



# ふくしのお便り

2022. 12月

地域の情報を伝える！ & 声かけもできる！

## メッセージャーボランティアについて学ぼう！

丹波市でも少子高齢化やコロナ禍で、地域のつながりづくりが難しくなり、地域と疎遠になる人が増えています。

「隣近所の助けあい、支えあいが大事って分かるけど・・・」「声かけてどうするの？用事がないと行きにくい」声かけは簡単そうで難しい・・・

「この前聞いた地域の予定、知ってはるやろか？」情報は、届いてほしい人には届いていない・・・

社会的孤立を防ぎ、誰もが住み慣れた地域で、自分らしい生活を送るためには、地域の互助の力が必要です。自身の地域を見直し、つながりを考える機会にしたいと思っています。また、今後は活動のきっかけになるような定例会も計画しています。

みなさんの参加をお待ちしています。



事前に申し込みください。  
(当日参加もOKです)

日時：令和5年1月25日(水)  
午後1時半から3時まで  
場所：春日福祉センター  
(春日町黒井1500)  
申込先 丹波市社協春日支所  
74-0477  
講師：あそびの工房もくもく屋  
田川 雅規 氏

### メッセージャーボランティア？

- ★地域の情報を伝える！  
(声で伝えると効果的です)
- ★声かけのきっかけになる！  
(用事があると声をかけやすいかも・・・)

メッセージャーボランティアは、両方の役割を合わせたボランティア活動です。

## 生活支援ボランティア（在宅生活を支援するボランティア） 活動紹介

生活支援ボランティアは、在宅生活を支援するボランティア活動です。今回は、お一人暮らしの方のご自宅の片付けを行いました。

近所の方5名が主体となり、ご自宅周辺の整備、資源ごみの仕分けなど、近所の方だからできる声かけもされていました。

困った時に助けあう関係がとても印象的でした。公的サービスの対象外の方もご相談ください。



～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

## 地域のつどいの場

# 国領ふるさとカフェ



国領地区自治協議会では、「住民同士の交流を深めたい」「地区の拠点を活用したい」との思いでカフェを催されました。パンやお花、しめ縄の販売もあり、多くの方が楽しまれました。



社協はカフェ支援(出前カフェ)、東部地域包括支援センターは地域の保健室(健康相談)として参加しました。「たくさんの人が集まれてよかった」「また来たい」という嬉しい声も聞けました。今後もこのような集まりが地域の方の憩いや相談の場になれば良いと思います。

つどいの場については、気軽にご相談ください(^^♪  
次回の国領ふるさとカフェの開催は2月の予定です。



## 地域の相談窓口 よろずおせっかい相談所 つなぎ

- よろずおせっかい相談所つなぎは、みなさんの身近な相談窓口です。国領地区では自治協議会と自治会ごとに設置されています。相談内容によって関係機関に繋がります。相談内容は厳守されます。
- お問い合わせは社協春日支所まで。(74-0477)



## ふれあい・いきいきサロン活動紹介 ~小多利~



小多利のサロンが久しぶりに再開されました！！社協と東部地域包括支援センターが介護予防と認知症の話、レクリエーションを行いました。「開催出来てよかった」「楽しかった」と久しぶりのつどいの場を喜ぶ声が聞けました。サロンは笑い声があふれる楽しい場所です。引き続きみなさんが楽しく活動が続けられるようにお手伝いをしていきたいと思いました。

## ボランティアグループ めだかの会 ~年賀状作成~

毎年、暑中見舞いと年賀状を一人暮らしの高齢者の方に発送する事業を行っています。そのハガキの作成をされているボランティアグループがめだかの会さんです。いつも手書きで温かみのあるハガキを作られ、お礼のお手紙を頂くこともあります。丹波市の高齢化率は11月末で約35%です。一人暮らしの方や高齢者世帯が増加してくると思われまます。ますます支え合いが大切になってきますね。

