

# 社協西部支所ぷちホッと通信

令和7年  
2月号  
vol. 66

## 2月も話し合うことで少しずつ！



**記入例 さちよあんしんカード** 記入年月日：令和7年 1月 1日

宇山地区の全元親睦会連「ほっこりさちよサポート会」では、安心・安全に暮らせる地域を目指し、もしもの時に家族や知人などに連絡が出来ることを目的に「さちよあんしんカード」を作成しました。同地区の全員の家族や知人のみ以外で緊急時に連絡する人の連絡先を記入して各家庭に届けて下さい。

【同居の方の情報】 住所：水上市榎山〇〇番地

名前	生年月日	緊急時に連絡のとれる電話番号	持病・アレルギー	その他重要情報
丹波 一雄	1959.2.5	(携帯電話) 090-1111-1111 (宅用) 0795-72-1234	糖尿病	かかりつけ医：丹波クリニック
丹波 幸枝	1957.7.28	(携帯電話) 090-2222-2222 (宅用) 0795-74-1234	高血圧	高血圧薬服用 お薬手帳は、食器棚の奥の中の引出しにあります
丹波 和彦	1984.5.25	(携帯電話) 080-3333-3333 (宅用) 0795-87-1234		
丹波 理恵	1983.6.14	(携帯電話) 080-5555-5555 (宅用) 0795-82-1234		
丹波 健太	2012.3.6	(携帯電話)	アレルギー	

【上記以外の方の情報】 ※同居の方がないもしくは緊急時に同居の方と連絡がとれない場合に連絡する方の情報を記入してください。

優先順位	名前	関係性	緊急時に連絡のとれる電話番号	住所	備考
①	丹波 健二	一雄の弟	(携帯電話) 090-6666-6666 (宅用) 0795-85-1234	丹波市榎町〇〇番地	
②	北村 立子	和彦の姉	(携帯電話) 080-7777-7777 (宅用) 078-228-1234	大飯郡新市〇〇番地	
③	堀北 俊和	幸枝の兄	(携帯電話) 090-8888-8888 (宅用) 0773-22-1234	京都府福知山市〇〇番地	

— ほっこりさちよサポート会議 —



### 2月14日 中央地区「和」サポート会議

今年度、認知症になっても安心して暮らせる中央地区を目指し、話し合いを進めて来られました。

認知症について学びの機会を設けたり、認知症の支援、啓発のイメージカラーであるオレンジ色をモチーフにした花を植えたり、介護予防や社会参加のきっかけにeスポーツでの交流機会などを計画されています。



### 2月17日 つながろうぬぬぎ会議

昨年度より、高齢者宅などを自治会長、民生委員、児童委員等と子どもたちが一緒に訪問し、声掛けや困りごとの聞き取りなどを行う活動に向けて話し合いを進めておられます。

### 2月19日 ほっこりさちよサポート会議

今年度、災害や急病などのもしも！に備え、救急隊や警察などに必要な情報を伝え病院や家族に迅速につなぐことを目的に「さちよあんしんカード」に取り組まれています。

## 「備える」を日常に！



1月18日に沼貫地域で地域防災研修会を実施されました。丹波市役所くらしの安全課と JDA - DAT 兵庫県栄養士会を講師に招き、日常でも使えるバッククッキングを学び実践しました。

少量の水や調味料を材料と一緒に袋に入れて熱湯につけて置いておくと、おいしいおかゆやおかずの出来上がり！！

また、防災のお話では『防災とはその時のために備えるのではなく、普段使っているモノをスムーズに持ち出せるように備えることが大切』という事を教えて頂きました。



最後に阪神淡路大震災で被災された方からお話いただき、普段から備えることとお互いを思いやることの大切さを改めて感じました。





# ふくしの心が広がっています！



令和7年1月はたくさんのふくし学習にうかがいました！

一生懸命に学ぶ子どもたちの姿勢を見て、とても頼もしい気持ちになります☆彡

## 西小学校4年生

車いす体験をしました！普段何気なく使っている体育館でも、車いすに乗ってみると活動しづらい場所があったり、怖いと感じる場所があるという気づきがありました。



悪路はみんなの力を合わせて

## 西小学校5年生

エルダートライ（高齢者疑似体験）をしました！手の感覚が鈍くなったり、足や腰が重くなったり、どんな困り事があるか、どんなお手伝いができるか考えながら体験ができました。



手袋をして、おはじきを上手につまめるかな

車いす体験は4人1組で行います。

## 東小学校4年生

車いす体験をしました！車いすの介助は、後ろから押す介助はもちろん、サイドからのサポートもとても重要という気づきがありました。



あと何段！と声を掛けて

## 東小学校3年生

アイマスク・白杖体験をしました！「目の見えない人への道や場所の説明が難しかった」「介助の重要さと大切さが分かった」という感想がありました。また生活の中にあるバリアフリーについても学びました。



段差はティッピングバーを踏んで

# 今、あなたの力が必要です！

くらし応援隊養成講座の受講者を募集しています！

くらし応援隊とは、高齢者が住み慣れた地域（自宅）で安心して生活を持続けるためにお部屋の掃除や買い物、ゴミ出し等の生活の困りごとを支援する有償ボランティアです。1時間当たり600円の活動報酬などがあります。

今年度、最後の講座を3月19日（水）、21日（金）に柏原住民センターで開催します。講座の詳細や申し込み方法などは、二次元コードよりご確認ください。みなさんのご参加をお待ちしています！

くらし応援隊活動の様子👉



詳細はこちら→



お問い合わせ

丹波市社会福祉協議会西部支所 Tel 82-4613 Fax 82-4755