

# こんにちは! 社協です!!

ふれあいネットワーク

2019

8月

No.170



台風9号  
豪雨災害  
から10年

特集

豪雨災害から得たい  
教訓を伝え続けたい

ひ孫と  
いっしょ

シリーズ169 山崎町段

たけうち とよこ  
竹内 豊子さん(79歳)

やまぐち あおは  
○山口 蒼陽くん(1歳)

ひろや りつこ  
裕也さん・涼子さん

■長男

台風9号  
豪雨災害  
から10年

# 豪雨災害から得たい 教訓を伝え続けたい



パネルディスカッション

コーディネーター: 山下弘彦さん パネラー(報告順): 黒田孝志さん(波賀町谷民生委員・児童委員)、飯田吉則さん(一宮町福祉・宍粟市議会議員)、松井譲二さん(宍粟市災害ボランティアネットワーク・山崎町下町自治会長)、藤原みゆきさん(宍粟なでしこライオンズクラブ)、石戸寿明さん(宍粟市消防防災課)、田中祥仁(宍粟市社協)

## 10年フォーラムを開催

7月15日(祝・月)、平成21年8月の台風9号豪雨災害から10年の節目としてフォーラムを開催しました。

当日は、一宮保健福祉センターを会場に自治会関係者をはじめ災害当時お世話になったボランティアの方など140名の参加がありました。

基調講演では、鳥取県西部地震(平成12年)を機に結成された日野ボランティア・ネットワーク(同県日野町)の山下弘彦さん(同県日野町)の山下弘彦



会場ではパネル展示を行い、当時の被害や活動の様子を振り返りました



### 【参加者の声 ～アンケートから抜粋～】

- \*被災後や平常時の地域での活動など具体的な事例が聞けてとても参考になった
- \*防災と言わない形の防災の取り組み。の講師の言葉が気に入りました
- \*パネラーさんの話から、自分の地域の中で備えについて普段から話し合っておくことが大切だと感じた
- \*公助、共助、自助、ごきん助…宍粟市として皆の意識が高いことがパネラーさんの話を聞いて感じた
- \*女性をメインに炊き出し訓練などを行うことも必要です
- \*小中学校でも緊急事態に備えた訓練やハザードマップの確認など普段からやっておくことが防災・減災につながると思う
- \*今後の災害時にも、頼られる社協、頼りになる社協でよろしくお願いします

彦さんを講師に迎え、全国の被災地支援活動での経験や日野町での被災後の地域交流活動など、宍粟でも参考になる取り組みを紹介いただきました。

パネルディスカッションでは、21年豪雨や昨年の西日本豪雨災害を経験された6名の方に登壇いただき、体験談や大切に思われていることなど、被災者と支援者のそれぞれの立場からお話いただきました。

印象的だったのは、真剣に語りかけるパネラーのみなさんの姿でした。一人ひとりの思いやメッセージに、会場のみなさんも熱心に聴き入りました。

この10年、宍粟市社協ではボランティアの養成や訓練の実施、宍粟市との災害協定など、災害の教訓を活かした取り組みを進めてきました。

これからも、行政と連携を図りながら、豪雨災害から得た教訓をさまざまな活動や実践を通して、市民のみなさまに伝えていきます。

最後に、山下さん、パネラーのみなさん、そしてフォーラムにご協力いただいた宍粟市災害ボランティアネットワークのみなさん、本当にありがとうございました。

(地域福祉課長 波多野好則)

読者の  
感想より

表紙のひ孫といっしょは、とても可愛くてお元気なおじいさんとおばあさんと一緒にひ孫ちゃんと嬉しい写真ですね。私もひ孫が出来るまで、体に気をつけて「こんにちは!社協です!!」に載せて頂ける様に頑張りたいと思っています。(山崎町 女性)

