

ふくしほっと通信



届け ✨ 子どもたちを想う
気持ちをお弁当に込めて…

子ども食堂を運営する中央地区自治振興会（にこにこキッチン）が活動を再開しました。

コロナ禍でもできることを考え、従来の集うスタイルからお弁当を配布するスタイルに変更されました。子ども達もとても喜んでいましたよ (^_^)



よりそい・うけとめ・ほっとかへん

社会福祉法人 丹波市社会福祉協議会



就任のご挨拶

新会長 田口 勝彦



この度、丹波市社会福祉協議会会長に就任いたしました、田口勝彦でございます。

地域の抱える福祉課

題に地域の皆様と取り組むとともに、長井前会長の意思を尊重しつつ、丹波市社会福祉協議会が持続可能な法人となるよう努力してまいります。

少子高齢化や人口減少に加え、新型コロナウイルスがもたらす影響は、今ままで地域にあった「支えあい」や「つながり」などの地域力の喪失を助長しています。失われつつあるものを補完するため、皆様と一緒になって、新たな取り組みをつくりあげていきたいと考えています。

地域福祉の推進は、地域の皆様とともにつくりあげることが重要ですので、皆様のご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。会長就任のご挨拶とさせていただきます。

退任のご挨拶

前会長 長井 克己



この度、六月十八日をもって会長を退任するにあたり、一言ご挨拶を申し上げます。皆様には十四年五ヶ月と

いう長期にわたり、ご支援とご協力を賜り心より感謝を申し上げます。

その間、丹波市豪雨災害や社会福祉制度改革、新型コロナウイルスなど丹波市社会福祉協議会を取り巻く状況もめまぐるしく変化してまいりましたが、市民の皆様、市当局はじめ多くの関係機関や、役員の方々のご協力を得て、事業を推進できたことは、大変ありがたく思っております。

「福祉」は「人」であることを常に心におき活動してまいりました。市民の皆様方におかれましては、新会長及び丹波市社会福祉協議会に今まで以上のご支援を賜りますようお願い申し上げます。退任のご挨拶とさせていただきます。

新しい役員を紹介

任期 令和3年6月18日～
令和5年6月の
定時評議員会終了まで



役職名	氏名(敬称略)
理事(会長)	田口 勝彦
理事(副会長)	中川 泰一
理事(副会長)	瀬尾 せつ子
理事	高坂 さち代
理事	山中 直喜
理事	篠倉 敏孝
理事	井上 昌義
理事	開田 昇
理事	南野 裕美子
理事	上野 かず子
理事	高見 克彦
理事	西安 五月
監事	足立 嘉之
監事	安田 英樹

私たちが

地域支えあい推進員

です！

今年度から各地域に1名配置し住民主体の地域づくり支援を行っていきます！

よろしくお願いします



(春日地域担当 やまもと な つ き 山本奈津希)

今年度は地域課題を整理し、新しくボランティア活動や地域福祉活動に参加する方を増やしていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

(山南地域担当 やまうちけい た 山内敬太)

山南地域の方にお出会いして山南の魅力を肌で感じています。今後、地域の皆さんとの対話を通じて、共感しながら安心して暮らせる地域づくりを進めていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

(市島地域担当 ふじもととも え 藤本友恵)

住みやすい地域にするため様々な工夫が地域ごとに行われています。この事業に携わることに緊張もありますが、いろいろな出会いを楽しみにしています。どうぞよろしくお願いいたします。

(柏原地域担当 しょうじ こうすけ 庄司滉祐)

これからも地域の皆さんや関係機関との協働を大切に、協議・取り組みを進めていきます。よろしくお願いいたします。

地域支えあい推進員とは…

地域に出かけ住民の皆様の声を聴き、住みやすい地域になるよう支援を行います。助けあい活動やサービス、専門機関など地域のあらゆる資源が有効につながるよう働きかけます。具体的には、くらし応援隊の養成 (P4 参照)、いきいき百歳体操等のつどいの場作り支援、各地区で推進会議の支援など多岐にわたる活動を行います。



SAJI ささえあい推進会議の様子

(氷上地域担当 うみきたか な 海北香菜)

氷上地域の皆さんが住みなれた場所で安心して生活できるよう、一緒に考えていきたいと思っています。まだまだ知らないことばかりなので、皆さんの地域で行っている活動をぜひ教えてください！よろしくお願いいたします。

(青垣地域担当 ひらおかみず き 平岡瑞姫)

だれもが安心して暮らせる地域になるよう青垣地域の皆さんと一緒に活動します！地域の活動に参加しますので、皆さんのお話を聞かせてください！どうぞよろしくお願いいたします。



あなたも地域デビュー☆

くらし応援隊養成講座開催!



