

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

平成30年度 講座・イベントのお知らせ

大栗市ボランティア・市民活動センターでは、平成30年度もさまざまな講座やイベントを予定しています。詳細は、このコーナーでお知らせしますので、ぜひご参加ください。

夏休み ボランティアスクール

夏休みに
新たなチャレンジ(7~8月)



セカンドライフ 応援セミナー

退職世代のみなさんの
仲間づくりや
地域参加を応援(6月)



要約筆記入門講座

要約筆記ボランティアの
活動を体験(6月)



追悼行事への参加・協力

ロウソクづくり
竹筒
1.17のつどいで使用される
竹筒やロウソクを作ります
(11~12月)



災害Vセンター 設置訓練

社協職員や災害ボランティア
ネットワークを中心に災害
Vセンター設置訓練を実施(8月)



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、活動をはじめの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。

★ 山本さんがボランティア活動をはじめたきっかけは??

家で工場を30年続けとったんやけど、10年前に閉鎖したのをきっかけに、何かボランティア活動と思っていました。ちょうどその時に退職された方が「原ささゆりの会」を立ち上げられ、声をかけてもらったのがはじめですね。ささゆりの会では、公民館で居場所づくり活動を行ったり、また配食サービスの調理やお手紙ボランティアにも参加し、8~9年になるかな。お手紙を書くときは主人に「ちょっとこの文に合う絵を書いてえなあ」と協力してもらって楽しく活動しています。今一番の願いは、こんな時代やで地域の中での助け合いが大切だと思うで、私たちの活動を次世代につなげることなやわ。これからもボランティアの気持ちをずっと持って、できる限り続けようと思うとります。

今回は、子どもと高齢者の居場所づくり活動と配食サービスやお手紙ボランティアで活躍されている方を紹介します。

やまもと まさよ
山本 政代さん(79歳) 波賀町原



読者の
感想より

市が元気になるように、いつも頑張っておられる皆様、本当にすごいなあ。いつも楽しみに待ってますが、60歳を過ぎたので何かお役に立てるボランティアをさせてもらいたいな~と思っている今日この頃です(山崎町 女性)

活動財源の分析・明確化 ～支え合いふくしプラン重点事業④～



分析データを基に意見を出し合いました

現在の社協の財政状況を把握するため、事業一つひとつに係る経費とその活動財源について、役員と職員がいっしょに分析を行いました。

その結果、市補助金や善意銀行預託金、社協会費等でまかなえない部分を、介護事業の収益で補っている現状を確認しました。

分析結果は、2月に開催した理事会で報告。平成30年度事業計画の中で、介護事業での収益増を目指すことや、いっそうの経費削減に努めることなど、経営改善に向けた取り組みを進めることとなりました。（役職員業務研究会5班 責任者 前野瑞恵）

高齢者・障がい者への「心づかい」を学ぶ講演会

開催日
5/26
[土曜日]

講師 岸田ひろ実さん

バリアバリューから社会を変える ～みんなが求めるユニバーサルマナー～

時間 13:00～14:30(12:30開場)

場所 宍粟防災センター5階 大ホール

【参加費】無料 【定員】150名

【岸田ひろ実さんプロフィール】

知的障がいのある長男の出産、夫の突然死を経験した後、自身も大動脈隔離で倒れる。後遺症により下半身麻痺となり、絶望を感じて死を決意。娘の「死にたいなら死んでもいいよ」という言葉がきっかけで、歩けない自分にできることを考え始め、病床で心理学を学ぶ。高齢者や障がい者への向き合い方「ユニバーサルマナー」の指導を中心に、障がいのある子どもの子育てについて等講演を実施。

電話又はFAXで 0790-65-9205 までご連絡ください。

主催／NPO 法人ピアサポートひまわりの家
後援／宍粟市・宍粟市社会福祉協議会

●社協賛助会員へのご加入ありがとうございました

前月の広報紙掲載以降にご加入いただいた方をご紹介します。3月31日現在:103名の皆様(敬称略)