## 地域の福祉力⑬

# 職員の専門性を 活かした社会貢献活動

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。

## 波賀の里福祉会 かえで園

社会福祉法人 波賀の里福祉会「かえで園」は、波賀町安賀にある介護福祉施設で、特別養護老人ホームやデイサービス、ショートステイ等の介護保険サービスを実施しています。

かえで園では、今年度から**社会貢献活動**として職員の専門性を活かした**地域での出前講座**に力を入れて取り組まれています。

西中登美子副施設長にお話を伺うと「社会福祉法人として社会貢献活動が求められる中で、専門職の知識や経験を活かした**認知症**や**口腔ケア**、**感染症**などの講座を行っています。中には『楽しいことやって』というような要望もあり、出来るだけ応えられるようにしています」と職員間の連携と工夫で

### 口腔ケア学習

歯磨きしてましたか？



歯磨きをしてきてないという子どももいっしょに正しい歯磨きを学びました

6月9日(日)に**上野ふれあい喫茶**で行われた歯科衛生士 川井千春さんによる**口腔衛生講座～食べることの幸せをいつまでも～**。

「今朝歯磨きをしていない人はいませんか？」と正しい歯磨きの仕方や口腔衛生の大切さを小学生からお年寄りまで年齢に関わらず楽しく学びました。

地域のニーズに合う内容を考えて取り組まれています。

また出前講座をととして「**認知症の話**を早くに**聞いていたらおばあさんにもっとよくできたのに**」という言葉聞き、さらに地域で発信していくことの重要性を感じたと話されます。

今後も地域のニーズに応じた出前講座を計画されていますので、みなさんの地域でもお話を聞きたいという方がありましたらお気軽にかえで園(TEL75-2551)へお問い合わせください。

(波賀支部コミュニティワーカー 田中 祥仁)

### 認知症学習

認知症の人とは何とも思わなかったからええと



「笑いも入れて」のリクエストに応じてマツケンサンバでみなさん大爆笑

6月18日(火)に**原ささゆりの会**で行われた認知症講座。

西中登美子副施設長(主任看護師)による「**住み慣れた所でいきいきと暮らすために**」と題したお話にみなさん真剣に聞き入り、そして最後には『笑い』もある楽しい学びの場となりました。

## ひまわりの家から講演会のお知らせ

### ひきこもりの理解と対応

〔講師〕 **伊藤 正俊 氏**

NPO法人から・ころセンター 代表  
KHJ全国ひきこもり家族会連合会 代表理事



#### プロフィール

1991年 山形県 米沢市で「登校拒否の子を持つ親の会」サークルあすなろを始める  
2003年 米沢市内に一軒家を借り、体と心のセンター(から・ころセンター)を開設  
2006年 引きこもりの若者の「居場所」を開設する。「からん・ころん」の広場  
2008年 山形県教育庁から「訪問支援員事業」の委託事業を受ける  
2016年 NPO法人全国ひきこもり家族会連合会 代表理事に就任

一緒に歩き出したい。

開催日

**8/25**

〔日曜日〕

【時間】13:30～15:30(13:00開場)

【場所】宍粟防災センター4階研修室

(宍粟市山崎町鹿沢65-3)

【参加費】無料 ※当日参加可

電話又はFAX **0790-65-9205**までお願いします。

主催／NPO法人ピアサポートひまわりの家

後援／宍粟市・宍粟市教育委員会・宍粟市社会福祉協議会

読者の  
感想より

元気な地域づくり等、身近な記事を興味深く拝見しております。頑張ってください。(山崎町 女性)

## ～第8期セカンドライフ応援セミナー～

### あなたの力で“元気な地域づくり”!

みなさんの「ちょっとやってみようかな」が  
『元気な地域づくり』につながります!