くらし応援隊とは

お掃除や買い物といった家事でお困りの高齢者に対し、有償（1時間600円）で支援を行う生活支援ボランティアです。令和3年5月末時点で26名から依頼があり、今後ますます増えていくことが予想されます。

自身の健康のために何かしたい方、地域に貢献したい方、くらし応援隊に興味のある方、ぜひ講座にご参加ください!

- 講座日程 -

日時	内容
① 9/7(火) 9:30~12:00	▼どうなる?これからの丹波市 ▼福祉講演会 他
② 9/9(木) 9:30~12:30	▼認知症サポーター養成講座 ▼コミュニケーション傾聴講座
③ 9/14(火) 9:30~12:00	▼時短お掃除術講座 ▼時短料理術講座
④ 9/16(木) 9:30~11:30	▼現役応援隊員との交流会 ▼修了式 他

※会場はいずれも柏原福祉センター（柏原町柏原 2715）

※欠席の場合、補講を受けることができます。

くらし応援隊の声

- 1回の活動時間が1時間程度で心身共に負担が少なく良かったです。
- 利用者の笑顔に出会えるのが楽しみで、訪問するたびにこちらがパワーをもらって元気になります。
- 自分に向いていることはないか探していた時に新聞記事を読んで受講しました。

申込み・お問合せ

柏原 / 山南にお住まいの方 ⇒ 72-2930

氷上 / 青垣にお住まいの方 ⇒ 80-2930

春日 / 市島にお住まいの方 ⇒ 74-0294

氏名・住所・連絡先をお知らせください。

※新型コロナウイルスの感染拡大状況を考慮し、中止にする場合があります。

コロナに負けるな! 応援プロジェクト!!

地元のお店にマスク (2箱)

手指消毒液 1ℓをお届けします!

財源は善意銀行(地域の皆様からの寄付)です。



先着
200店



対象店舗：丹波市内の接客を伴うお店（中小法人・個人事業主）

受付期間：令和3年8月2日から令和3年8月13日まで

受付方法：①事業所名②代表者③住所④連絡先⑤訪問可能時間を Fax（82-4519）メール（info@tambawel.jp）・電話（本所・各支所）のいずれかでご連絡ください。

例	①事業所名	②代表者	③住所	④連絡先	⑤訪問可能時間
	ビューティー社協	社協花子	丹波市氷上町常楽 209-1	090-xxxx-xxxx	水曜日の 9:00~12:00

※マスク・消毒液は職員がお届けします。

連絡先

柏原支所：72-1236

氷上支所：82-4613

青垣支所：87-0084

春日支所：74-0477

山南支所：77-2359

市島支所：85-0517

本所：82-4631



私の元気の秘訣

朝のNHKのラジオ体操と週3回のグラウンドゴルフ（柏原 80代 女性）

しゃきょうたすけあい フードドライブ 第3回

食料品を提供してください！



「もったいない」が
「ありがとう」に！

長引くコロナ禍で、お仕事が減り収入が少なくなり困っている方が増えています。社協では皆様のご協力を得ながら、集まった食料品をお渡しする第3回目の「しゃきょうたすけあいフードドライブ」を実施いたします。

引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。

提供いただきたい食料品

お米（白米・玄米・アルファ米）
野菜（日持ちするもの）
缶詰・レトルト・インスタント食品
海苔・お茶漬け・ふりかけ
飲料（お茶・コーヒー・ペット飲料など）
調味料
お菓子・粉ミルク・離乳食 など

2ヶ月以上
賞味期限が
残っている
常温保存
可能なもの



受付日時：7月26日(月)～8月19日(木)

9:00～17:00

(土・日・祝は休み)

