

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

第2期生
募集

充実したシニアライフを楽しむための セカンドライフ応援セミナー



ぼらんちゃん

退職後は何をしようかな?

そこで社協がセカンドライフを応援する企画をつくりました。ぜひ参加ください!

日 時	内 容	講 師	会 場
①11月28日(木)	人生の10万時間の使い方、 活かし方	松尾やよい 氏 (夢こらぼ)	穴栗市役所北庁舎
②12月5日(木)	退職後の生活費はいくらかかる? ～考えておきたい自分の生活設計～	中尾太俊 氏 ファイナンシャルプランナー	穴栗防災センター
③12月12日(木)	子育て、孫育ての場で	榎本英樹 氏 (生涯学習サポート兵庫)	穴栗市役所北庁舎
④12月19日(木)	障がい者就労支援施設を 訪ねて学ぶ	市内NPO団体	あおぞら太陽の家 他
⑤1月9日(木)	地域で活躍されている ボランティアに聞こう!	ぶるーべりい会 他 (セカンドライフ応援セミナー1期生)	穴栗防災センター



時間:午後1時30分～午後4時まで
受講料:全5回通し/1,000円
お申込み:本部72-8787

対象:50歳以上の方20名(先着順)
締切:11月25日(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。

★ 上山さんがボランティア活動をはじめたきっかけは??

元々凧作りが趣味でね。退職後、時間ができたので依頼があれば子どもたちに凧作りを指導したり、凧のイベントに全国各地へ出向くようになりました。そこでいろんなつながりが出来て、この間はドイツへ凧を教えに行くなど、自分自身が楽しんでいます。僕は小さい頃、絵を描くのが大の苦手だね。まともな絵が描けるようになりたくて、見よう見まねでたくさん凧を作りました。

だから絵の苦手な子どもの気持ちがよくわかるんです。絵に自信のない子どもも自分の作った凧があがると、みんな笑顔になり楽しんで、そして喜んでくれる。それが僕のベースになってます。

これからもっと穴栗の子どもたちに凧の楽しさ、伝統や文化を伝えていきたいです。お正月は一宮で凧あげまつりをします。ぜひ参加して下さい。

今回は、凧作りや凧あげイベントで活躍されている方を紹介します。

播磨一宮凧の会 会長

うえやま たかあき

上山 高明さん (65歳) 一宮町伊和

上山さん作
武者絵凧



「作った凧をあげるのが醍醐味です」と三畳もの大きさがある大凧を自由自在に操る上山さん

12月1日～31日

“みんなでささえあう、あたたかい地域づくり”

歳末たすけあい運動

今年もよろしくお願いします



兵庫県共同募金会マスコット
「あかはねちゃん」

歳末たすけあい運動では、地域の誰もがあたたかいお正月を迎えるために、市民のみなさまからの募金を活用し、様々な福祉サービスを実施しています。

今年も12月初旬から、自治会の皆様が、募金を呼びかけて下さいます。あたたかいご協力をよろしくお願いいたします。

歳末 特別給食サービス

75歳以上のひとり暮らし高齢者の方へ、12月30日にお弁当を社協の役職員がお届けします。

(昨年度実績 525件)



雪かきサービス

70歳以上のひとり暮らし高齢者、ふたり暮らし高齢者世帯のご自宅から生活道までの除雪をお手伝いします。

(昨年度実績 のべ174回)



※歳末特別給食サービスと雪かきサービスは、民生委員さんを通じてお申込みください。

カレンダー配布

75歳以上のひとり暮らし高齢者の方に、大きくて見やすいカレンダーを民生委員さんを通じてお配りします。

(昨年度実績 741件)



サンタクロース派遣事業



実施期間
12/2 ~
12/25

クリスマスの催しをされる市内の保育園、幼稚園を対象にサンタクロースを派遣します。

(昨年度実績 6件)

※プレゼントは申請者でご準備ください。

新入学児童 ランドセル購入助成事業

平成26年4月に小学校へ入学する子どもさんのおられる一人親家庭、両親ともおられないご家庭に、ランドセルを購入する費用の一部を助成します。

(昨年度実績 25件)



募集中
締切 2/28

これらの事業を行うため、
330万円を目標にしています。
ご協力をお願いします。

宍粟市共同募金委員会
宍粟市社会福祉協議会

いんふおめーしょん

“いんふおめーしょん”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。

婚活を始めたあなたへ

会員募集中

宍粟市 出会いサポートセンター

宍粟市出会いサポートセンターでは、新たな出会いを求める市内在住在勤の独身男女を対象に新規会員を募集しています。

会員に登録すると、結婚へのアプローチとなる「自分磨き」の婚活セミナーやカップリングパーティ、その他婚活の情報をお知らせします。

婚活をはじめたいあなた！
の入会をお待ちしています。



交流会12月15日開催決定！

詳細は後日、新聞チラシでご確認ください。

お問い合わせは

宍粟市出会いサポートセンター

(宍粟市社会福祉協議会 山崎支部)