ちょっとした困りごとのお手伝いや、身近な地域の集いの場・居場所づくりについて学び、仲間づくりと地域活動への参加を応援するセミナーを開催します。

Part3

| 日 時 / 内 容 |                                                                    |
|-----------|--------------------------------------------------------------------|
| 1 回       | 8月31日(土) 13:30～15:30 一宮保健福祉センター<br>「地域をもっと元気に」 栗木 剛 氏 (Motto ひょうご) |
| 2 回       | 9月 7 日(土) 9:30～13:00 メイプル福祉センター<br>手打ちそば作り ～「食」をテーマに地域交流～          |
| 3 回       | 9月13日(金) 13:30～15:30 宍粟防災センター<br>地域を元気にするために、まずは自分の健康から!           |
| 4 回       | 9月20日(金) 13:30～15:30 宍粟防災センター<br>“元気な地域づくり”をお手伝い                   |

- 対 象 退職世代の方、地域づくりに関心がある方
- 受講料 1,000円(全4回通し)
- 定 員 20名 ●申込締切 8月23日(金)
- 申込先 山崎支部 ☎62-5530

## 宍粟市社協 ボランティア活動助成金

### 116団体へ助成



絵手紙ボランティアでは、ハガキ  
や絵の具等消耗品の購入に助成  
金を活用



ぼらんちゃん

7月4日(木)、ボランティア活動助成金交付審査会を開催し、116グループに対し167万2千円の助成を決定しました。

助成金は、宍粟市内のボランティアグループが、安定的かつ継続的に活動するために活用されています。

◎助成金の財源は、みなさまからお寄せいただいた善意銀行預託金を活用しています。

## 第64回こどもホームステイ事業 7月26日(金)～30日(火)

### ホストファミリーのみなさま ありがとうございました



プールで遊んだ人は?の質問に手を挙げる子どもたち

今年は、35世帯のホストファミリーのみなさまにご協力いただき、児童養護施設の子どもたち41人が、宍粟での4泊5日の夏を過ごしました。

子どもたちは、それぞれのご家庭の雰囲気を感じ、楽しかった思い出を胸に帰園しました。

ホストファミリーのみなさん、子どもたちをあたたく迎えていただき、本当にありがとうございました。

#### ●宍粟市社会福祉協議会感謝状 (10回受入れ)

松下朝男・弥生 (千種町)

#### ●のじぎく賞(5回受入れ)

森下 勝・啓子 (山崎町)

森川正夫・理恵 (一宮町)

橋本量正・典子 (一宮町)

猪尾春樹・公子 (一宮町)

鈴木浩之・和美 (波賀町)

田口すみ子 (千種町)

7/30(火)献  
送式において  
左記の方々に  
表彰、感謝状  
が贈呈されま  
した(敬称略)



子どもたちを見送るホストファミリー



(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

|       |      |     |
|-------|------|-----|
| 大江 新  | 中比地  | 金一封 |
| 中島 照雄 | 矢原   | 金一封 |
| 匿名    | 山崎町  | 金一封 |
| 山梨 卓司 | 山田   | 金一封 |
| 石垣 貴英 | 百千家満 | 金一封 |
| 大前 武史 | 杉田   | 金一封 |
| 細川 勝  | 福知   | 金一封 |

|        |     |     |
|--------|-----|-----|
| 前田 良弘  | 福田  | 金一封 |
| 阪本 保弘  | 曲里  | 金一封 |
| 秋田 三四郎 | 東市場 | 金一封 |
| 植木 哲也  | 上野  | 金一封 |
| 池上 護   | 奥西山 | 金一封 |
| 森下 延之  | 千草  | 金一封 |

##### ☆亡妻の3回忌の供養として

|      |     |
|------|-----|
| 居安 猛 | 金一封 |
|------|-----|

##### ☆見舞い返しとして

|        |     |     |
|--------|-----|-----|
| 藤原 しず子 | 原   | 金一封 |
| 匿名     | 波賀町 | 金一封 |