受付場所：社会福祉協議会

本所・各支所窓口



受け取りできない食料品

賞味期限が2ヶ月を切っているもの
開封されているもの（お米は除く）
生鮮食料品（肉・魚など）
アルコール類（調味料は除く）

食料品をお渡しします！

と き：令和3年8月26日(木)・27日(金)

ところ：社会福祉協議会 本所・各支所

事前予約：ご希望の方は、7月26日(月)～8月19日(木)までに、お電話又は電子メールにて予約申し込みください。

(電話：82-4631、メール：vc@tambawel.jp)

住所・氏名・連絡先・世帯人数・ひとり親世帯であるか希望受け取り場所と受け取り日時をお知らせください。

※お伺いした個人情報は、必要に応じて丹波市の生活支援関係部署と連携するために共有しますことをご了承の上、お申し込みください。

対象となる方

- ・市内在住のひとり親世帯
- ・コロナ禍の影響により食料品を必要とする世帯



電子メールの方はコチラから



青垣支所通信

～青垣地域がもっと好きになる～



愛宕町・荒神町サロン

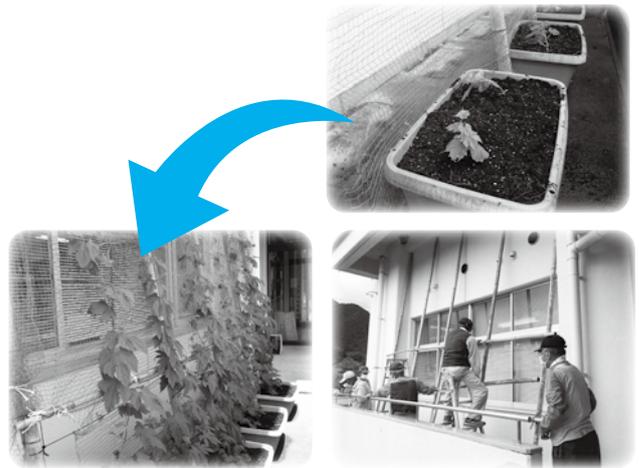
青垣地域の愛宕町・荒神町サロンの皆さんが、手作り雑巾を善意銀行に預託してくださいました。緊急事態宣言中はサロンやいきいき百歳体操ができないので、何かやれることはないかと考えてくださったそうです。預託していただいた雑巾は地域の施設等に配らせていただきました。



カザグルマの会

ボランティアグループ「カザグルマの会」さんが青垣支所内にゴーヤの苗を植えてくださいました。1ヵ月ほどしか経っていませんが、2メートル以上にもなり日々成長中です。事務所の中からでもつるが伸びているのが見えて、自然の力強さを感じています。

葉っぱの緑に癒されながら、たくさんの実がなったらいいなと楽しみにしています。



春日支所通信



～春日ほっと話～



出張ふくし教室



今回は黒井小学校の4年生に「ふくしってなんだろう」という題で福祉を考えるきっかけになる授業をしてきました。子どもたちからは、「ちょっとした助け合いって大切」「ふくしのことが少しわかった」などの感想がありました。先生からは社協春日支所（ハートフルかすが）の見学に行きたいと言ってくださいました。

ぜひ身近な福祉を考えるきっかけに、出張ふくし教室をご活用ください。学校や自治会、会社などに無料で行かせていただきます。

サロン20周年おめでとうございます

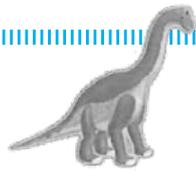
下野村ほっとサロンは、平成13年に活動が始まり今年で20年を迎えました。

春日地域では一番長く活動されているサロンの一つです。20年間、参加されている方もおられました。当時の写真を使ったスライドショーが行われ「〇〇ちゃんや」「若いねー」などと昔話に花を咲かせながら、これまでの月日を楽しみ感じてもらわれました。その他には笑いヨガ、マジックショーなど、楽しい時間を過ごされました。

どの地域活動もそうですが、ぜひ活動している写真を撮りましょう！記録はその時の記憶に戻してくれますよ（^^）



山南支所通信



上久下地区で友愛訪問♡

ありがとう



上久下地区ボランティアグループさんが口腔ケアセットと名物の恐竜焼きを持って、ひとり暮らしの高齢者のお宅を訪問されました。受け取りの際に「いつもありがとうねえ」と笑顔でお話されていました。

