

# こんにちは! 社協です!!

ふれあいネットワーク

2021

10月

No.196



特集

## コロナ禍でがんばるすべての人へ ～社協が取り組む“食の支援”～



「ひ孫といっしょ」のコーナーに登場していただけるモデルさんを募集しています。宍粟市内に住まわれていることが条件です。





宍粟市社会福祉協議会では、「SDG s」の達成に向けて、「食の支援」の取り組みを進めています

誰ひとり  
取り残さない

# コロナ禍でがんばる すべての人へ ～社協が取り組む“食の支援”～

宍粟市社会福祉協議会では、市民や企業、団体から善意銀行に寄付いただいたお米や缶詰などを「思いやりセット」として無料で提供しています。食品ロス削減に寄与することと合わせて、コロナ禍でお困りの方や子育て世帯の方など地域でがんばっているすべての人と直接つながるきっかけとなる取り組みです。



新型コロナウイルスの影響で、地域での支え合いや助け合いの大切さが改めて認識される中で、食の支援もその一つとして取り組んでいます。



**思いやりセットを無料で配布します**

「食の支援」への理解やPRを目的に、「思いやりセット」を無料で配布します。両会場ともに50セット用意し、なくなり次第終了します。

**11月3日(祝)**

○一宮市民協働センター  
「いちのびあ」駐車場  
午前10時～午後2時

※いちのみやふるさとまつりの会場で手渡しします。

**11月21日(日)**

○宍粟市北庁舎駐車場  
午前10時～12時

※「電話」または「QRコード」から申し込みください。  
※ドライブスルー方式です。

問合せ先  
宍粟市社会福祉協議会  
☎72-8787

申込みQRコード

読者の感想より

合掌 ありがとうございます。毎年朝顔を作りますが今年が一番よく、花を楽しんでいます。パラリンピックの聖火が千種のたたらで採火されているとは感動しました。(山崎町)





伊和高校 ボランティア実践

僕たち、私たちに  
出来ること

～難民の子どもたちに服を届けよう!～

このシリーズでは、住民のだれもが「ふだんのくらしのしあわせ(ふくし)」を実現できる地域づくりをめざした取り組みを紹介します。

伊和高校2年生の選択授業「ボランティア実践」で、6名の生徒が子ども服の古着を回収し難民の子どもたちに服を届ける活動に取り組んでいます。

これまでの活動で、目の不自由な方が、子どもやお孫さんに読み聞かせができるように点字絵本をつくり、町内の図書館に届けたり、去年は収集したベルマークで車いすを購入し、社協へ寄贈しました。他にも高齢者施設やこども園などを訪問し、ふれあい活動を行っています。

今年は、コロナ禍でも出来るボランティア活動はないかと考え、ユニクロとGUが行っている「届けよう、服のチカラ」プロジェクトへ参加することにしました。生徒は同年代の子たちが避難生活を送っていることを知り、「自分に出来ることがあるならしたい」とアイデアを出し合い、チラシと服の回収ボックスを作成しました。集まった服は11月末を目途に、世界の難民の子どもたちのもとへ送る予定です。

担当の中塚<sup>なかつか</sup>雅澄先生は「生徒には高校生ならではの視点を大切に、ボランティア活動を通して人を思いやる気持ちを育てほしい」と思いを話されました。

高校生が、自分たちが出来ることを考え、地域に呼びかけるなんてすてきなことだと思いました。

(ボランティアコーディネーター 田中万葉)