##### ☆地域福祉のために

|            |             |         |
|------------|-------------|---------|
| 森蔭 充       | 山崎町         | 2,000 円 |
| T.M        | 生谷          | 金一封     |
| 上ノ下べにばな同好会 | (バザー売上金の一部) | 金一封     |

|              |         |     |
|--------------|---------|-----|
| やまさき文化大学歌謡部  | 金一封     |     |
| T.M          | 宇原      | 金一封 |
| 匿名           | 一宮町     | 金一封 |
| 西公文福祉連絡会     |         |     |
| たなばたまつり福引売上金 | 7,500 円 |     |
| 匿名           | 波賀町     | 金一封 |

##### ☆福祉用具のお礼として

|      |     |     |
|------|-----|-----|
| 白川 溜 | 本鹿沢 | 金一封 |
|------|-----|-----|

##### ☆文化祭でのクッキー売り上げ

|             |         |
|-------------|---------|
| 千種高校ボランティア部 | 5,094 円 |
|-------------|---------|

##### ☆文化祭でのバザー売り上げ

|          |          |
|----------|----------|
| 千種高校 PTA | 28,790 円 |
|----------|----------|

金銭預託  
合計

**584,884 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

|                |     |
|----------------|-----|
| 井口住建           | 御名  |
| 前野 徳子          | 生谷  |
| 安井 禮子          | 門前  |
| 安井登記測量事務所      | 門前  |
| 味道園            | 三津  |
| (株)谷笹化成工業所     | 東下野 |
| 森方工業(株)        | 土万  |
| 志水板金工業(株)      | 土万  |
| 藤井 善光          | 三谷  |
| 山崎溶接工作所        | 須賀沢 |
| ツインリング福岡       | 青木  |
| 宍粟市役所          |     |
| 目叶 タマエ         | 生栖  |
| (株)ハミング        | 金谷  |
| (有)光明          | 東市場 |
| (有)森下自動車工業     | 福知  |
| 宍粟なでしこライオンズクラブ |     |

|                  |     |
|------------------|-----|
| 河野 広子            | 室   |
| 木山米穀店            | 千草  |
| 匿名 8 件           |     |
| ☆未使用・書き損じハガキ     |     |
| 匿名 4 件           |     |
| ☆ベルマーク・ロータスクーポン  |     |
| 調理ボランティア土万グループ   |     |
| 山崎溶接工作所          | 須賀沢 |
| 鶴木いきいき体操         |     |
| 匿名 2 件           |     |
| ☆プルタブ・ペットボトルキャップ |     |
| 前野 徳子            | 生谷  |
| 片山 昭悟            | 金谷  |
| 前田 順子            | 田井  |
| 伊野 紀雄            | 生谷  |
| 森方工業(株)          | 土万  |
| 志水板金工業(株)        | 土万  |
| 山崎溶接工作所          | 須賀沢 |
| ツインリング福岡         | 青木  |

|                |     |
|----------------|-----|
| 鶴木いきいき体操       |     |
| 宍粟市立神野小学校      |     |
| (有)森下自動車工業     | 福知  |
| 宍粟なでしこライオンズクラブ |     |
| カタヤマ           | 東市場 |
| 38 会           | 千種町 |
| 宍粟市立千種中学校      | 生徒会 |
| 作業所あゆみ         | 黒土  |
| 匿名 7 件         |     |
| ☆食料品(配食サービスへ)  |     |
| 調理ボランティア土万グループ |     |
| 内山 泰一          | 井内  |
| 秋田 茂           | 閭賀  |
| 比嘉 トシ子         | 小野  |
| 匿名 1 件         |     |
| ☆介護用品          |     |
| 福井 敏乃          | 上寺  |
| 匿名 2 件         |     |

##### ☆食のセーフティネット事業 (生活困窮者支援)

匿名 3 件

##### ☆その他

T シャツ

匿名 1 件

#### 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。  
7/1~7/31受付分  
(敬称略)

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致します。

読者の  
感想より

心配ごとはあとからわいてきますが、ポジティブに前をむいて進んでいこうと「こんにちは社協です!!」を読んで勇気もらって  
います。(山崎町 女性)