【あ】.....	小椋 洋子	上比地	志水 俊司	有賀	【は】.....	森 紀子	中安積		
秋田 貴美子	東公文	【か】.....	シュウキタイヤ	嵯峨山	萩藤 義子	青木	森 蔭 充	木谷	
あじさいの会	須行名	垣尾 真理子	上岸田	世良 博秀	片山	橋元 正一	原	森下 達子	間賀
安積 盛久	曲里	柿本 義人	道谷	【た】.....	林 久美子	河内	森下 巧	間賀	
南阿山縫工ファミリー	皆木	加澤 賀久	東市場	大松建設㈱	野々上	春名 しか子	鷹巣	【や】.....	
有馬 季代子	黒原	加澤 友美	東市場	瀧本 哲平	黒土	春名 寿美子	鷹巣	安川 章	岸田
石井 澄子	嶋田	㈱共栄石油	安賀	竹上クリーニング	上野	春名 堂司	千草	山口 照雄	土万
石野 佳代子	福岡町	岸元 敏恵	上野	竹添 和彦	川戸	春名 秀昭	鷹巣	山崎生コン㈱	千本屋
井上 昭夫	鶴木	北 眞一	春安	田富 直樹	西安積	春名 ますみ	谷	山下 善子	水谷
井上 孝江	鶴木	北川 政義	日見谷	田中 剛	東公文	東 由美	野々上	山田 雄三	五十波
植木 由喜子	福岡	衣笠 二郎	神谷	谷尻 博美	上野	平岩 康秀	百千家満	山根 敏和	川戸
上杉 直行	谷	衣笠 敏子	神谷	谷林 真由美	旭町	福井 みさ子	大沢	山本 亮	原
植田 恒夫	西安積	木山 幸子	西河内	田路 千尋	西深	福元 由美子	田井	山本 綴紗子	河原田
植田 佳文	野尻	小池 忠雄	旭町	㈱トール・アシスタンス・サービス	加西市	藤原 久枝	東公文	山本 博香	東市場
上畑自動車商会	中安積	河野 啓介	斉木	田淵 聖史	能倉	古野 博司	皆木	山本 正志	東市場
大谷 彰	福岡	小林 多嘉子	河原田	田淵 みどり	能倉	【ま】.....			
大段 大木	水谷	小林 操恵	深河谷	【な】.....		前田 翼	楽里		
岡崎 章訓	本谷	【さ】.....	阪本 勇	三林	中尾 徹	出水町	前田 久一	楽里	
岡崎 通泰	福岡		笹 泰介	千草	中尾 富子	出水町	松本 宏一	斉木	
岡田 勝治	原有賀		さつき荘	千本屋	中田 保生	西河内	見當 智	奥西山	
岡田 眞一	間賀		澤田 茂里	本鹿沢	西岡 丈晴	谷	宮本 民雄	宇原	
岡田 隆男	西安積		澤田 孝之	川戸	西岡 智壽子	谷	三渡 眞由美	庄能南	
岡田 たけの	西安積		重白 孝昭	西安積	西垣 重生	千町	宗接 芳朗	元山崎	
岡本 久雄	伊和				菟場 明	上野	楢谷 米男	斉木	

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
願います。



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
願います。



やさしさ♡ありがとう 善意銀行だより

(3/1~3/31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

山崎町	匿名	金一封
山崎町	青木 上野 国博	金一封
一宮町	関賀 高路 浩一	金一封
一宮町	須行名 松村 清志	金一封
一宮町	杉田 森本 いちゑ	金一封
一宮町	安黒 猪尾 嘉文	金一封
波賀町	有賀 志水 雅之	金一封
千種町	河呂 平瀬 久義	金一封
千種町	西河内 金本 治	金一封
千種町	西河内 荒堀 勝	金一封
千種町	西河内 亀井 寿通	金一封

☆見舞い返しとして

千種町	河内	大久保 博之	金一封
千種町		匿名	金一封

☆福祉用具のお礼として

一宮町	河原田	小林 俊信	金一封
-----	-----	-------	-----

☆地域福祉のために

山崎町	宍粟市やまさき文化大学歌謡部	金一封
山崎町	山崎支部老人クラブ連合会女性部	硬貨預託
山崎町	宇原 T・M	金一封
一宮町	匿名	金一封
波賀町	匿名	金一封
波賀町	匿名	金一封
千種町	鷹巣 春名 照子	硬貨預託
千種町	鷹巣 春名 ますゑ	硬貨預託
兵庫県立伊和高等学校		硬貨預託
兵庫県立伊和高等学校生徒指導部		硬貨預託
兵庫県立千種高等学校		硬貨預託