作成したチラシと回収ボックスは、一宮北中、一宮南中、波賀中に設置しています

令和3年度歳末たすけあい募金事業

一人親家庭応援  
新入学児童  
ランドセル購入助成事業



令和4年4月に小学校へ入学する子どもさんがおられる一人親家庭等に、ランドセルの購入費の一部を助成します。

**助成申請額** ひとり上限1万5千円

※募金額や申請数、ランドセル購入費等により助成額を決定します。

**対象者** 市内にお住まいの、来春小学校に入学する子どもさんのいる一人親家庭(母子、父子家庭)、又はご両親ともおられないご家庭で、助成を希望される方

**申込期間** 令和3年11月1日(月)～  
令和4年2月14日(月)

**提出書類**

- ①助成申込書
- ②世帯全員が記載された住民票  
または、児童扶養手当証明書(写)
- ③ランドセルの領収書

※申込書は宍粟市社協ホームページでダウンロードできる他、各支部の窓口にあります。

※領収書は、保護者またはお子さんの名前が記入されたものを必ずご提出ください。

**助成金振込** 令和4年2月下旬  
**申し込み** 宍粟市社協本部、各支部



## 男性介護者料理教室 受講生募集!

食べることの大切さを改めて学び参加者同士  
交流しながら楽しく調理をしませんか。

2会場で開催しますのでご都合のよい日に参加  
してください。

と き ①11月17日(水) 13:30~15:00

②11月22日(月) 13:30~15:00

場 所 ①宍粟防災センター

②メイプル福祉センター

内 容 ○栄養士による食の大切さについて学ぶ  
○簡単で栄養のある料理の実践  
○参加者同士の交流

参加費 300円

定 員 各10名

締切り 11月10日(水)

▲問い合わせ:各支部



## おたよりボランティア募集!



~ふれあい郵便  
「あいめ〜る」~

波賀支部では、町内75歳以上ひとり暮らしで希  
望される方へお手紙を届ける「ふれあい郵便“あ  
いめ〜る”」を行っています。現在30名の方が利  
用されています。

ボランティアの皆さんにおたよりを書いていた  
だき、民生委員児童委員の皆さんの協力でお届け  
しています。

現在、このおたよりを書いていただく「おたよ  
りボランティア」を募集しています。ご自宅でも  
できる活動です。ぜひご協力ください。

問い合わせ:波賀支部 ☎75-3631

## 社会福祉士実習で宍粟市の「ふくし」を学ぶ



実習生の二人がそれぞれ実習での「学び」と「気づき」  
を発表

本会では、神戸医療福祉大学(神崎郡)4回生の原田  
陽香さん、神戸学院大学(神戸市)3回生の鞍田未来さ  
んを8月から9月にかけてそれぞれ1ヶ月間「社会福祉  
士実習」で受け入れました。

実習では、コロナ禍ではありましたが、各地域で行わ  
れる活動や本会が行う各種事業に参加し、「地域福祉活  
動」と「ボランティア活動」、そして福祉専門職による  
「個別支援」など、様々な角度から宍粟市内の福祉の取  
り組みを学びました。そして終わりには、本会職員を前  
に実習の学びを発表しました。



はらだ 陽香さん (山崎町)

地域でこんなに多くの活動が  
あるなんて今まで知りませんでした。参加させていただき、居場所  
づくりの大切さ、取り組みへの思  
いを聞き、住民主体の活動に社会福祉協議会が関わ  
る段階や現状が知れました。

今回学んだ“人とのつながり”・“相手の思いを聞くこ  
と”を将来の福祉に繋げていこうと思います。お世話に  
なっただけみなさま、ありがとうございました。



くらた みく  
鞍田未来さん (山崎町)

地域の事業を通して、地域の中  
にあるさまざまな“つながり”を知  
り、地域住民が主体となり地域が  
活性化されていることを学ぶこと  
ができました。また、さまざまな職種の方と関わらせて  
いただく機会を持てたことで、専門職として必要な視  
点を教えていただくことができ、有意義な実習となっ  
たと思います。今回の学びを今後活かしてがんばりた  
いと思います。



# やさしさ♡ありがとう 善意銀行だより

(9/1~9/30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

河野 知子 東市場 金一封

藤原 正樹 上岸田  
西山 進之介 深河谷  
匿名 一宮町  
井口 久好 岩野辺  
匿名 姫路市

### ☆地域福祉のために やまさき文化大学歌謡部

T.M 生谷  
T.M 宇原

金一封 昭和49年卒業山崎高校家政科  
金一封 平成9年同窓会会計 8,900円  
金一封 匿名 宇原 硬貨預託  
☆見舞い返しとして  
金一封 森井 重行 鷹巣  
☆福祉用具のお礼  
金一封 匿名 波賀町

金銭預託  
合計 **418,722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

### ☆切手・古切手

(株)オサキ 三津  
片山 昭悟 金谷  
井上クリニック 御名  
木村 きぬゑ 下町  
前野 徳子 生谷  
手話サロン みたみ  
(有)大畑電機 庄能北  
井口住建 御名  
森下 八重子 門前  
森辻 廣吉 上ノ下  
(株)ハミング 金谷  
森方工業(株) 土万  
志水板金工業(株) 土万