# たくさんの善意 ありがとうございました

善意推進月間と  
社協会費の集計報告

6月の善意推進月間にちなみ、皆様にお願ひしました善意の預託金は、おかげをもちまして総額4,009,227円という多額の預託金をお寄せいただくことができました。

また、同時期にお願ひした社協会員については、10,620世帯に加入していただきました。

みなさまからあたたかいお気持ちをお寄せいただいたことに深く感謝し、ご協力いただいた自治会のみなさまにお礼を申し上げます。ありがとうございました。

## 令和元年度善意の預託・社協会費集計一覧表

令和元年7月31日現在

| 自治会名 | 善意の預託 (円) | 社協会費 (円) |
|------|-----------|----------|
| 西町   | 11,000    | 33,000   |
| 本町   | 24,010    | 60,000   |
| 山田町  | 15,800    | 38,000   |
| 福原町  | 9,350     | 30,000   |
| 北魚町  | 10,081    | 24,000   |
| 寺町   | 5,340     | 15,000   |
| 紺屋町  | 3,900     | 13,000   |
| 伊沢町  | 集計中       | 17,000   |
| 出水町  | 11,677    | 48,000   |
| 富士野町 | 18,600    | 63,000   |
| 鴻ノ町  | 15,307    | 45,000   |
| 旭町   | 14,205    | 54,000   |
| 大歳町  | 21,000    | 67,000   |
| 元山崎  | 12,000    | 44,000   |
| 上寺   | 21,795    | 104,000  |
| 横須   | 18,000    | 60,000   |
| 東横須  | 23,806    | 98,000   |
| 庄能北  | 30,635    | 124,000  |
| 庄能南  | 23,410    | 74,800   |
| 今宿   | 33,430    | 82,000   |
| 中広瀬  | 16,200    | 53,000   |
| 山田   | 42,100    | 132,000  |
| 東鹿沢  | 13,531    | 43,000   |
| 中鹿沢  | 13,530    | 33,000   |
| 本鹿沢  | 15,000    | 50,000   |
| 西鹿沢  | 42,514    | 149,000  |
| 門前   | 22,104    | 117,000  |
| 加生   | 33,904    | 198,000  |
| 御名   | 35,665    | 83,000   |
| 千本屋  | 46,420    | 138,000  |
| 野    | 24,500    | 92,000   |
| 船元   | 15,000    | 45,000   |
| 下広瀬  | 9,000     | 22,000   |
| 中井   | 1,400     | 31,800   |
| 鶴木   | 47,000    | 94,000   |
| 春安   | 9,561     | 35,000   |
| 段    | 26,971    | 157,000  |
| 金谷   | 59,469    | 179,000  |
| 上比地  | 40,000    | 102,000  |
| 中比地  | 26,832    | 82,000   |
| 下比地  | 20,000    | 58,000   |
| 川戸   | 68,416    | 144,000  |
| 宇原   | 54,443    | 125,000  |
| 下宇原  | 25,800    | 88,000   |
| 須賀沢  | 54,247    | 146,000  |
| 出石   | 16,982    | 58,000   |
| 高所   | 20,900    | 70,000   |
| 中    | 28,682    | 80,000   |
| 中さつき | 26,700    | 82,000   |
| 三谷   | 19,819    | 52,000   |
| 中山   | 4,550     | 16,400   |
| 神谷   | 60,623    | 131,000  |
| 矢原   | 20,010    | 82,000   |
| 岸田   | 58,085    | 126,000  |