TEL:62-5530 e-mail:deai@shiso-wel.or.jp

登録者
募集！

豪雪時の 雪かきボランティア



この冬大雪が降り、高齢者や障がいがある方の生活に大きな影響が生じる場合に備え、社協では「雪かきボランティア」の登録者を募集しています。

積雪時、高齢者や障がい者の生活を守るこの活動にご協力ください。

登録者 高校生以上で健康な方

登録募集(活動)期間

平成25年12月2日(月)～平成26年3月15日(土)

登録から活動までの流れ

- ①登録用紙に記入いただき、申込みをしていただきます。
- ②雪かきボランティアによる支援が必要となった時に、登録者に連絡し、雪かきチームを編成します。

お問合せ先 宍粟市社協本部 電話72-8787

東日本大震災 被災地応援 物産展

社協では、東日本大震災の被災地を応援するため、宮城県の水産加工品などを販売する物産展を下記の4会場で実施しました。

- 10月13日(日) メイプル福祉まつり
- 10月20日(日) ちくさふれあいフェスタ
- 11月 3日(祝) いちのみやふるさとまつり
- 11月10日(日) 城下ふれあい祭り

のりや昆布、ふかひれなどの加工品や名物の牛タン、のり詰やレトルトカレーなどを販売し、多くの方にご購入いただきました。

社協では、これからも東日本大震災被災地の復興支援に取り組んでいきますので、ご協力お願いします。

※売上金額については、12月号でご報告します。



メイプル福祉まつり
(10.13 メイプル福祉センター)

ちくさふれあい
フェスタ
(10.20 千種
商工会駐車場)



いちのみや
ふるさとまつり
(11.3 スポニッ
クパーク宮グラ
ウンド)



やさしさ♡ありがとう 善意銀行だより

(10/1~10/31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	小茅野	茅野	主禰	金一封
山崎町		匿名	名	金一封
一宮町	能倉	八家	サカエ	金一封
一宮町	関賀	秋田	大輔	金一封
一宮町	須行名	坂本	としゑ	金一封
一宮町	東市場	橋本	謹次	金一封
一宮町	東市場	池子	英隆	金一封
一宮町	百千家満	田路	義一	金一封
一宮町	百千家満	平岩	達朗	金一封
波賀町	上野	谷口	勝美	金一封
波賀町	野尻	志水	ハナエ	金一封
千種町	西山	橋下	タツエ	金一封

☆見舞い返し・快気祝いとして

山崎町	五十波	平	健治	金一封
一宮町	西安積	赤羽	文夫	金一封

☆福祉用具のお礼として

山崎町	中広瀬	入江	万子	10,000 円
波賀町	谷	黒田	洋子	金一封
波賀町	上野	谷口	勝美	金一封
波賀町	安賀	中岡	透	金一封

☆地域福祉のために

山崎町	宇原	T.M		金一封
山崎町		匿名	名	金一封
一宮町	上岸田	日下	男也	金一封
波賀町		匿名	名	硬貨預託

秋のイベントでの 売上金を「善意銀行」へ

今年もたくさんの方にご協力いただき、
ありがとうございました。

- 10月13日の「メイプル福祉まつり」で社協が行ったバザーの売上金は、11,620円となりました。
- 10月20日の「ちくさふれあいフェスタ」で社協が行った「フレンドパーク」の売上金は、23,300円となりました。

◆物品預託

☆古切手、書き損じはがきほか

山崎町	青木	藤多	圭子
山崎町	横須	畑中	真寿美
山崎町	庄能北	山下	伊乃
山崎町	与位	廣居	工務店
山崎町	今宿	兵庫	森林管理署
山崎町	本町	安井	書店
山崎町	東下野	谷笹	化成工業所
山崎町	上寺	山崎	若葉保育園
山崎町	段	段ちび	っこえん
山崎町	神谷	河東	小学校
山崎町	生谷	前野	徳子
山崎町	大歳町	浅野	友子
山崎町	山田	山根	艶子
山崎町	旭町	北川	鮮魚店
山崎町	本町	高野	彰
山崎町	蕨沢第6	老人クラブ	
山崎町	やまさき	文化大学	陶芸部
山崎町	中比地	平見	窯業
山崎町	土万	志水	板金
山崎町		匿名	3件
一宮町	西公文	森	厚美
一宮町	福田	榎	ジュウケン
一宮町	生栖	塚本	美代子
一宮町	安積	交通安全	協会
一宮町		匿名	3件
波賀町	上野	松本	徳美
波賀町	上野	阪元	晃
波賀町	原	井上	とき
波賀町	皆木	山根	ちゑ子
波賀町	日見谷	中尾	工務店
波賀町	日見谷	森本	美登里
波賀町	有賀	有賀	勝部重機

