

こんにちは! 社協です!!

ふれあいネットワーク

2023
11・12月
No.218

特集

12月1日
～31日

つながり ささえあう みんなの地域づくり
歳末たすけあい運動

「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。

つながり ささえあう みんなの地域づくり

歳末たすけあい運動

12月1日
～31日

12月1日から全国一斉に「歳末たすけあい運動」が始まります。

宍粟市社会福祉協議会（以下、社協）では、みなさまからお寄せいただく募金を活用し、高齢者や子育て支援活動などに取り組みます。

自治会長にご協力いただき募金を呼びかけますので、趣旨をご理解いただき温かいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルスの影響で4年振りの開催となる「赤い羽根」子ども劇場（写真・令和元年度 人形劇団京芸「ほっこりしたあ」の様子）



今年もあたたかいご協力を
お願いします

歳末たすけあい募金に

ご協力ください

歳末たすけあい運動は、共同募金運動の一環として、市民や各種団体、関係機関・団体の協力のもと、新しい年を迎える時期に、誰もが地域社会の一員として参加できる福祉活動を展開し、孤立や孤独を防ぎ地域で安心して暮らすことができる福祉のまちづくりへの幅広い理解と参加を図るものです。

市民のみなさまには自治会を通じて「歳末たすけあい募金」としてご協力をいただき、これを財源として社協が取り組む様々な地域福祉活動に活用しています。

今年度も、ボランティアや民生委員児童委員のみなさまのご協力を得て、75歳以上のひとり暮らし高齢者への「**社協特製カレンダー**」の配布や「**歳末特別給食**」の配布や「**あったか灯油**」の配達事

業に取り組みます。

また、ひとり親家庭の新学期入学児へ**ランドセル購入費の一部を助成する事業**や、関係機関の協力を得て子どもたちが児童劇や人形劇を楽しむ機会として「**赤い羽根子ども劇場**」を開催します。

この他、**生活に課題を抱える方の支援**として市民のみなさまから善意でお寄せいただいたお米や歳末たすけあい募金の一部を活用し、用意した食材をお届けする活動に取り組んでいます。

これらの運動の趣旨をご理解いただき、みなさまのあたたかい気持ちをお寄せいただきますようお願いいたします。

（赤い羽根二ニュース特別号は次号でご紹介します）



あたたかい年末年始を迎えられるよう、今年も「歳末特別給食」を実施します

地域の福祉力 ⑤9

心に寄り添い出会いを応援 ～「宍粟市結婚相談員」～



お気軽にご相談ください(宍粟市結婚相談所から)



出会いを応援(結婚相談員主催 婚活イベント)

宍粟市社協では、毎月第1木曜日に宍粟防災センターで「結婚相談所」を開設し、独身男女の出会いの機会を提供し、婚活への相談支援を行っています。結婚相談所は地域で選ばれた17名の結婚相談員で運営しており、来所者の相談に応じています。

毎月開催される打合せ会で、相談員同士情報交換をしながら日頃の相談支援につなげています。また、一対一や婚活イベントで参加者へのサポートやフォローなど、親身になって心に寄り添う相談支援を行っています。

相談支援は、一人ひとりに合わせた適切な関わりが大切で、婚活を考えている方へは結婚相談所の登録をお勧めしています。登録者には結婚相談員が恋愛観や結婚観をお聞きしながら、お相手を探していきます。ただ、年齢や求める条件など様々な理由からご期待にそえない場合もあります。

結婚相談員があなたの出会いを応援します。出会いの機会をお探しの方は結婚相談所にお気軽にご相談ください。

(宍粟市出会いサポートセンター 春名豊滋 TEL 62-5530)



現在の結婚事情や結婚相談員の基本姿勢・心がけについて外部講師からアドバイスを受けた結婚相談員研修会(R5.8月)

正規職員募集

本会では、次の正規職員を募集します。

【募集内容】

●正規職員 若干名

【業務内容】

●地域を応援する仕事、介護をする仕事など

詳しくは、宍粟市社会福祉協議会ホームページでご確認ください。
☎0790(72)8787

「ひ孫といっしょ」モデルさん募集

～市内にお住まいの方がいいですか～

社協広報紙「こんにちは！社協です!!」で表紙を飾る『ひ孫といっしょ』。現在、そのモデルを募集しています。**宍粟市内にお住まいの方で同居に限らず広く呼びかけています。**

家族の思い出づくりや記念にご応募をお待ちしています。



モデルさんのお宅に伺い、お気に入りの場所で撮影します

読者の
感想より

「こんにちは!社協です!!」を2カ月ぶりにみえています。私の家には孫もひ孫もいないので、かわいい子どもさんを見ると嬉しくなります。かわいいね。(山崎町)

急募!募集期間延長!!