| 自治会名  | 善意の預託 (円) | 社協会費 (円)  |
|-------|-----------|-----------|
| 野々上   | 28,500    | 69,000    |
| 三津    | 23,318    | 79,000    |
| 梯     | 6,444     | 23,000    |
| 五十波   | 51,845    | 177,000   |
| さつき台  | 11,700    | 43,000    |
| 田井    | 36,910    | 115,000   |
| 与位    | 70,000    | 138,000   |
| 清野    | 17,558    | 33,000    |
| 杉ヶ瀬   | 22,500    | 44,000    |
| 木ノ谷   | 6,000     | 12,000    |
| 生谷    | 集計中       | 50,000    |
| 下町    | 36,300    | 121,000   |
| 宇野    | 16,416    | 49,000    |
| 片山    | 15,000    | 30,000    |
| 下牧谷   | 19,033    | 58,000    |
| 上牧谷   | 50,600    | 107,000   |
| 大谷    | 集計中       | 11,000    |
| 東下野   | 10,500    | 21,000    |
| 中野    | 40,600    | 94,000    |
| 上ノ下   | 31,533    | 89,000    |
| 上ノ上   | 16,839    | 55,000    |
| 小茅野   | 3,600     | 9,000     |
| 葛根    | 35,000    | 82,000    |
| 土万    | 21,834    | 83,000    |
| 塩山    | 13,885    | 49,000    |
| 大沢    | 10,000    | 60,000    |
| 木谷    | 29,489    | 97,000    |
| 市場    | 15,550    | 50,000    |
| 高下    | 59,100    | 198,000   |
| 青木    | 61,049    | 154,000   |
| 塩田    | 22,310    | 64,000    |
| 山崎支部計 | 2,126,717 | 6,452,000 |
| 曲里    | 51,400    | 106,000   |
| 嵯峨山   | 16,447    | 32,000    |
| 中安積   | 23,545    | 56,000    |
| 三林    | 11,800    | 22,000    |
| 杉田    | 27,300    | 54,000    |
| 西安積   | 41,600    | 64,000    |
| 閭賀    | 34,000    | 64,000    |
| 東市場   | 91,000    | 182,000   |
| 須行名   | 65,100    | 136,000   |
| 伊和    | 101,950   | 117,000   |
| 安黒    | 34,000    | 68,000    |
| 嶋田    | 33,400    | 109,000   |
| 下野田   | 20,000    | 40,000    |
| 上野田   | 9,600     | 38,000    |
| 能倉    | 14,100    | 76,000    |
| 福田    | 20,220    | 68,000    |
| 山田    | 17,821    | 37,000    |
| 中坪    | 16,000    | 32,000    |
| 本谷    | 20,450    | 38,000    |
| 福中    | 13,000    | 26,000    |
| 福知    | 65,313    | 123,000   |
| 生栖    | 40,300    | 68,000    |

| 自治会名  | 善意の預託 (円) | 社協会費 (円)   |
|-------|-----------|------------|
| 楽里    | 6,000     | 6,000      |
| 西深    | 33,011    | 55,000     |
| 深河谷   | 21,350    | 41,000     |
| 三方町   | 51,025    | 96,000     |
| 森添    | 7,700     | 11,000     |
| 東公文   | 15,506    | 46,000     |
| 西公文   | 45,355    | 91,000     |
| 河原田   | 26,400    | 57,000     |
| 福野    | 23,057    | 44,000     |
| 上岸田   | 31,000    | 61,000     |
| 百千家満  | 22,600    | 45,000     |
| 草木    | 集計中       | 10,000     |
| 千町    | 11,210    | 14,000     |
| 黒原    | 24,500    | 38,000     |
| 井内    | 4,300     | 12,000     |
| 横山    | 12,600    | 23,000     |
| 倉床    | 16,600    | 32,000     |
| 一宮支部計 | 1,120,560 | 2,238,000  |
| 日見谷   | 13,910    | 35,000     |
| 谷     | 49,300    | 97,000     |
| 小野    | 35,500    | 69,000     |
| 今市    | 6,200     | 18,000     |
| 安賀    | 31,825    | 80,000     |
| 齊木    | 72,547    | 158,000    |
| 有賀    | 20,100    | 51,000     |
| 上野    | 65,919    | 186,000    |
| 水谷    | 8,894     | 32,000     |
| 皆木    | 26,650    | 69,000     |
| 飯見    | 23,985    | 47,000     |
| 野尻    | 22,921    | 35,000     |
| 原有賀   | 12,000    | 24,000     |
| 原     | 19,700    | 55,000     |
| 日ノ原   | 7,500     | 12,000     |
| 音水    | 5,000     | 5,000      |
| 鹿伏    | 14,000    | 24,000     |
| 戸倉    | 4,500     | 8,000      |
| 道谷    | 10,200    | 32,000     |
| 波賀支部計 | 450,651   | 1,037,000  |
| 千草    | 33,289    | 120,000    |
| 岩野辺   | 50,800    | 155,000    |
| 河呂    | 20,000    | 84,000     |
| 河内    | 27,800    | 55,000     |
| 西河内   | 26,122    | 81,000     |
| 奥西山   | 19,128    | 52,000     |
| 西山    | 7,360     | 26,000     |
| 室     | 18,000    | 58,000     |
| 七野    | 19,000    | 37,000     |
| 下河野   | 16,450    | 44,000     |
| 黒土    | 25,350    | 68,000     |
| 中島    | 11,400    | 38,000     |
| 鷹巣    | 36,600    | 75,000     |
| 千種支部計 | 311,299   | 893,000    |
| 全体集計  | 4,009,227 | 10,620,000 |