金銭預託
合計 **388,384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

山崎町	本鹿沢	宗接 久美子
山崎町	加生	堂北 敏和
山崎町	川戸	澤田電気設備管理
山崎町	千本屋	長田産業㈱グループ
山崎町	生谷	伊野 紀雄
山崎町	鶴木	中村 拓椰
山崎町	清野	匿名
山崎町	御名	㈱永峰材木店
山崎町	山田	山根 善次郎
山崎町	生谷	前野 徳子
山崎町	金谷	片山 昭悟
山崎町	高下	㈱スズキ建材工業
山崎町	上比地	梶本 喜久子
山崎町	土万	土万ふれあいの館
山崎町	宇原	上林 昭子
山崎町	三津	田中 妙子
山崎町	土万	志水板金工業㈱
山崎町	門前	工藤 フミ子
山崎町	野	西江 美恵子
山崎町	今宿	兵庫西農協山崎支店
山崎町	宇原	釜井 美由紀
山崎町	土万	森方工業㈱
山崎町	野々上	大松建設㈱
一宮町		匿名 3 件
一宮町	深河谷	西安積自治会
一宮町	福知	中津 尚子
一宮町	福野	㈱森下自動車工業
一宮町	東市場	清水 常豊
一宮町		ことばの樹園なほこ
一宮町		JAハリマ三方支所
一宮町		匿名 6 件
波賀町	斉木	有元 久子
波賀町	安賀	波賀みどり保育園
波賀町	谷	小倉 東
波賀町	安賀	コスモ精工㈱

波賀町	日見谷	㈱波賀自動車整備
波賀町		ふきのとう波賀
波賀町		匿名 1 件
千種町		匿名 3 件
姫路市		志水 平一

波賀市民局地域建設課
宍粟市企画総務部地域創生課
宍粟市まちづくり推進部人権推進課
宍粟市健康福祉部一宮保健福祉課
宍粟市産業部農業振興課

☆未使用・書き損じハガキ

山崎町	加生	堂北 敏和
山崎町	川戸	澤田電気設備管理
山崎町	生谷	伊野 紀雄
山崎町	清野	匿名
山崎町	庄能南	永尾 文子
山崎町	宇原	上林 昭子
山崎町		匿名 3 件
一宮町	福野	清水 容子
一宮町		匿名 3 件
波賀町		匿名 3 件
千種町		匿名 2 件

☆ベルマーク・ロータスクーポン

山崎町	山田	山根 善次郎
一宮町	深河谷	中津 尚子
一宮町		匿名 1 件
千種町	西河内	戸井 ハルエ
千種町		匿名 2 件

☆プルタブ・ペットボトルキャップ

山崎町	川戸	澤田電気設備管理
山崎町	大沢	近嶋 勝江
山崎町	鶴木	中村 拓椰
山崎町	山田	山根 善次郎
山崎町	生谷	前野 徳子
山崎町	生谷	伊沢の里
山崎町	高下	㈱スズキ建材工業
山崎町	宇原	上林 昭子

山崎町	土万	志水板金工業㈱
山崎町	門前	土井 正樹
一宮町		匿名 1 件
千種町		38 会
千種町	黒土	作業所あゆみ
千種町		匿名 1 件

宍粟なでしこライオンズクラブ

☆テレカ (使用済み)

山崎町	門前	工藤 フミ子
山崎町		匿名 1 件
一宮町		ときめきグループ
波賀町		匿名 1 件

☆食料品

♪お米・野菜

一宮町		匿名 2 件
-----	--	--------

☆介護用品

♪紙おむつほか

山崎町		匿名 1 件
一宮町	杉田	森本 いちゑ
一宮町		匿名 2 件
波賀町	小野	赤松 弘子
波賀町		匿名 1 件
千種町	岩野辺	平瀬 智枝子
千種町		匿名 1 件

☆肌着・パジャマ・靴下

山崎町		匿名 1 件
一宮町		匿名 1 件
波賀町		匿名 1 件

☆洗剤・歯ブラシ・手編み品・お手玉

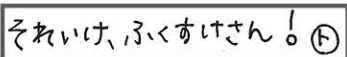
山崎町	山田	山根 善次郎
山崎町		匿名 2 件
一宮町		匿名 1 件
波賀町		匿名 1 件
千種町	下河野	阿路 トヨ子

☆食のセーフティネット事業へ (生活困窮者支援)

波賀町		匿名 1 件
-----	--	--------

読者の
感想より

表紙から笑顔!! たのしい紙面に笑顔がいっぱい (山崎町 女性)



しかし、介護サービスだけでは、自立した生活や思い描く生活を支えられない事があり、そのような中、ちょっとした気づきや思いやりが、ご本人の楽しみのある生活の支えとなる事があります。今回は、地域に支えられながら介護サービスを利用されている方の事例を紹介します。

