

輪っしょい!! ボランティア

ボランティア・市民活動センター

本部・一宮 72-8787・72-2211

山崎 62-5530 波賀 75-3631

千種 76-3390



ぼらんちゃん

9/10(水) これからも健康で
ボランティアを続けるために!

宍粟市ボランティアのつどい

宍粟市ボランティア連絡会では市内で活躍するボランティア同士の交流を目的に、『宍粟市ボランティアのつどい』を開催します。

みなさんぜひご参加ください

講師 福田 昌弘 先生(宍粟総合病院)

内容 ・宍粟市の医療現場の現状
・これからも長くボランティア活動を
続けるための健康講話

日時 9月10日(水)

午後1時30分～午後3時30分

会場 センターちくさ(千種町千草)

対象 宍粟市ボランティア連絡会会員
宍粟市ボランティアセンター登録者
▼お問い合わせ:各支部

ホストファミリーのみなさん ありがとう

第59回

こどもホームステイ事業

7月25日(金)～29日(火)



ホストファミリーと川遊び

児童養護施設で暮らすこどもたちに家庭的な雰囲気
を体験してもらうため毎年実施しているこどもホーム
ステイ事業。

今年は姫路市とたつの市にある5施設のこどもたち
71名が、宍粟市内62組のホストファミリーのご家庭で
楽しい4泊5日を過ごしました。

7月29日(火)宍粟市役所で行われた歓送式において、次
の方々にのじぎく賞や感謝状が贈呈されました。(敬称略)

○のじぎく賞(5回受入れ)

松下 弥生(千種)

○宍粟市社会福祉協議会長感謝(10回受入れ)

鈴木 正義・千香子(山崎) 矢野 賢一・律子 (山崎)

寺田 澄人・昭子 (一宮) 中山 龍尚・由香里(一宮)

スポットライト

キラリかがやくボランティアの輪

このコーナーは、地域で輝いてボランティアをされている方にスポットライトを
あて、活動をはじめめるキッカケや活動を通じて感じた思いを語っていただきます。

★ 早川さんがボランティア活動をはじめたきっかけは??

昭和54年4月に生活改善グループとして野菜作りや
料理活動を始めたのが最初。その後、昭和61年に「小
野ボランティア」を結成。何か役に立つことを…とメン
バーそのまま調理ボランティアをはじめたんがきっか
けかな。

他にもお手紙ボランティア活動を約15年してまし
たね。趣味のお琴をずっと続けてますが、声がかかれば施
設訪問したり、お達者クラブにも行ったことがあるで。
手紙書いとったときも相手の方から電話がかかって
きたり、お手紙をもらったり、またお琴を演奏して涙流し
て聞いてくださったり、とても喜んでもらっていると思っ
たとき、やっとなつてよかったなあと思います。

今日まで続けてこれたんは、仲間がいたから。「み
んなとつながろう」という気持ちでいるというのは大
きいなあ。これからもできるだけ続けて、人とつながっ
ていこうと思ってます。

今回は調理ボランティアグループ「小
野ボランティア」で活躍されているボラン
ティアさんです。

はやかわ つねこ

早川 恒子さん(82歳) 波賀町小野



いんぷおめーしょん

“いんぷおめーしょん”は、市内の福祉情報を紹介するコーナーです。福祉関係者のみなさん、紹介したい行事等がありましたら、社協までご連絡ください。

平成26年度 宍粟市敬老会のお知らせ

やまさき

日時 9月中に各地区または老人クラブ単位にて自治会で実施されます。

会場 各公民館、学校体育館など

内容 式典、演芸、会食など

いちのみや

日時 9月27日(土)

会場 ★一宮南中学校区:午前10時～
神戸小学校体育館

★一宮北中学校区:午前11時～
一宮北中学校体育館

内容 式典、演芸、会食、福引大会

はが

日時 9月25日(木)午前10時～

会場 波賀小学校体育館

内容 式典、演芸、会食、福引大会

ちくさ

日時 9月26日(金)午前11時～

会場 千種小学校体育館

内容 式典、演芸、会食、福引大会

配食サービスの利用料が400円に



300円 → 400円(8月より)

