 名が修了証 を受け取りました。

「難しいけど修得したことに嬉しさを感じます」「手話サークルに加入したので続けていきたいです」「ろう者からの話を聞いて生活の中で の苦労がわかりました」など感想がありました。参加された皆さんがそれぞれ学んだことを地域に還元して活躍されることと思います。



### 福祉バザーへのご協力ありがとうございました!

10月から11月にかけて各地域で実施しました福祉バザーには、みなさまにたくさんの品物を提供いただき、おかげさまで多額の収益を得ることができました。収益金は、来年度に実施する地域福祉事業の財源の一部として活用させていただきます。品物の集荷・準備・運営をお世話になったみなさま、お越しいただいた皆様に心より御礼申し上げます。

総額

来年度もご協力よろしくお願いいたします。

**1,351,926**<sub>円</sub>



## 相談予定カレンダー

#### 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)

② 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	1月28日(火)	1月15日(水)
青 垣 支 所	2月 4日(火)	1月22日(水)
春日支所	2月25日(火)	2月12日(水)
山 南 支 所	3月10日(火)	2月26日(水)
市島支所	3月24日(火)	3月11日(水)

#### 心配ごと相談日

相談時間:午後1時30分~午後3時(予約不要)

② 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
市	島	支	所	2月 6日(木)
氷	上	支	所	2月17日(月)
柏	原	支	所	2月19日(水)
Ш	南	支	所	3月 2日(月)
青	垣	支	所	3月 4日(水)
春	В	支	所	3月27日(金)

## ひろば

### ふくしほっとクイズ

おたよりの中から、抽 選で5名様に**たんば共 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います!



問.2019年の流行語にもなった、災害と天候に関する用語は何でしょうか?

- A. 爆弹低気圧
- B. ゲリラ豪雨
- C. 命を守る行動を

応募締切 **2月29日** (消印有効)

11月号のクイズの答え・・

~注文をまちがえる喫茶店~ 「だんない」は丹波の方言

で何というでしょうか?

A.気にしないでです。

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



この広報は、皆さまにご協力いただいた社協会費により発行しています。