柴山 文子 西公文  
ハラノ農業協同組合みかた営業部 三方  
山本洋品店 福知  
篠原 正治 曲里  
(有)光明 東市場  
(有)勝部重機 有賀  
栃尾商店 上野  
荒尾商店 小野  
阿曾 寅治 黒土  
匿名 8件  
☆未使用・書き損じハガキ  
片山 卓哉 西深  
阿曾 寅治 黒土  
☆ベルマーク・ロータスクーポン  
手話サロン みたみ

村上 輝莉 段  
匿名 5件  
☆プルタブ  
前野 徳子 生谷  
(有)大畑電機 庄能北  
森辻 廣吉 上ノ下  
オアシス 嶋田  
栃尾商店 上野  
匿名 3件  
☆介護用品  
柳川 志都米 元山崎  
伊藤 ちあき 上岸田  
城下 登 上野  
匿名 4件  
☆食料品 (配食サービスへ)  
お米・もち米  
石原 義美 三谷  
匿名 2件  
☆野菜  
金本 健治 閏賀

食のセーフティネット事業へ  
セノワ山崎店  
匿名 1件  
☆花瓶  
清水 ちづ子 西河内  
☆タオル  
匿名 1件  
☆外貨コイン  
片山 卓哉 西深

## 社協賛助会員へのご加入ありがとうございます ございました

前月の掲載以降に加入いただいた方をご紹介します。(敬称略)  
9月30日現在  
内山 泰一 井内

賛助会費は引き続き受付をしております。  
ご協力をよろしくお願いたします。

## ご長寿おめでとうございます



宍粟市内の最高齢者・最高齢夫婦をご紹介します。(R3.9.15現在)

### ○市内最高齢者は…

橋本 たけのさん(106歳)  
〈山崎町下宇原〉

### ○市内男性最高齢者は…

水谷 雄さん(104歳)  
〈山崎町加生〉

### ○市内最高齢ご夫婦は…

福井 一男さん(101歳)  
しづ子さん(96歳)  
〈山崎町大沢〉



みなさんいつまでもお元気で過ごしてください。  
社協では、各町ごとの男女最高齢者、最高齢ご夫婦にお祝い品をお届けしました。

## 義援金募集中

### 令和3年大雨災害義援金(中央共募)

静岡県(7月大雨災害)  
島根県(7月大雨災害・8月大雨災害)  
広島県(7月大雨災害・8月大雨災害)  
青森県・長野県・福岡県・佐賀県・長崎県  
(8月大雨災害)  
長野県(茅野市土石流災害)

宍粟市社協・宍粟市共同募金委員会では、被災された方々を支援することを目的に義援金の受付を行っています。募集期間等詳細は、社協へお問い合わせください。



読者の感想より

いきいきライフの森井さん、すごいね。何事にも負けない人が好きですね。これからも頑張ってください。(山崎町)





## 今年も取り組みます “募金百貨店プロジェクト”

11/1(月)  
～11/30(火)

宍粟市共同募金委員会では、今年も「募金百貨店プロジェクト」に取り組みます。

「募金百貨店プロジェクト」とは、プロジェクトに協力いただく事業所（お店）で、対象となる商品を購入したり、サービスを利用することで、その売り上げの一部が募金となります。ご協力をよろしくお願いいたします。



揚げかきもち1袋  
購入される毎に5円の寄付  
○道の駅みなみ波賀  
○道の駅波賀



入浴大人ひとり利用される毎に2円の寄付  
○フォレストステーション波賀  
○株伊沢の里



## 兵庫県共同募金会から感謝状 “ご協力ありがとうございます”

兵庫県共同募金会より「募金百貨店プロジェクト」と「募金機能付き自販機の設置」にご協力いただいた企業や団体などに感謝状が贈呈されましたのでご紹介いたします。（敬称略）