コロナ禍で集まれない今だからこそ、地域の方々のつながりの大切さが改めて分かります。

前川サロン ノルディック体験♪



良い運動になるなあ！



たんばエヌウォーカー倶楽部の余田先生指導のもと、ノルディックウォーキング体験をされました。皆さん、汗をかきながら、楽しそうに歩かれました。一人一人の元気が、地域の元気につながります。明日のために貯金と貯筋を蓄えて、みんなで伸ばそう健康寿命！！

暑中お見舞い申し上げます

今年も絵手紙グループさんがおひとり暮らしの高齢者の方々のために暑中見舞いを書いてくださいました。

明るく楽しい絵手紙グループさんのパワーも一緒に届くといいなと思います。



市島支所通信

「福祉学習」 竹田小4年生

住みやすい地域を考えるため、器具をつけて高齢者体験をされました。

子どもたちは、しっかりと話を聞いて、友達に声をかけたり歩きやすいように支えられていました。



ヘッドホンではベルの音が小さいよ

「ありがとうメッセージ」

コロナ禍で頑張る方へ感謝や応援を伝えようと期間を延長し、10月31日まで「ありがとうメッセージ」を大募集中です。(詳細は12ページをご覧ください)

社協からも感謝を伝えようと、メッセージカードを作成し、市島地域民生委員の方へお届けしました。



「福祉学習」 前山小4年生

「ありがとうメッセージ」作成を、4年生の福祉学習に取り入れられました。コロナ禍の大変な時こそ感謝を伝え、感謝を感じることで優しい社会づくりにつながることを勉強されました。



児童の方から講師の北村さんや社協へ「ありがとう」と何度も伝えてくれました。



柏原支所通信

ふくし教室開催!

三菱電機社会インフラ機器株式会社新入社員研修の一環として、出張ふくし教室を開催されました。

午前中は丹波市の現状・丹波市社協の事業・ボランティア活動について説明、車いす・高齢者疑似体験もされました。

車いす・高齢者疑似体験は、介助する側とされる側のどちらも体験され、普段自分たちがしている日常の何気ない動作が体の状態の変化によって手助けが必要になること、どんな手助けをしてもらったら助かるか等を学びました。

午後からは、奉仕作業として館内の窓掃除と中庭の草引きをしていただき、窓ガラスはピカピカに、中庭もスッキリきれいになりました!

皆さん、ありがとうございました!



高齢者疑似体験



車いす体験



奉仕作業



氷上支所通信

茶豆をつくらせて子ども食堂へ!



丹波市商工会青年部氷上支部では、茶豆を栽培する事業を実施されました。

この事業では、地域貢献の一環として栽培した一部の豆を、地域の皆さんに提供されます。

今回、青年部のメンバーの方からお声掛けいただき社協氷上支所の職員も種まき作業に参加させていただきました。メンバーの皆さんはチームに分かれ地域の皆さん、子ども食堂、イベント販売用等とたくさんの種を植えられました。

今後は、秋に収穫した一部を社協を通じ、子ども食堂へ贈られます。子どもたちの素敵な笑顔を見られる日が今から楽しみです。

『丹波つながり子ども食堂』オープン!



氷上地域に新たな子ども食堂『丹波つながり子ども食堂』がオープンしました。

初回はお弁当の配布を実施され、初回にも関わらずお弁当の申し込みはなんと70食!お弁当の他にも焼き菓子とフルーツのデザートもセットになった素敵なお弁当でした。

準備にはボランティアメンバーのほか、近所の方や子どもたちもお手伝いで参加し、和やかな雰囲気でした。また、地域の飲食店から食品の提供もあり様々な方が関わり運営されていました。

ホームページやLINEを活用し、情報発信もされていますので、是非のぞいてみてくださいね。

次回の開催も楽しみです。早くみんなで食事ができるといいですね。



WEB



LINE



けんこう “健口づくり”はじめませんか

歯がグラグラする

酒・タバコを
嗜たしなんでいた



歯の調子が悪く
食欲が出ない

孫から口が
臭いと言われた

歯磨きが
面倒くさい

口腔ケアの必要性

- ①口腔ケアはお口の中を清潔に保ち、お口の健康を維持・増進させます。虫歯や歯周病を予防し、噛む力や飲み込む力を向上させます。
- ②お口の健康は体の健康にも影響します。食物は胃へ、空気は肺へという体の機能が加齢等により低下すると、誤嚥による肺炎等につながります。
- ③お口の周りのトレーニングは舌や唇を含めた筋力を向上させ、嚥下障害等の予防につながります。