孤立になりがちな高齢者を定期的に訪問する見守り活動と合わせて、食生活の支援を行っている配食サービス。現在、市内で約260人の方にご利用いただいています。

お弁当一食あたりの経費は、前年度の事業経費全体でみると748円程度となっており、これを支える財源は宍粟市からの事業委託金、市民の皆様からお寄せいただく善意銀行預託金や赤い羽根共同募金、そしてご利用者に負担いただく利用料です。

配食サービスの利用料は、平成17年から現在まで300円に据え置いてきましたが、食材料費や燃料費の高騰もあり、今後も経費の増加が予想されます。

引き続き安定した事業を実施するため、利用者も加わる配食サービス運営委員会を開催し社協理事会で議論を重ね、本年8月より利用料の改定を行うことになりました。

7月末までに全てのご利用者の皆様のご自宅へ、本会職員が直接お伺いし、ご説明をさせていただきました。

皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

職員がお聞きします! 宍粟市社協「暮らしの何でも相談所」



あなたの地域に伺います「暮らしの何でも相談所」



「社協ご意見箱」で地域の声をお聞きします

宍粟市社協では、公民館等を拠点として職員が地域に足を運ぶ、出前型のふれあいサロンやお達者クラブ(介護予防普及啓発事業)に取り組んでいます。この開催に合わせ、日常生活の困りごとや介護や子育てなど、様々な福祉課題を受け止める身近な相談窓口として「暮らしの何でも相談所」を開設し、生活支援相談員やコミュニティワーカーが相談を受け付けています。ふれあいサロンやふれあい喫茶などにもお伺いし相談をお聞きします。また、「社協ご意見箱」で地域の声や、社協へのご意見をいただいています。

住みなれた地域でいつまでも暮らし続けていくために、地域の課題や当事者の声に寄り添う支援活動をすすめます。社協だけで解決出来ないことは、各関係機関と連携を図りながら課題解決にあたります。職員派遣の希望があればお気軽にご連絡下さい。

介護の そうだんコーナー

今月のそうだん

父親が一人暮らしをしています。暑くなり、熱中症が心配です。どういった所に気を付けたらよいでしょうか。

Q 父親が一人暮らしをしています。たまに実家に帰ると、閉め切った暑い部屋の中でじっとしています。水分もあまり摂っていない様子です。熱中症にならないようにするためにはどのようなことに気を付けたらよいでしょうか。

A 高齢の方は、体温を調整する能力が低下し、体に熱がたまりやすく、また温度に対する感覚が鈍くなり暑さを自覚しにくくなります

- ・我慢せずクーラーや扇風機を活用しましょう。
- ・衣類は吸水性の良いもの、締め付けのない涼しいものを着用しましょう。
- ・外に出る時は日傘や帽子で日よけ対策をしましょう。

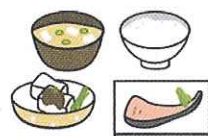


高齢の方は、のどの渇きを感じにくくなり、もとの水分量も低下していますので脱水になりやすく回復しにくくなります

- ・のどが渇いていなくても、定期的に時間を決めて1日1.5L程度の水分補給をしましょう。
- ・汗をかくと体の中の塩分が少なくなるので、水分だけを摂るとかえって体内のバランスが崩れます。塩分を含んだスポーツ飲料や塩あめなどをこまめに摂るのがよいでしょう。
(病気などで水分、塩分制限のある方は医師と相談が必要です)
- ・就寝中も水分は失われます。トイレが近くなるからと水分摂取を控え、寝る前にはコップ一杯の水を飲み、枕元にも飲物を用意しておきましょう。



寝不足やカゼ、食欲の低下などの症状があると熱中症を発症しやすくなります。日頃から体調管理に気をつけましょう。



社協では、介護に関する相談窓口を4つの支部に設けています。
窓口や電話での相談が難しい場合は、ご自宅へ伺いますので、お気軽にご相談ください。

【宍粟市社協はが 介護支援専門員(ケアマネジャー) 岩田江美】

2か月に1回、社協の介護支援専門員による「介護のそうだんコーナー」を連載しています。介護に関する相談や質問をお寄せください。

郵便
または
FAXで

- ・〒671-4137 宍粟市一宮町閨賀300 宍粟市社会福祉協議会
- ・FAX 0790-72-8788

社協理事会だより
第93回(第5期第12回)理事会
日時 7月23日(水)午後1時30分
会場 一宮保健福祉センター
【協議事項】
①平成26年度第一次補正資金収支予算について
②やすらぎ介護センター指定通所介護事業所運営規程の一部改正について
③千種支部結婚相談員の追加選任について
④「ストッパ・ザ・無縁社会」全県キャンペーン平成26年度推進協議会総会への参加について
⑤60歳定年時点での退職予定者の年度別推移と採用計画(案)について
以上のことを協議しました。

