



あおがきほつと通信

2022年

11月発行



丹波市社協スローガン ~ よりそい うけとめ ほつとかへん ~



「出張ふくし教室」を開催しませんか。

自治会等で「出張ふくし教室」の開催を福祉委員様にご依頼しています。福祉に関するいろいろな事を学びながら、教え合いながら、様々な情報を知ったり日々の生活での困りごとなどを話し合ったりしましょう。

たとえば・・・

- ☆フレイル(虚弱)の予防について
- ☆認知症について
- ☆地域での支えあいや見守りについて
- ☆車いすやアイマスクの体験
- ☆助け合いゲームで地域を知ろう
- ☆介護保険について
- その他、地域での課題など



自治会、サロン、ボランティア、老人クラブなど楽しく学んだり話したりしましょう。

開催方法は、日時・場所・だいたい的人数を社協にお伝えください。(土・日、夜も対応しています。)

3日ほど開催日の候補を教えてください。お申込みいただく方と調整させていただきます。内容については、「おまかせ」いただくこともできます。申し込みをいただく方とお話し(主に電話等)して打合せをさせていただきます。

近い人とのつながりや見守りだけでなく見守られることの大切さなど、話し合いの中から再確認できればと思います。ぜひ、ご検討ください。お待ちしております。



誰でもできる見守り活動 (意識的に見守る)のヒント

これから寒くなり、夏場のように出歩くことが少なくなります。出かける時は、意識的に見守ることで安心できる地域になります。

日常生活の中で、さりげなく気にとめる



- 新聞や郵便物がたまっていないか
- 夜に明かりがついているか
- 洗濯物が出しっぱなしになっていないか
- 出会った時のあいさつ、声かけ

(令和4年福祉委員の手引きより)

いつもと様子が違うなど、気になる場合は社協までご連絡ください。☎87-0084

地域の福祉活動をご紹介します



出張ふくし教室

愛宕町・荒神町自治会サロン



10月5日、愛宕町荒神町自治会サロンにお呼びいただき、社協からフレイル予防のお話しと介護予防ゲームをして楽しみました。午前中の開催だったので、最後は口腔体操も行いました。今回、ご紹介したゲームを

「普段のサロンの中で自分たちもやってみます」

という感想をいただきました。



イイね!ポイント!

.....
サロンでできることを考えて工夫されています!

支えあい推進会議

芦田支えあい推進会議



10月1日、今年度3回目の芦田支えあい推進会議をされました。昨年度から話し合いを進めている中で出てきた地域の課題を今後、支えあい・つながりの取り組み等につなげていかれる予定です。

イイね!ポイント!

.....
会議メンバーは地域の事をよく知る方（ボランティア、民生委員児童委員、福祉委員、自治会の役員、社協等）で、各々の視点からお話しをされています。

知っってけ?
福祉の〇〇

11月11日「介護の日」



皆さんは、「介護の日」をご存じですか？

厚生労働省が、介護について理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者・家族を支援し、地域社会における支えあいや交流を促進し、国民への啓発を実施するための日として、「11月11日」を「介護の日」と決めました。

皆さんの周りでも介護が身近になりつつあるのではないのでしょうか。

「介護の日」をきっかけに、あなたも介護について考えてみませんか？



- ・家族・自分に介護が必要になった時が心配。
- ・介護の話を誰かに聞いてほしい・・・

等あれば、社協にご相談ください。

【ご連絡先】 丹波市社会福祉協議会青垣支所

〒669-3811 丹波市青垣町佐治 399-1 電話 87-0084 FAX 87-4701

よろずおせっかい相談所

心配なことがあれば、
気軽にご相談くださいね!