※嚥下（えんげ）・・・お口の中のものを飲み込み、食道から胃へ送ること

※誤嚥（ごえん）・・・食物などが気管に入ってしまうこと

お口のケア方法 例えば・・・

【歯のある方や義歯の方】

- 歯磨き
- 歯間ブラシなどによる清掃

【歯のない方】

- うがい
- 舌ブラシや粘膜用ブラシによる、舌と粘膜の清掃

【お口の体操】

- お口の元気アップ体操（いきいき百歳体操で取り組まれている体操）
- あいうべ体操
- 早口ことば など

※医師から指導を受けることも大切です

社協での口腔ケアへの取り組み

デイサービスセンター（通所介護事業所）では、職員に口腔ケア研修を行い、ご利用者にお口の体操を勧め、食後の歯磨きを実施しています。

また、市や県が推進する口腔ケア啓発への協力として、各地域のふれあい・いきいきサロン等に「口腔ケア推進 DVD」を貸し出します。ご希望の方は、丹波市社協各支所までご連絡ください。

大事なことは...

- * 歯に気になることがなくても、定期的に歯科医院を受診し、予防的指導を受けましょう。
- * 歯科医院への通院が難しい方は、ご自宅への往診が可能かどうかを、かかりつけの歯科医に相談しましょう。



親子ふれあい交流会を開催しました!

7月2日(金)



Oyako yoga

～親子でヨガを楽しもう!!～

講師の別納真紀さんに、ママの身体をほぐし、子どもと一緒に楽しむ『親子ヨガ』を教えてくださいました。

授乳や抱っこで、肩こりや腰痛などガチガチになっているママたちの体。子どもとのスキンシップの大切さと身体を動かす楽しさを感じながら、リフレッシュすることができました。

子どもに笑顔で触れたり声をかけたり…優しい穏やかな時間をすごしました。



講師：別納 真紀さん



輪になって行いました!



ママと一緒にポーズ! できたよ!



お膝のシーソー、楽しいなあ★

協力会員募集しています!

子育てを支援して下さる方! 登録してみませんか?

子どもの預かり、習い事の送迎、こども園、アフタースクールのお迎え等、子育ての支援をして下さる方を『協力会員』と呼びます。

子育てが終わり、一段落されている方、手の空いている時間を使って協力いただける方等、子育てに関心のある方、登録お待ちしております!! (活動するには会員登録が必要です。)

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

施設入所や病院入院中でも契約することはできますか?

こたえ

A

近いうちに退所・退院のめどがあり、退所・退院後、在宅生活を始める予定がある方は、入所・入院中から契約できます。

こんなときは?

Q

契約は、身寄り(親族など)がいても可能ですか?

こたえ

A

この事業の契約は、ご本人と社会福祉協議会の契約になります。親族など身寄りのある方でも利用は可能ですが、ご本人の代わりに家族などが契約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)



善意のともいっ

(令和3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
 柏原町南多田 松下 恒雄 様 100,000円



松下恒雄様



【物品預託】

氷上町氷上 大伸急行有限会社 様 紙おむつL1箱 パンツ用パッド8箱
 尿取りパッド1箱
 京都市下京区 株式会社わかさ生活 様 食べる小魚「毎日たべなさい!」
 30g×45袋 子ども食堂へ

柏原支所受付分

【金銭預託】

匿名 様 12,788円 会の解散による預託

【物品預託】

柏原町 匿名 様 玄米30kg
 柏原 勝部 慶子 様 かぼちゃ、じゃがいも

氷上支所受付分

【金銭預託】

横田 足立 道彦 様 福祉のため(2回)
 沼 明昌あすなる会 様 福祉のため(2回)
 常楽 カラオケ喫茶歌今翔 様 福祉のため

【物品預託】

石生 岡 耕三 様 もち米30kg 西部デイサービスセンターへ
 成松 川口 壽美代 様 キャベツ22.6kg 子ども食堂 ほかへ
 匿名 様 お手玉33個 西部デイサービスセンターへ