宍粟市社協
総合相談のご案内
*結婚相談
日時 9月4日(木)、18日(木)
午後1時30分～4時
会場 宍粟防災センター
お問い合わせ 社協山崎支部
(電話 62-5530)
*介護・福祉相談
月～金曜日
午前8時30分～午後5時30分
相談無料
秘密厳守

暮らしの相談・お困りごとは社協へ！



たくさんの善意 ありがとうございました

善意推進月間の
預託金集計報告

6月に皆様にお願ひしました善意推進月間の預託金は、おかげをもちまして総額4,695,364円という多額の預託金をいただきました。

あたたかいお気持ちを寄せていただきましたことを深く感謝し、心からお礼を申し上げます。ありがとうございました。

平成 26 年度善意推進月間の預託金集計一覧表

自治会名	金額 (円)
西町	10,600
本町	26,216
山田町	17,650
福原町	10,600
北魚町	11,973
寺町	6,300
紺屋町	5,600
伊沢町	9,950
出水町	18,747
富士野町	18,550
鴻ノ町	14,541
旭町	16,122
大歳町	27,020
元山崎	12,000
上寺	28,987
横須	18,000
東横須	20,580
庄能北	40,110
庄能南	24,662
今宿	33,466
中広瀬	19,550
山田	40,584
東鹿沢	15,072
中鹿沢	17,565
本鹿沢	22,861
西鹿沢	59,093
門前	29,433
加生	58,538
御名	40,650
千本屋	40,577
野	27,751
船元	15,000
下広瀬	8,340
中井	18,650
鶴木	44,000
春安	12,100
段	39,445
金谷	54,083
上比地	40,000
中比地	21,651
下比地	20,000

自治会名	金額 (円)
川戸	58,737
宇原	62,285
下宇原	29,100
須賀沢	60,615
出石	12,750
高所	33,600
中	27,032
中さつき	36,000
三谷	21,680
中山	9,825
神谷	51,832
矢原	15,772
岸田	67,388
野々上	34,500
三津	33,100
梯	6,929
五十波	78,961
さつき台	18,700
田井	38,800
与位	71,000
清野	13,880
杉ヶ瀬	23,500
木ノ谷	6,500
生谷	20,762
下町	35,400
宇野	20,091
片山	15,000
下牧谷	30,917
上牧谷	52,600
大谷	5,000
東下野	11,000
中野	45,200
上ノ下	37,214
上ノ上	28,800
小茅野	6,911
葛根	44,250
土万	39,243
塩山	18,400
大沢	21,367
木谷	30,030
市場	19,501

自治会名	金額 (円)
高下	66,602
青木	75,498
塩田	28,850
山崎支部計	2,481,739
曲里	52,600
嵯峨山	22,400
中安積	30,660
三林	18,300
杉田	32,620
西安積	45,400
間賀	34,500
東市場	90,500
須行名	72,300
伊和	86,500
安黒	36,000
嶋田	59,550
下野田	20,000
上野田	21,937
能倉	38,600
福田	29,700
山田	24,000
中坪	20,500
本谷	21,000
福中	15,450
福知	69,450
生栖	41,350
楽里	5,000
西深	36,500
深河谷	21,550
三方町	60,700
森添	8,000
東公文	25,000
西公文	41,832
河原田	32,300
福野	22,800
上岸田	34,000
百千家満	23,500
草木	5,950
千町	13,000
黒原	26,900
井内	7,600

自治会名	金額 (円)
横山	15,800
倉床	20,700
一宮支部計	1,284,449
日見谷	17,900
谷	56,000
小野	36,500
今市	13,300
安賀	40,800
齋木	89,277
有賀	24,500
上野	78,800
水谷	13,950
皆木	36,350
飯見	34,800
野尻	29,000
原有賀	13,501
原	29,400
日ノ原	11,500
音水	5,500
引原	500
鹿伏	14,800
戸倉	4,030
道谷	17,000
波賀支部計	567,408
千草	53,018
岩野辺	47,600
河呂	27,700
河内	31,340
西河内	40,616
奥西山	30,000
西山	9,000
室	21,411
七野	22,500
下河野	23,100
黒土	22,050
中島	11,400
鷹巣	25,900
千種支部計	365,635
全体合計	4,699,231 (10,618 件)