読者の  
感想より

権利擁護の相談コーナー、とっても難しい相談ですが分かりやすく書いてありとても勉強させてもらっています。  
(山崎町 女性)

# 社協の 介護なんでも相談室

◎このコーナーは、みなさんが普段感じておられる、介護にまつわるさまざまな疑問にお答えしていきます。

## Q 自宅で利用できる介護サービスは何がありますか？

在宅での介護は体力的にも精神的にも大変なことです。介護サービスを上手に利用することで介護の負担を減らすことができます。自宅で利用できるサービスには、「訪問介護（ホームヘルプサービス）」、「訪問入浴サービス」、「訪問看護」、「訪問リハビリテーションサービス」などがあります。

今回は、訪問入浴サービスについて紹介します。訪問入浴サービスとは、ご自宅での入浴が困難になった方に、ベッドの横で浴槽を組み立て、安心安全に入浴していただくサービスです。

- ①瞬間湯沸かし器と浴槽を組み込んだ移動入浴車でご自宅に伺います。
- ②部屋の中に浴槽をセットします。浴槽は2分割されているので、狭い間口や廊下でも大丈夫です。
- ③入浴車で沸かしたお湯を浴槽に送ります。
- ④看護師1名と介護員2名が利用者の体調を確認しながら入浴していただきます。



自室で入浴介助します

ご家庭では、シャンプー・石鹸・着替え・タオル数枚をご準備いただくだけで結構です。ご希望があればシーツ交換もさせていただきます。



2台の入浴車が宍粟市内を走っています。見かけたらお気軽にお声をかけて覗いてみてください。

人は産湯に浸かってから、毎日のようにお風呂に入ります。暑い日でも寒い日でもお風呂に入ることによって、体だけでなく心までスッキリ軽くなります。

お風呂に入りたいという願いを叶えられるよう、しあわせはお風呂から。を合言葉に「しそう入浴サービス」は宍粟市内を走ります。

【しそう入浴サービス サービス提供責任者 田路章子】

## 頑張ってます!社協の結婚相談員さん

7月25日(木)、結婚相談員活動のレベルアップと相談員相互の連携を図ることを目的に研修会を開催しました。

今年は、相談員が講師となり、結婚相談の書類管理や相談ルール(流れや手順)について説明。「結婚相談所への登録者を増やしたい」「カップルへのフォローをしっかりと」「相談員同士の共有が図れて良かった」といった声が聞かれ、今後の相談員活動に活かせる有意義な研修となりました。