竹灯籠の提供にご協力ください

宍粟市ボランティア連絡会では神戸市で行われる『阪神淡路大震災1.17のつどい』に送る竹灯籠を募集しています。竹は下記のとおり「①又は②」の状態でお届けください。みなさまのご協力をお願いします。

①加工前の竹

- 長さ:1m80cm程度
(軽トラックの荷台に収まるくらい)
- 形状:なるべくまっすぐで、節がある方がよい
- 太さ:直径が10cm程度あるもの



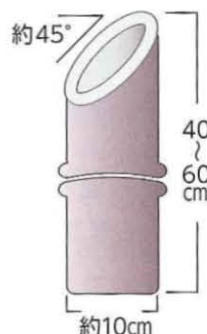
お届け先

社協本部 (一宮町聞賀300 TEL72-8787)

※お届けいただく際には事前のご連絡をお願いします。

②加工済の竹

- 長さ:60cm程度
 - 45度で斜めに切る
 - 形状:なるべくまっすぐで、節がある方がよい
 - 太さ:直径が10cm程度あるもの
- ※下図を参考にしてください



文字入れの必要はありません
(写真はイメージ)

募集期間

令和5年11月30日(木)まで

男性介護者料理教室を開催



「小学校の家庭科授業以来の調理やな」との声も

10月25日(水) やすらぎ福祉センターで男性介護者料理教室を開催し、8名の参加がありました。

講師の宍粟市役所の栄養士から、一日に必要な栄養素やカロリーなどを聞きながら調理にチャレンジしました。

「普段、何にもせんからこれからやってみようかな」「今日学んだことを参考に料理していこうと思う」と簡単にできる料理を学びながらの交流となりました。

講師からは「料理を通じてこのような集まりができることが嬉しいですね。」との言葉かけもありました。今回のつながりを大切にしながら、次回開催に向けて今後準備を進めていきます。

(山崎支部 横山洋子)

あなたに合ったボランティア活動をはじめませんか?

～ボランティア・市民活動センター～

ボランティア活動を市民のみなさんにPRしました(いちのみやふるさとまつり)



宍粟市ボランティア・市民活動センターには、地域での生活を支える活動をはじめ、さまざまな活動に取り組まれているグループが登録されています。

現在、134グループ、1,623人のボランティアが登録されており、ボランティア活動が地域の支え合い、みんなで助け合えるまちづくりの推進につながっています。

登録団体(一覧表)については、社協支部窓口準備している他、本会ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

あなたらしく地域で暮らすことを支えます 日常生活自立支援事業

社会福祉協議会では、認知症や障がい判断能力に不安がある方が、安心して日常生活を送れるよう、本人との契約に基づき、金銭管理や福祉サービスのお手伝いをしています。

こんな不安はありませんか？

日常生活での支払いや携帯の利用手続きがわからない。

お金のやりとりや預金の引き出しに自信がない…。



お金があればあるだけ使ってしまう…。

通帳や印鑑・年金証書をなくしてしまう。

ご利用できる方

判断能力に不安のある高齢者や知的障がい者、精神障がい者などで、本人の利用意思を確認できる方

※年齢制限はありません。

※家族と一緒に住んでいる方やグループホームやケアハウスなどに住んでいる方も利用できます。

お手伝いできること

- 福祉サービスの利用手続き
- 預貯金の入金・出金
- 公共料金の支払い
- 通帳・印鑑等のお預かり等
(その方に合ったお手伝いをさせていただきます。)



お問い合わせ：各支部



募金百貨店プロジェクト実施中

ご協力をお願いします
11/1(水)～11/30(木)

詳しくは
宍粟市共同募金委員会
☎72-8787まで

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」に取り組んでいます。

「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)で対象となる商品の購入や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します。



道の駅みなみ波賀

◆ソフトクリーム1本 購入される毎に寄付

- 道の駅みなみ波賀 (5円)
- 道の駅はが (5円)

◆入浴大人ひとり利用 される毎に寄付

- フォレストステーション波賀(5円)
- 櫛伊沢の里(2円)

「介護の相談」コーナー

少し、ホッとしませんか…

コロナ感染予防に息の抜けない日々が続くなか、一息つける…
そんなお話をみなさまにお伝えします。



やすらぎ介護センターでは、日常生活に必要な基本動作（食事、整容、排せつ、入浴）の現状維持と向上を目的に機能訓練を行っています。今回は利用者様が取り組まれている「個別機能訓練」とAさんの体験談をご紹介します。

最初に、機能訓練に関わる職員が利用者様一人ひとりの心身状況等にあわせて、「①姿勢を安定させる、②腿を上げて歩く、③体幹をしっかりさせる」等の運動メニューの計画をたてます。そして少人数のグループに分かれ、ボールストレッチ体操や平行棒を使用した歩行訓練等を組み合わせて行います。