みなさんからお寄せいただいた善意銀行預託金は、社協理事会
で協議し、地域福祉のために有効に活用させていただきます。

読者の
感想より

ひ孫といっしょ、私も元気で沢山の孫に囲まれて幸せな生活を夢みて、その日が来るのを
楽しみに待っています。(山崎町 女性)

こんにちは！
社協です!!

やさしさ♡ありがとう 善意銀行だより

(7/1~7/31受付分)(順不同、敬称は略させていただきます。)

◆金銭預託

☆供養として

一宮町 伊和	福井 悦郎	金一封
一宮町 能倉	東本 和己	金一封
一宮町 生栖	塚本 正樹	金一封
一宮町 東公文	船元 秀美	金一封
一宮町 福中	梶師 芳春	金一封
一宮町 山田	上長 敏宏	金一封
波賀町 安賀	清水 好和	金一封
波賀町 安賀	清水 隆司	30,000 円
波賀町 飯見	岡田 周三	金一封
千種町 鷹巣	森井 譲	金一封

千種町 七野	平瀬 愛子	金一封
千種町 下河野	竹内 咲枝	金一封
千種町 奥西山	門前 トシ子	金一封
千種町 下河野	山根 敏朗	金一封

☆見舞い返し・快気祝いとして

波賀町 原	橋元 利之	金一封
-------	-------	-----

☆地域福祉のために

山崎町 宇原	T. M	金一封
山崎町 青木	山内 富枝	金一封
波賀町 斉木	匿名 1 件	金一封
第 7 回チャリティゴルフ大会参加者一同	16,000 円	
千種町	匿名 1 件	金一封

☆水害時お世話になったお礼

千種町 下河野	山根 富恵	金一封
---------	-------	-----

金銭預託
合計 **620,986 円** あたたかい善意の預託
ありがとうございました。

◆物品預託

☆古切手ほか

山崎町 生谷	前野 徳子
山崎町 高下	衛スズキ建材工業
山崎町 中比地	矢野 元嗣
山崎町 庄能南	山陽自工
山崎町 大歳町	浅野 友子
山崎町 加生	篠田動物病院
山崎町 青木	藤多 圭子
山崎町 宇原	T. M
山崎町 山田	田中 英子
山崎町 今宿	グリーン工務いなぎわ
山崎町 須賀沢	内海 花菜
山崎町 鹿沢	喫茶 さつき
山崎町 土万	志水板金
山崎町 中比地	榎平見窯業
山崎町	匿名 5 件
一宮町 伊和	中野 みさ子
一宮町 三方町	上川 絹枝
一宮町 河原田	下谷
一宮町 関賀	森本 もも

一宮町	匿名 1 件
波賀町 皆木	山根 ちゑ子
波賀町	匿名 2 件
千種町 下河野	山根 キヌエ
千種町	匿名 1 件
穴粟市市民生活部市民課	
穴粟市健康福祉部老年・障害福祉課	
穴粟市健康福祉部社会福祉課	
☆介護用品	
♪紙おむつ	
一宮町 安黒	穂本 建治
♪尿とりパッド	
波賀町 安賀	井口 清照
☆食料品(配食サービスへ)	
♪野菜	
山崎町	匿名 1 件
一宮町	匿名 2 件
波賀町 原	幸福 照夫
千種町	匿名 1 件
♪鮎 100 匹	
大阪府	スポーツニッポン新聞社

