



よりそい うけとめ ほつとがへん まっかげづくりサポーター

丹波市社会福祉協議会  
地域支えあい通信  
春日支所 74-0477  
ふくサポ 74-0294

# ふくしのお便り

2022. 6月

地域の  
つなぎ役！

お世話になります(^\_^) 令和4年度の福祉委員さん！

令和4年度第1回福祉委員会を開催しました。福祉委員の役割や地域福祉の現状、社協事業、年間予定、自治会やサロンなどで申請いただける事業のなど、たくさんの情報をお伝えしました。福祉の情報を自治会につないでいただくことも、福祉委員さんの役割の一つです。みなさん、よろしくお願いいたします！



後半は、ひきこもりに関する研修会を行いました。「ひきこもる心の理解と地域でできること」と題して、ひきこもる方の状況や、当事者だった方からお話を聞きました。地域でできることは「まずあいさつと世間話から」ということ、ひきこもっておられるご本人も苦しいお気持ちだということ、地域の中の雑談は、「地域の一人として認められた」と感じるなど、励ましよりも共感や寄り添う気持ちで接してほしいとお話でした。人とのつながりはあいさつから…この研修会をきっかけに、踏み込みすぎない声かけについて学ぶことができました。

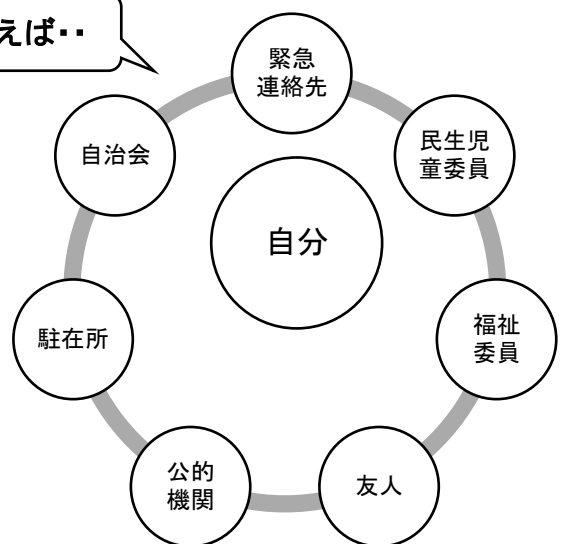
講師：株式会社ネクステ 大槻 真也 氏  
NPO法人「結」 渡辺 聖史 氏

福祉委員さんは、自治会にご選任いただき、社協会長が委嘱をしています。（春日地域で50名）身近な範囲の見守り、声かけ、サロンやいきいき百歳体操への参加、自治会行事への参加、社協事業への協力をお願いしています。

## 「普段から・・・何かあった時・・・ 連絡先を整理・確認してみましょう」

- 今はスマホがあり、電話番号を覚えなくても生活できるようになりました。反対に、「スマホがないとどこの連絡先も分からない」という方も多いのではないのでしょうか。
- 普段の生活から何か緊急のことが起こった時、どこに連絡したら良いのか確認してみませんか？分かっているつもりでも、「何番やったか忘れた」ということがあるかもしれません(;-;-)
- 書いたものがあるとパッと見やすいです。ご家族、普段連絡を取る友人、自治会、民生児童委員さんなど。普段の生活の電話帳みたいなイメージです。見えるところに貼っておくとさらに実用的になりますね。

例えば・・・



他にも・・・

ケアマネ、デイサービス、かかりつけ医など。普段の生活に関係するところが大切です。

～地域の相談窓口～ よろずおせっかい相談所(支援センター・相談所・つなぎ)があります！  
★心配なこと、気になることなど、誰かに聞いてほしい・・・社協の窓口やお電話でも大丈夫です。

・社協春日支所 74-0477  
・ふだんのくらしサポートセンター  
・よろずおせっかい支縁センター 74-0294

## ふれあいいきいきサロンの効果とは？

出張ふくし教室で下野村のサロンへ行ってきました。内容は、東部地域包括支援センターから「介護保険の話」、社協春日支所から「介護予防の体操」を行いました。介護保険の話では、多くの質問がありました。サロンの効果として、情報が集まるというものがあります。同年代の方が集まると、「良いサービスがあるよ」とか「〇〇に行ってきたよ」といった同年代に必要な情報が集まり、広がっていきます。サロンって大切ですね。



ちーたん体操



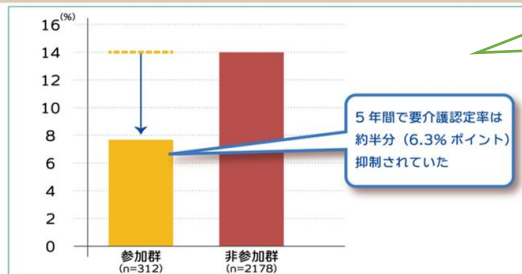
介護予防体操



介護保険の話

サロン参加群で要介護認定率が低い  
～5年間の追跡した結果～

2007年から2012年までの5年間の要介護認定率を参加群と非参加群で比較した



5年間のコホートデータを使用。約2400人を解析した結果。  
Hikichi H., Kondo N., Kondo K., et al. (2019) Journal of Epidemiology and Community Health (doi: 10.1136/jech-2014-205345)

サロンに参加している方は要介護認定率が低いという調査結果があります。

他地域のサロンでは、開催時間の短縮や、お弁当は持って帰るなど、コロナに対応しながら再開されているようです。

## 地域に学ぶ！トライやるウィーク！

トライやるウィーク(職業体験)に春日中学校2年生3名の生徒が来てくれました。社協の事業は、地域の方と一緒に行動することが多いため、地域の活動や関わっておられる方々から学ぼうと、色々な団体を訪問しました。お願いするとみなさん快く話してくださいました。ご準備いただきありがとうございました。

訪問したところ: 鹿場自治会いきいき百歳体操さん、春日部地区自治協議会さん、黒井地区自治協議会さん、朗読ボランティアひまわり会さん、チャレンジスペースさん、友愛こぶしさん

社協春日支所より: 社協事業の紹介と資料作り、各事業所の紹介(訪問入浴サービスセンター、東部居宅支援事業所、相談支援事業所、東部地域包括支援センター)



こども新聞を吹き込みました。



自治協議会って何しているところ？