### 「募金百貨店プロジェクト」

- 宍粟メイプル（株）
  - ・フォレストステーション波賀
  - ・道の駅波賀
  - ・株伊沢の里

### 「募金機能付き自販機の設置」

- 宍粟福祉会さつき園

※ご協力いただける企業や  
店舗・団体を**募集中**です。



宍粟福祉会さつき園

詳しくは  
宍粟市共同募金委員会  
☎72-8787まで

生活福祉資金  
教育支援  
資金

## 低所得者世帯で 教育資金にお悩みの方は ご相談を!

学費の捻出が困難な低所得世帯が対象になります。

また、日本学生支援機構、国の教育ローン、母子父子寡婦福祉資金など他の貸付制度の利用が優先となります。

**就学支度費**  
貸付限度額:  
50万円以内

入学時に必要な費用  
・入学金  
・制服等の購入費用  
・下宿・寮等の  
入居費用 等

**教育支援費**  
貸付限度額:  
高校 3.5万円/月  
短大、高等専門学校  
6万円/月  
大学 6.5万円/月

高校、大学等の  
在学中に必要な費用  
・授業料、教材費  
・修学旅行積立金  
・通学定期代  
・毎月の下宿代、  
寮費 等

※審査・貸付決定までに1か月以上かかります。

問合せ、ご相談は

宍粟市社会福祉協議会 ☎72-8787

## だれもが楽しめるパラスポイベント パラスポーツフェス宍粟 11月13日(土)

時間 10:00▶16:00

会場 波賀B&G海洋センター

プログラム内容:ポッチャ・フライングディスク・風船パレー

パラスポーツフェスは、年齢、障害の有無を問わず誰でも楽しめるように作られた「パラスポーツの運動会」です。みなさんスポーツで会いましょう

お問い合わせ・申し込み

TEL.0790-62-5768(片山)

Mail:Kanta03080724@icloud.com



主催：森のパラスポ実行委員会 後援：宍粟市／神戸新聞社



# 「介護の相談」コーナー

## みんなにやさしい 排泄について



介護をされている方にとっておむつ交換といった「排泄介助」は、とてもデリケートなことなので、お互いに気持ちよく過ごすための工夫をお伝えします。

いつも散歩をされていたAさん、お見かけしないと思いお宅へ訪問すると「動くたびにおしっこが漏れるので外に出たくない。水分も控えている。」と話されました。そこで、薄いパットの使用を勧めたところ、「気にしなくなって良かった」と以前のように散歩をされています。

また、ある介護者の方からは「最近、便が緩くなり、おむつの横から漏れて困っている」との相談を受けました。排泄は食べ物や水分量の影響を受けやすく、健康状態を把握する上でとても重要なことです。高齢になると水分を控えることで脱水や便秘になりやすく、他の病気を引き起こす原因にもなります。

	正常な状態	観察点
尿	1日トータル1,000 ml前後 1回 150～200 mlで個人差あり 淡黄色～淡黄褐色 (一般的に8回/日以上は頻尿)	●汗をたくさんかいた時は濃い色、水分等多く摂った時は薄い色になる ●排尿直後にきつい匂いがする、又、甘い匂いの時は医師にご相談してください
便	1日100～250 g程度 バナナ程度の硬さで、強くいきまなくてもスルッと出る 黄褐色で匂い少ない	●黒い、白い、血が混ざっている時や、コロコロ便、泥状の時は何か体の不調を疑ってください。 ●1週間に3回以下の時は便秘かもしれません。排便時のいきみは血圧上昇に繋がります。

※上記の表はあくまで一般的な目安です。

その方に合う排泄用品を使用することでご本人の意欲につながり、ご家族も介護の軽減になります。

夜間は介護する方、される方のどちらもゆっくり休むことで体力回復をして、日中を活動的に過ごすことを何より大切にしてください。介護に関するご心配などお気軽にご相談ください。

(ヘルパーステーションきた サービス提供責任者 北條みゆき)

暮らしの相談・お困りごとは社協へ！

穴粟市社協

総合相談のご案内

\*結婚相談

日時 11月4日(木)

午後1時30分～4時

会場 穴粟防災センター

お問い合わせ

社協山崎支部

(☎0215530)