波賀町 安賀 道の駅みなみ波賀

波賀町 匿名 2 件
千種町 千草 亀井商事(株)

千種町 ちくさの郷
山崎生涯学習センター
一宮南中学校

穴粟市健康福祉部社会福祉課
穴粟市市民生活部生活衛生課
一宮波賀学校給食センター

☆食料品 (配食サービスへ)

♪米 (30kg)
山崎町 匿名 1 件
波賀町 斉木 藤原 晶子
千種町 匿名 1 件

♪米 (60kg)
千種町 奥西山 前田 實

♪野菜、果物

山崎町 土万グループ
山崎町 伊水グループ
山崎町 菅野グループ
山崎町 いずみ会 B

山崎町 ひまわりグループ

一宮町 匿名 5 件
波賀町 上野 谷口 良一
千種町 岩野辺 内海 きよの
千種町 あすなろの会

☆介護用品

♪紙おむつ

山崎町 匿名 1 件
一宮町 東市場 橋本 謹次
一宮町 百千家満 田路 義一
波賀町 匿名 2 件

♪ポータブルトイレ、杖

山崎町 三谷 藤井 訓和

☆カセットテープ (朗読ボランティアへ)

千種町 西河内 金本 貞子

☆お手玉

山崎町 大歳町 上木 三千子

☆肌着

千種町 西山 橋下 タツエ

鹿児島県奄美大島への義援金
(12月17日まで)

伊豆大島への義援金
(平成26年1月31日まで)

○西公文福祉連絡会より

10月27日「福祉ふりーまーけっと」
の売上金8,000円を伊豆大島への
義援金としてお預かりしました。

義援金は、共同募金会を通じ、被災地
へお届けします。ご協力をお願いします。

台風24号・26号 災害義援金受付中



福祉ふりーまーけっとの様子
(10.27 西公文自治会公民館前)

権利擁護の そうだんコーナー



今月のそうだん

最近体力の衰えを感じるようになりました。元気なうちに遺言を作っておいた方がいいのでしょうか。

Q 私は今年75歳になります。70歳の妻と2人暮らしで、子どもは2人います。長男は近所に住んでいます。次男は遠方にいます。最近、体調を崩しやすくなり、体力の衰えを感じています。私が死亡した後、家族には相続のことでもめてほしくありません。元気なうちに遺言を作っておいた方がいいのではないかと思います。思い始めています。

A 「自分には多くの財産があるわけではないし、家族で話し合っ分けてくれたらいいから、遺言なんか必要ない」と思われる方もいらっしゃるでしょう。しかし、話し合いで分けてと言っても、財産が現金や預貯金だけなら相続人で分けることはそれほど難しくありませんが、不動産があれば難しくなることが多いです。現金や預貯金だけであっても、相続人の数が多ければ、もめるケースも増えるでしょう。「相続」が「争続」と揶揄されることがあるのは、相続でもめるケースが実際は意外に多いということかもしれません。遺言によって自分の気持ちを明らかにし、相続人間の争いをできるだけ防止することはよいことだと思います。

では、遺言はどのように作るのでしょうか。遺言には、普通の方式による遺言(自筆証書遺言、公正証書遺言、秘密証書遺言があります。)、死亡の危急に迫った人等の特別の方式による遺言があります。ここでは、一般的によく使われる**自筆証書遺言**と**公正証書遺言**についてご説明します。

自筆証書遺言は、遺言者が遺言の全文、日付及び氏名を自書し、押印しなければなりません。全て自ら手書きしなければならずパソコン等で作った遺言は無効になりますので注意が必要ですが、費用もかからず簡単に作成できます。

公正証書遺言は、証人2名以上の立会いのもと、法律の定めに基づく方式で、遺言者が公証人に伝えた内容を公証人が遺言として作成するものです。作成するのに費用がかかりますが、内容が曖昧で不正確になることはありませんし、紛失や改ざんの心配もないので安心です。

書き方等について分からないことがあれば、弁護士にご相談下さい。

【くすのき法律事務所(神戸市) 弁護士 平野 晃子】

このコーナーでは、皆さまからの相談や質問を付けています。

◎郵便、または FAX で

・〒671-2534 宍粟市一宮町閨賀300 宍粟市社会福祉協議会
・FAX 0790-72-8788

暮らしの相談・お困りごとは社協へ！

宍粟市社協
総合相談の
ご案内

相談無料
秘密厳守

*無料法律相談

担当弁護士 ひらのあきこ 平野晃子弁護士
(神戸市くすのき法律事務所)

日時 12月20日(金)