作業手順のワークショップ



婚活イベントの報告

宍粟市社協  
総合相談のご案内

**\*結婚相談\***  
日時 9月5日(木)、19日(木)  
午後1時30分～4時  
9月13日(金)  
午後6時～8時  
会場 宍粟防災センター

**\*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・お困りごとは社協へ!

読者の  
感想より

「いきいきライフ 教え子いっぱい 友だちもいっぱい」で知っている人がのってうれしく、又なつかしく読ませてもらっています。長い間お会いもしていませんでしたがわかっていなくてとてもステキにのっていました。元気そうでいろいろやってられるんですね。やさしさが伝わります。(山崎町 女性)

# いきいきライフ

## この感動を分かち合いたい

谷笹 利浩さん(57歳) 山崎町東下野

視覚障がい者の方の伴走者としてご活躍されていますね

**谷笹** きっかけは、13年前にさつきマラソン大会に初参加したことです。練習もろくにしなかったので制限時間ギリギリで何とかゴール。この時、伴走者と視覚障がい者の方に追い抜かれました。そのお二人の後ろ姿が忘れられず、自分もやりたいと思ったんです。そこで、ひょうごブラインドマラソン協会に入会し、ブラインドマラソン(視覚障がい者が行うマラソン)や伴走者の役割を知りました。



小学生にブラインドマラソンを教えたいただきました(7.31宍粟防災センター)

伴走者のやりがいについて教えてください

**谷笹** 伴走者は、視覚障がい者の目となり方向を伝えたり、たくさんのランナーを避けながら走ります。また、伴走者はリタイアできません。でも、42.195km走りきるのは、やっぱりめっちゃくちゃしんどい。そんな時に沿道からの応援を受けると、元気をもらい力が湧いてきます。一人でなく、伴走者としていっしょにゴールして感動を分かち合えることは大きな喜びです。これは、病みつきになりますね。

夏休みボランティアスクールではお世話になりました

**谷笹** 子どもたちにも、ブラインドマラソンを身近に感じてもらえればうれしいなあ。私も、最初は視覚障がいの知識は全くなかったので伴走や同行支援の勉強はしました。伴走は、相手のペースに合わせて安全にゴールすることが一番大切。必ずいっしょに万歳してゴールするんやで。



マラソン仲間と仮装をして。応援してくれる人にも楽しんでもほしいからね(谷笹さんは中央)



平日は社長として汗を流します。家族や従業員の応援はありがたいです

最後に一言お願いします

**谷笹** マラソンを通じて、視覚障がいの方や伴走者などいろいろな出会いがありますね。この取材もそうだし、夏休みボランティアスクールの子どもたちとの出会いもそうですね。それに、完走という明確な目標があるからゴールゲートを通り抜けた時はものすごい達成感があります。これからも、体力が続く限り楽しんでいきたいですね!

「マラソンは、大会前日に眠れないドキドキ感やスタート前の緊張感をこの年齢になっても味わうことができます。とにかくコツコツ練習することが大切ですね」といきいきと話してくださった利浩さん。これからも、お身体を大切にたくさんの方と感動を分かち合ってくださいね。  
(コミュニティワーカー 上川あゆみ)

## 宍粟市の福祉指標

(令和元年7月31日現在)

|    | 人口     | 65歳以上人口 | 高齢化率  | H30.7月末<br>高齢化率 |
|----|--------|---------|-------|-----------------|
| 山崎 | 23,241 | 7,408   | 31.9% | 31.1%           |
| 一宮 | 7,964  | 2,932   | 36.8% | 35.8%           |
| 波賀 | 3,530  | 1,423   | 40.3% | 39.5%           |
| 千種 | 2,802  | 1,176   | 42.0% | 40.6%           |
| 全体 | 37,537 | 12,939  | 34.5% | 33.6%           |

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.169

漢字3文字を  
考えてください。

記 汽  
衣

ヒント  
P7  
宍粟市内では2台  
の〇〇〇が活躍  
しています

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) 令和元年8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

7月号の答え「新体制」 田中ふき子(山崎町) 寺脇キヌエ(一宮町)  
右の方が当選されました。 山田いづみ(山崎町) 坪田しおん(たつの市)  
(敬称略) 安田 吉次(一宮町)