\*介護・福祉相談

月～金曜日 各支部窓口  
午前8時30分～午後5時30分

相談無料  
秘密厳守



お気軽に  
アクセスを

※新型コロナ感染拡大状況によっては開設中止になります

### 社協理事会だより

第166回(第9期第3回)理事会

日時 9月28日(火) 午後1時30分

会場 やすらぎ福祉センター

【議事】

① 第三者委員の選任について

② 第4次地域福祉推進計画を進める委員会  
委員の補充選任について

【協議・連絡事項】

① 第2回社協組織検討会議の開催について

② 次回理事会の開催について

③ 上半期監事監査の開催について

以上のことを協議しました。



# いきいきライフ

## ローカル線の楽しい人生を



ほり ひろふみ  
堀 廣文さん(78歳) 山崎町山田



「スキー仲間にマウンテンバイクの面白さも教えてもらたんや。かっこええやろ?」

### いつも笑顔が素敵ですね

堀 心配ごとがないからやな(笑)あぁしたい、こうしたい、といつも夢を持ちながら好きなことをして生きてきたんや。僕の人生はローカル線。戸倉でスキースクールを立ち上げたり、シーズンオフは\*小舞職人をしたり…本線を走らず色々な経験をしてきた。楽しい人生やで。廃線間際やけどな(笑)



斜面を滑走する廣文さん。戸倉スキースクールを経営されていた頃(当時32歳)

### スキーを始められたきっかけを教えてください

堀 もともと波賀におって、スキーはしよったんやけど、22歳の時に「どうしたらもっと上達できるか?」とスキー雑誌の編集部で電話したら、万座スキー学校(群馬県)のアシスタントを紹介されてね。スキー客の対応をしながら厳しい修行をしてプロの資格を取ったんや。スキーを通じて人との出会いもあったな。東京から滑りに来ていた奥さんとも出会えたんや!

### 水彩画も楽しんでおられますね

堀 毎日2時間は描きよるな。10年前、山崎文化協会の作品展を見てすごい人がおるなあ、自分も描いてみたいなあと思ったのがきっかけやな。数学みたいにきちっとした答えがないところが面白い。満足できたと思っても、額に入れてみたり外してみたり…これで満足と思うことはないね。



「描きだしたら止まらないのや」大好きなビールを作品に

### 最後に一言お願いします

堀 なにか一つでも得意なことがあれば自信になる。僕にとって、それはスキーかな。チャンスをしっかり掴んで努力することが大事やな。辛抱せなあかんこともあるけど、厳しければ厳しいほどきれいな花が咲く。人生楽しもう!



出会いの地となった標高1800mの万座温泉スキー場で結婚式。中央で手を取り合う堀さんご夫妻(546.3.6)

「今も毎年45年来の友達とスキーに行くで。銀世界の中で色とりどりのスキーヤーが滑ると、花が咲いたみたいになるんや。我が人生に悔いはなし!」といきいきと話してくださった廣文さん。人生を楽しんでいる姿が素敵ですね。これからもお元気で活躍ください。

\*小舞…壁の下地として縦横に組んだ竹や細木

## 宍粟市の福祉指標 (令和3年9月30日現在)

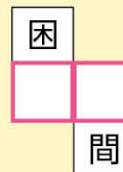
	人口	65歳以上人口	高齢化率	R2.9月末高齢化率
山崎	22,590	7,548	33.4%	32.7%
一宮	7,544	2,955	39.2%	38.1%
波賀	3,328	1,410	42.4%	41.3%
千種	2,673	1,183	44.3%	42.9%
全体	36,135	13,096	36.2%	35.4%

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.195

□にあてはまる漢字2文字を考えてください。



ヒント  
P.〇〇の子どもたちに贈り物しよう!

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** 令和3年10月31日

住所 〒671-4137 宍粟市一宮町閑賀 300 番地

FAX 0790-72-8788 宛先 宍粟市社協「ふくしパズル」係

9月号の答え「聖火」 谷口 和子(山崎町) 田谷 恵子(山崎町)  
右の方が当選されました。 森辻 廣吉(山崎町) 安田淳一郎(一宮町)  
(敬称略) 田中能武子(山崎町)

こんにちは!社協です!!  
10月号  
No.196 2021年10月15日発行

編集発行  
〒671-4137  
兵庫県宍粟市一宮町閑賀 300

社会福祉法人 宍粟市社会福祉協議会  
0790-72-8787・FAX 0790-72-8788  
Eメール: shakyo@shiso-wel.or.jp  
URL http://www.shiso-wel.or.jp

山崎支部/☎0790-62-5530 FAX 0790-62-1083  
一宮支部/☎0790-72-2211 FAX 0790-72-8788  
波賀支部/☎0790-75-3631 FAX 0790-75-3650  
千種支部/☎0790-76-3390 FAX 0790-76-3649