午後1時～4時

会場 メイプル福祉センター

相談受付枠 6件

○おひとり30分程度相談していただくことができます。

○相談を受けるには、事前に電話での予約が必要です。

○初めて利用される方を優先し、相談はお申込みいただいた順番とします。

○受付枠6件に達し次第、申込みの受付は終了します。

お申込み先 社協本部

(電話72-8787)

※次回の無料法律相談は、

平成26年2月21日(金)

宍粟防災センターで行います。

*結婚相談

日時 12月5日、19日(木)

午後1時30分～4時

会場 宍粟防災センター

お問い合わせ先

社協山崎支部

(電話62-5530)

*介護・福祉相談

社協各支部の窓口で、介護に関する相談や苦情、福祉サービス等の相談を受けています。

日時 毎週月～金曜日

午前8時30分～

午後5時30分

社協理事会だより

第85回(第5期第4回)理事会

日時 10月28日(月)

午後1時30分～

会場 一宮保健福祉センター

【議事】

①平成25年度3次補正一般会計予算金収支予算について

②定款の変更について

③指定特定相談支援事業所運営規程の制定について

④第23回評議員会提出議案について

【協議事項】
平成26年度宍粟市予算に関する要望書の提出について 等

以上のことを協議しました。

読者の
感想より

9月号の「いきいきライフ」で紹介された米田さんご夫婦、やはり二人で元気で過ごせることは、いいことですね。私も元気でがんばります。(山崎町 女性)

「信じて実行、そして続ける」

ひろいし ふくえ 廣石 福恵 さん(91歳) おくにしやま 千種町 奥西山

質問 庭先が花でいっぱいですね。

廣石 私は花が好きでね。それを知っとる人が、花の苗をたくさん持ってきてくれて…。それに種をとって蒔いたら、勝手に咲いたりして増えてね。近所の人から枝垂れ桃の苗木をもらって、庭先に植えたら大きゅうなってる。今年の春は満開で、そらあきれいじやった。「来年もまた、きれいな花を咲かせてな」て言うて、白水(しろみず、米のとぎ汁)をかけちゃうんや。下水も汚さんでええしね。

質問 昔を振り返ってみましょうか。

廣石 私は蚕が大嫌いやったけど、尋常科を出たら、家の養蚕を手伝うことになって、会社には勤めたことがないんや。昭和19年に結婚。嫁いだ家に蚕さんがいて…。それから百姓や。でも姑さんは賢い人で「わしのいうこと性根入れて聞いとけよ」いうて、いつも面白い話をしてくれてな、ええ姑さんやったで。今でもよう思い出すわ。あの頃にしたら珍しいパチンコ好きやった。お父ちゃんが死んで、息子らが体が弱いでなあ…。一人暮らしももう10年。いろんなことがあって、いろんな人にお世話になって今がある。ありがたいねえ。

質問 背筋がピンですね。

廣石 千種に初めて来ちゃった保健師さんに「ぽっこりお腹を隠さんと腹を突き出して歩いたらええよ」いう話を聞いてからね。前かがみにならんように気をつけて歩いてます。それに私は立つことが好きやで、べたべた座らんと、リハビリやと思うてなるべく立つようにしてます。

質問 体にいいこと何かしてますか。

廣石 目が覚めたら、寝間で体操。自分なりの体操やけど…。仏さんに茶湯をあげたら三步下がって、そこで体操。時間はあってもわざわざ体操の時間作っては続かへんから。ええこと聞いたり、読んだりしたら、それを信じてまず実行。そして続けることやねえ。それが大事。

次から次と話の種は尽きません。腕抜きにお手製のミニエプロンをつけるのが私のスタイルと、いつ伺っても同じスタイルで出迎えてもらいました。ご近所さんともおしゃべりの時間を大切にされている福恵さんの自らを律する姿勢に感服しました。背筋がピン!を見習いたいですね。(千種支部 小原志のぶ)



とても91歳には見えません



花の種をとって、また来年咲かせたい



クジャクサバテンとペラルゴニウムは霜にあわないうもう玄關の中に入れてあります



玉ねぎを植える床にマルチかけ。たくさん採れたら、親戚やちくさの郷にもおすそ分け

宍粟市の福祉指標 (平成25年10月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	H24.10月末高齢化率
山崎	24,890	6,621	26.6%	25.4%
一宮	9,180	2,830	30.8%	29.5%
波賀	4,121	1,380	33.5%	32.0%
千種	3,307	1,168	35.3%	34.2%
全体	41,498	11,999	28.9%	27.7%

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.100

□にあてはまる漢字6文字を考えてください。

青 会 湿
功 援 限

ヒント
P3で紹介。今後さらに利用が増えると予想されます。

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) 平成25年11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

10月号の答え『創刊百号』

次の1名の方が当選されました。(敬称略)

田谷 恵子(山崎町)