青垣支所受付分

【金銭預託】

青垣町 青垣町林業研究会 様 29,228円 福祉のため

【物品預託】

松倉 足立 利夫 様 紙おむつ8袋、紙パッド24袋
 佐治 愛宕町荒神町サロン 様 手作り雑巾25枚
 青垣町 匿名 様 使用済切手523枚
 青垣町 匿名 様 紙おむつ1袋、紙パッド3袋

春日支所受付分

【金銭預託】

平松 畑 芳一 様 100,000円 亡父勇雄様の供養のため
 匿名 様 100,000円 亡父の供養のため

【物品預託】

平松 滝本 幹雄 様 新玉ねぎ24kg、さやエンドウ豆8kg、赤玉ねぎ50kg、
 玉ねぎ25kg、メークイン50kg、男爵イモ15kg
 古河 匿名 様 梅10kg
 匿名 様 キャベツ20kg、ジャガイモ13kg
 匿名 様 キャベツ35kg

山南支所受付分

【金銭預託】

冒険投資家 岡崎 健一 様 10,000円(2回)

【物品預託】

奥 篠倉 弘耀 様 使用済切手200枚
 谷川 赤永 一子 様 手編みベスト20着
 山南ライオンズクラブ 匿名 様 使用済切手1,785枚
 匿名 様 使用済切手1,500枚
 匿名 様 玄米30kg

市島支所受付分

【金銭預託】

氷上通友会 様 10,758円 氷上通友会解散による預託

【物品預託】

上垣 吉見 孝子 様 ポーチ18個・うで抜き4個・調理用キャップ1個
 新道具 匿名 様 文房具
 匿名 様 使用済切手340枚
 匿名 様 使用済切手1,015枚

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)
 ◎ 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27日(火)	7月14日(水)
青垣支所	8月10日(火)	7月28日(水)
春日支所	8月24日(火)	8月11日(水)
山南支所	9月14日(火)	9月1日(水)
市島支所	9月28日(火)	9月15日(水)

心配ごと相談日

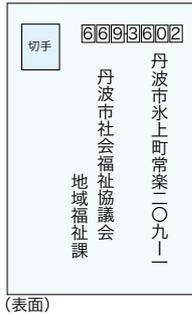
相談時間:午後1時30分～午後3時(予約不要)
 ◎ 地域の民生委員・児童委員による相談です。

開催場所	相談日
市島支所	8月5日(木)
氷上支所	8月16日(月)
柏原支所	8月18日(水)
青垣支所	9月1日(水)
山南支所	9月6日(月)
春日支所	9月17日(金)

みんなのひろば 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。
 右記の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～C)
 ② 今年の夏に挑戦したいことや
 行いたいことを教えてください
 ③ 住所・名前・年齢・
 ペンネーム



問.地域支えあい推進員が進める9月に行う生活支援ボランティア講座は何か?

- A. ボランティア応援隊
- B. 暮らし応援隊
- C. 暮らし支え隊

応募締切
8月31日
 (消印有効)

5月号のクイズの答え
 今年度、丹波市社協が新たに行うプロジェクトは?

A. コロナに負けるな! 応援プロジェクトです。

いつもたくさんのお便り
 ありがとうございます



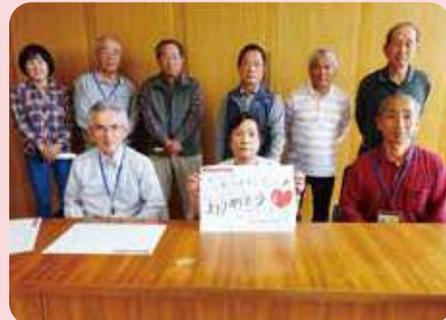


コロナ禍だからこそ 伝えたい! 感謝と応援の 気持ち♡



「ありがとうメッセージ」
応募受付中!
↓ ご応募はこちら ↓
Eメール vc@tambawel.jp

※郵送は〒669-3602
丹波市氷上町常楽 209-1
FAXは82-4519まで



百歳体操
サポーターさんありがとう!
いつも元気をもらいます。
おしゃべりもできます。
百歳めざして頑張ろう!



よりそい・うけとめ・ほっとかへん
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

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。