歩行訓練では職員の「足をしっかり床につけて、息を止めないようにしてくださいね♪」の声かけから始まり、1.2.3…と数を数えながらゆっくりとしたペースで行います。時には、足踏みしながら順番に数字を言って、3の倍数には手拍子をするなど「〇〇をしながら〇〇をする」という複合動作もしています。これは頭の体操にも繋がります。いつも笑い声がこぼれ、みなさん楽しんで取り組まれています。

デイサービスで車椅子を使用されていたAさんは、利用当初『杖を使ってひとりで歩けるようになりたい!』と目標がありました。他施設でのリハビリとやすらぎでの機能訓練を熱心に取り組まれ、今では歩行器を使用し歩けるようになり「自分の足で歩けることが嬉しい!」と、生き生きされています。

できなかった事ができるようになる!ということはご高齢になっても嬉しいことだと思います。「嬉しい、楽しい」が増えるデイサービスを心がけています。お困りごとやお悩みは、いつでもご相談ください。
(やすらぎ介護センター 生活相談員：上田妙子)

社協理事会だより

第184回(第10期第3回)理事会

日時 9月11日(月) 午後1時30分

会場 やすらぎ福祉センター

【議事】

① 六栗市社協 安全衛生委員会規程の一部改正について

【協議・連絡事項】

① 社協会計(会計基準・勘定科目等)について

② 市区町村社協経営指針に基づくチェックリストについて

③ 第71回兵庫県社会福祉大会への参加について

第185回(第10期第4回)理事会

日時 10月20日(金) 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

【協議事項】

① 令和6年度六栗市予算に関する要望書の提出について

② 社協経営方針に基づく部会(勉強会)の設置について

以上のことを協議しました。

読者の
感想より

「介護の相談コーナー」、90代でお元気で畑されているのですね。介護問題は切実です。私も自分の事は1人でできるよう努力します。(波賀町)

令和5年度歳末たすけあい募金事業

ひとり親家庭応援 新入学児童 ランドセル購入助成事業



令和6年4月に小学校へ入学するお子さまがおられるひとり親家庭等に、ランドセル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

※募金額と申請数、ランドセル購入費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お子さまのいるひとり親家庭(母子、父子家庭)又はご両親がおられないご家庭で、助成を希望される方

申込期間

令和5年11月1日(水)～
令和6年2月13日(火)

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ほか、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が必要です。ご提出が困難な場合はご相談ください。

助成金振込 令和6年2月下旬予定

申し込み先 宍粟市社協本部、各支部



暮らしの相談・お困りごとは社協へ!

無料法律相談

日時 12月8日(金)
午後1時～4時

定員 6名予約制・お一人30分

会場 宍粟防災センター

お問い合わせ
社協山崎支部(☎62-5530)

結婚相談

日時 12月7日(木)
11月11日(木)

午後1時30分～4時

会場 宍粟防災センター

総合相談のご案内

宍粟市社協

相談無料
秘密厳守



お正月お餅の予約受付

「ワークプラザすぎの木」 お餅の販売をしています

「ワークプラザすぎの木」は、障がいのある人の就労と自立を支援する事業所です。きねつき餅の製造販売を行っており、年末にはお正月用の鏡餅や小餅の注文を受付けています。



お正月にどうぞ!

お餅代金 1升1,800円(税込み)

●1升で小餅にして約40個作れます。

●お餅は宍粟産米を使用。

◎お正月用のお餅は、12月28日(木)が受取最終日です。

◎詳しい注文書は、ワークプラザすぎの木のホームページをご覧ください。下記までご連絡ください。

【問合せ】 NPO法人しさわ

就労継続支援B型「ワークプラザすぎの木」

山崎町宇野319 ☎65-0170 Fax 65-0177



高齢者作品展

山崎支部老人クラブ連合会では、会員の生きがいづくりと余暇活動の推進を目的に作品展を開催します。日頃の趣味や特技を活かしたさまざまな作品が展示されていますので、みなさん、お越しください。



R4年度は、絵画、書道、手芸、木工品など約100点を展示

期間 11/13(月)～12/4(月)

場所 宍粟防災センター

1階から3階エレベーター前

【お問い合わせ】 山崎支部老人クラブ連合会 事務局

☎ 62-5530

宍粟市の福祉指標

(令和5年10月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	R4.10月末 高齢化率
山崎	21,914	7,481	34.1%	33.7%
一宮	7,153	2,904	40.6%	40.1%
波賀	3,075	1,370	44.6%	43.7%
千種	2,497	1,181	47.3%	46.1%
全体	34,639	12,936	37.3%	36.9%

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.217

漢字2文字を
考えてください。



ヒント
P2
12月から始まるた
すけあい運動です。
ご協力をお願いします。

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5年12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

9・10月号の答え「百歳」

右の方が当選されました。

(敬称略)

内海あゆみ(千種町) 畑林 芳美(山崎町)

田谷 恵子(山崎町)

中岡真喜子(波賀町)