また、Aさんをサポートするため、自治会で認知症についての勉強会が開催されました。これにより地域の方々の関わりが増え、自治会のお知らせや地域内の緊急の工事等、Aさんの生活に支障がある場合は、関係機関やケアマネジャーにも連絡が入り、地域と専門職が連携して支援に取り組めるようになりました。

サービス事業所をはじめ、地域の方々の力がAさんの在宅生活を継続できる大きな支えとなっている事を感じずにはいられません。

これからも地域の方からの情報を大切に、「地域の宝物」として様々な社会資源(地域の力)を活用しながら、ご本人と地域のつながりを大切にしていきます。

【空栗市社協はが 介護支援専門員 西村 恵】

【宍粟市社協はが 介護支援専門員 西村 恵】

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・評議員会だより

以上のことを協議しました。

総合相談のご案内

日時 5月10日(木)、24日(木)

午後1時30分～4時

会場 穴栗防災センター
お問い合わせ 社協山崎支部

(862-555-0330)

***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

暮らしの相談・お困りごとには社協へ！

表紙のひ孫にはまだまだ先です。孫は8人もおりますが、いつの事やらね。それまで元気でられるやら…と
(波賀町 女性)

“健康体操は一生の宝”

中津 洋子 さん(76歳) 山崎町今宿

質問 健康体操を熱心にされているとお聞きました

中津 指導員として33年続けてきました。保健師さんの勧めで、健生会の健康体操の講座を受けたのがきっかけです。人前に出るのが苦手で、最初は全然しゃべれなかったのを覚えています(笑)慣れてくるとメンバーのみなさんと楽しみながらできるようになりました。昨年から生徒として週一回、文化会館で健康体操をしています。簡単で覚えやすいし、気軽に始められるので、色んな人にぜひ知ってほしいです。

質問 とてもお元気ですね

中津 健康体操のおかげです！若い頃は体が硬くて、全然運動もしていませんでした。体調を崩したこともありましたが、家族の支えがあって今でも元気に体操が続けられています。健康体操は一生の宝ですね。92歳まで元気に体操が続けていたおばあさんがおられたので、私もこの人みたいになりたいと思いました。体を動かすことは介護予防にもつながるし、これからも続けていきたいと思っています。



休憩時には和気あいあいと和やかな雰囲気ですが、体操が始まると皆さん真剣な表情です

質問 楽しみは何ですか

中津 体操の後にみんなでお茶を飲みに行ったり、モーニングに行ったりするのが楽しみの一つです。話すことでストレス発散にもなっています。何でも話せる仲間がいるのは良いですね。今こうやって元気に楽しく過ごせているのも色んな人の支えがあってなので感謝しています。

中津さんは以前に民生委員もされ、地域に貢献してこられました。お話を伺う中で、やわらかい雰囲気の中にもハキハキと力強さを感じました。何事にも向上心を持って取り組まれている姿はとても輝いています。これからも自分の時間を大切にしながら、元気にお過ごしください。(山崎支部 秦 亜里彩)



素敵な笑顔の中津さん



とても体が柔軟になり、大きく開脚して前屈すると体が床につくようになったとのこと

質問 他には何かされていますか？

中津 60歳になってから友達に誘われて卓球を始めました。メンバーは30人くらいで、週一回山崎西中学校にあるミニアリーナさつきで行っています。同好会みたいな感じかな。まだまだ下手やけど、一生懸命頑張っています(笑) 今後は習字も習ってみたいになって思っているんです。色んな事に挑戦したいですね。



汗を流しながら一生懸命ラリーをする中津さん

宍粟市の福祉指標 (平成30年3月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	H29.3月末 高齢化率
山崎	23,607	7,281	30.8%	30.2%
一宮	8,161	2,923	35.8%	34.6%
波賀	3,634	1,435	39.5%	37.9%
千種	2,914	1,177	40.4%	39.4%
全体	38,316	12,816	33.4%	32.6%

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.153

□にあてはまる
漢字4文字を
考えてください。

三 身
月 作

ヒント
4ページ。
いきいき〇〇〇〇。
健康づくりや仲間づくり
として市内全域に。

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30年4月30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

3月号の答え「物品預託」 森下きみ子(波賀町) 田中能武子(山崎町)
右の方が当選されました。 西山 和子(一宮町) 猪子 育代(山崎町)
(敬称略) 平瀬まつ子(千種町)