

# あ お が き ほ っ と 通 信



2025年

9月発行

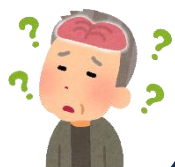


～ 丹波市社協スローガン ～ よりそい うけとめ ほっとかへん ～



今年も青垣中学校生徒さんに呼びかけ、夏休み中にできるボランティア活動として「青垣手話サークルもみじ」「朗読ボランティアりんどう」の活動に参加させていただきました。聴覚障がい者の生活の不便さを手話で学び、また視覚障がい者に送る朗読CDへの吹き込み体験など、普段の生活ではなかなかできない体験ができました。活動後は部活動の話など中学校生活についてサークルの皆さんとの交流が図れました。

9月21日は認知症の日  
(世界アルツハイマーデー)  
“あなたの地域で  
認知症とともに  
いきいきと暮らす”



2025年 テーマ



青垣地域に認知症カフェが立ち上がりました！！気軽に立ち寄ってほしいという願いからその名も「よってき亭」(^)/次回は9月12日(金)10時～12時。場所:佐治来楽館

参加費:300円

専門のスタッフが  
相談に乗ります。



## ボランティアグループ カザグルマの会



活動紹介:

今回は、カザグルマの会が去年より始められた「草刈りボランティア」に同行しました。とても暑い日でしたが、朝早くに集合し30分ほどで家の周りの草刈りを綺麗に仕上げられました。草刈りの対象は、高齢の一人暮らしまたはご夫婦、障がいをお持ちの高齢の方で、家の周り限定の草刈りになります。(ご期待に沿えない可能性もあります。)一度、社協職員が現地を確認後、ボランティアさんにつないでいます。草刈りのご希望は、社協青垣分室(87-0084)までお問い合わせください。

## くらし応援隊養成講座 受講者募集！！

とくに青垣は人手が  
足りていません。



くらし応援隊とは、高齢者が安心して住み慣れた地域(自宅)で生活を続けるためにお部屋の掃除や買い物・ゴミ出し等のお困りごとを支援する有償ボランティアです。

1時間600円の活動報酬があります。講座受講後に活動できます。

講座は9月4日、5日10時～16時までの2日間です。

詳しいお問い合わせは社協窓口(87-0084)岡まで。



## 毎年続けることで… 下地自治会出張福祉教室



6月開催の福祉委員会で、「自治会で出張福祉教室を開催していただくよう自治会等とご協議ください」と、福祉委員のみなさんをお願いしております。

下地自治会では昨年から、福祉委員さんの提案と自治会長の協力で、集金常会の始めに出張福祉教室を開催されています。今年も職員が伺い「熱中症について」の話と「簡単な脳トレ」を行いました。

熱中症の話では「大事なことや!」、脳トレでは「思うように手が動かん」など涼しい公民館の中で、集中して聞いて体験いただきました。ぜひ、毎年続けてください。自治会長さん、福祉委員さん、ありがとうございました。



## あなたの自治会で出張福祉教室・出張介護教室、開催しませんか？

出張教室は、高齢になっても自分の力で生活できるように、フレイル予防に気を付けるきっかけや、介護保険を使いたいけれど、どこにどう聞けばいいのかわからない、ご近所同士のつながりの大切さ、認知症について、頭と体を鍛えるなど、「ふくし」について楽しく学び、ためになる教室です。

自治会やサロン、ボランティア団体、敬老会や各種グループでの学びの会などで活用できます。

ぜひ一度ご検討ください。申し込みは、社協西部支所青垣分室 ☎87-0084まで。

お気軽にお問い合わせください！



## 力作！暑中見舞いハガキ

社協では、75歳以上のひとり暮らしの方へ暑中見舞いハガキを送っています。

8月号でハガキに押す消しゴムハンコ作りの様子をお伝えしましたが、今回は青垣

中学校生徒のみなさんに書いていただいたハガキを紹介します。

「丹波市総体が終わり、丹有大会に向けて頑張っている」、「受験生で勉強を頑張っている」、「コンクールに向けて頑張っている」など、普段の学生生活や目標などを書いてくれています。

ハガキに書かれた文字からは、学生生活での生き生きとした息吹が聞こえてくるような、見ているだけで心が躍るような文章が書かれています。

若い力を感じられるハガキをお受け取りください！



### 【ご連絡先】

丹波市社会福祉協議会 西部支所青垣分室

87-0084

〒669-3811 丹波市青垣町佐治 114(青垣住民センター内)



### 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！