♪コーヒーセット

千種町 黒土	阿曾 千鶴子
--------	--------

☆書損じハガキ

一宮町 生栖	井口 久美子
一宮町	匿名 1 件
波賀町	匿名 1 件

☆衣類

波賀町	匿名 1 件
波賀町 戸倉	山根 順子

☆肌着

一宮町	匿名 1 件
-----	--------

☆プルタブ

千種町 下河野	山根 キヌエ
---------	--------

☆シルバーカー

一宮町 安黒	穂本 建治
--------	-------

☆イス

一宮町 安黒	穂本 建治
--------	-------

☆ちくさボランティアまつり景品

千種町 里土	備あすなるサービス
--------	-----------

東日本大震災義援金のご紹介

チェシャーショップ&ギャラリー(木ノ谷)から、お店の募金箱で集まった3,436円を東日本大震災義援金としてお預かりし、岩手県共同募金会に送金しました。

**東日本大震災義援金は引き続き受付けています。
ご協力をお願いします。**

社協賛助会員のご紹介

ご協力ありがとうございました。(受付順、敬称略)

(有)トータル・アシスタンス・サービス(加西市)
東末 嘉津子(能倉)

賛助会員は年間を通じ
受付けています。
ご協力をお願いします。





“おかげさま”の気持ちで

み き あつ こ
三木 厚子 さん(67歳)

う は ら
山崎町 宇原

質問 きれいなアートフラワーですね

三木 アートフラワーの先生にお会いする機会があつて、それがきっかけで習い始めてね。布や皮の生地を使って、花びらや葉のひとつひとつを—から全部作るんですよ。特に皮を染めて材料にするのは大変だね。子ども達の結婚式のブーケも全部(3組分)作ったんですよ。今でも大事に持ってくれてます。



子どもさん達の結婚式にお手製のブーケ

質問 趣味や続けていることをお聞かせください

三木 趣味言うてはあんまりないんですけど…他にはパッチワークくらいやろか。時間もかかるし意外と体力もいるんですよ。あと続けていることは、健康のためにウォーキングしようくらいかな。夏場の暑すぎる日はお休みしますけどね。(笑)



アートフラワーの桜とイチヨウ
花びらや葉が多く大変だったそうです

質問 いつも精力的にボランティア活動をされていますね

三木 配食サービスのお弁当配達は4年くらいになるかな。それと総合病院で病院ボランティアのお手伝いもさせてもらってます。自治会のふれあい喫茶は、婦人会で立ち上げた頃から休まず続けて、もう12年になるかな。みんなに喜んでもらえるのがうれしゅうてね。元気なうちは続けたいですね。

質問 最後に一言お願いします

三木 そうやねえ。何言っても元気じゃないと。健康に気をつけて、迷惑かけないようにしたいですね。“おかげさま”や思て、今までどおり自分にできることがあれば、役に立つことを続けていきたいですね。それから孫の成長を見るのが楽しみやね。今度、その小学生の孫がソフトボールで全国大会に行くんですよ。応援がんばらな!



ふれあい活動スタッフのみなさんと
(8/3 宇原ふれあいの集い会場にて)

三木さんご夫婦は、「こどもホームステイ事業」のホストファミリーとしてもご協力いただき今年で11回目になります。今は、7人いらっしゃるお孫さんの成長が一番の楽しみと、うれしそうに話される三木さん。全国大会の活躍が楽しみです。

(山崎支部 森井裕矢)

宍粟市の福祉指標

(平成26年7月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	H25.7月末 高齢化率
山崎	24,660	6,778	27.5%	26.4%
一宮	9,013	2,868	31.8%	30.6%
波賀	4,061	1,403	34.5%	33.1%
千種	3,213	1,166	36.3%	34.8%
全体	40,947	12,215	29.8%	28.7%

資料は宍粟市市民生活部提供

※この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分金の一部を活用して作成しています。
※当広報紙に掲載している氏名および写真等については、ご本人の承諾を得て掲載しています。

ふくし
パズル
NO.109

□にあてはまる
漢字4文字を
考えてください。

	無	応
難		出

ヒント
復旧活動に
ボランティアが
活躍(P2・3参照)

はがき、FAXで、パズルの答えと住所、氏名、今月号の「こんにちは! 社協です!!」に対する感想を記入し、応募ください。正解者の中から抽選で5名の方に粗品を進呈します。(※切り) 平成26年8月31日

住所 〒671-4137 宍粟市一宮町関賀 300 番地

FAX 0790-72-8788

宛先 宍粟市社協「ふくしパズル」係

7月号の答え「結婚相談」

八木 偉行(山崎)

中村 聖己(波賀)

右の方が当選されました。

正林美千代(山崎)

船曳タツコ(千種)

(敬称略) 丸居スミエ(一宮)