

こんにちは! 社協です!!

ふれあいネットワーク

2019

2月

No.164



特集

社協の「配食サービス」

手作りお弁当で暮らしを支える

波賀町安賀

橋口 美好さん(68歳)

○龍鳳くん(2歳)

○豹龍くん(9カ月)

えりなさん

■長男・二男

ひ孫と
いっしょ

シリーズ 163

手作りお弁当で暮らしを支える

社協の「配食サービス」

節分に合わせ
巻寿司も！



29年度は、4つの支部で14,972食(387回)のお弁当を利用者にお届けしました。配食サービスがボランティアのみなさんにとって、楽しみや生きがい活動にもつながっています

配食サービス事業(以下、配食サービス)は、多くの地域住民の協力により実施しており、食生活の改善と合わせて、孤独になりがちな高齢者を定期的に訪問する安否確認の役割を担っています。

そして、高齢者が在宅で暮らし続けるために必要とする「日常的な生活支援」の事業の一つとして配食サービスが位置づけられています。

ボランティアに支えられ 手作りお弁当を提供

配食サービスは、旧町(山崎・一宮・波賀・千種)時代から、調理・配送・配達すべてにわたり、ボランティアのみなさんに支えられてきました。

現在、週2回(山崎・千種：火曜・木曜の夕食、一宮・波賀：火曜の昼食と金曜の夕食)の食事を提供しています。



季節の食材を使った
お弁当は1食 400円

訪問や電話など 必ず利用者の安否を確認

対象者は、①75歳以上のひとり暮らし世帯の方、②世帯構成員全員が75歳以上で特に生活支援が必要な方、③その他、支援が必要と認められた方としており、申込者の確認を行う場合、担当地区の民生委員・児童委員の協力を得ています。

配達時に利用者が不在の場合は、ボランティアさんから事務所に連絡が入り、訪問や電話など必ず利用者の安否を確認します。ボランティアさんと職員が協力し取り組むことで、利用者の暮らしを支えています。

栄養士が献立の作成等 全体をコーディネート

配食サービスでは、本部に一名栄養士が配置されています。栄養士は、4つの支部でボラ

ンティアのみなさんと調理を行うほか、献立の作成や材料の発注・買い出し、また利用申込みの調整や利用料徴収の取りまとめ等、事業全体をコーディネートしており幅広い活動を展開しています。

料理することが好き！ 車の運転は任せて！

今後、配食サービスが重要な役割を担う中で、ボランティアの確保が一番の課題です。

「料理することが好き！」「車の運転は任せてー」…まずは、穴栗市社協までお問い合わせください。みなさんのご協力をお待ちしております。

(地域福祉課長 波多野好則)



「ご利用者の顔を浮かべながら、ボランティアのみなさんと楽しくお弁当を作り、声かけを大切にお届けしています」と、中野祐子栄養士(写真右)

読者の
感想より

ひ孫といっしょの高齢者の方々の“凜”としたお姿に元気づけられ、大きな目標にしています(山崎町 女性)

みんなで交流し 顔の見える関係づくり

一宮ボランティア連絡協議会

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。



「1.17メモリアルウォーク2019」に会員で参加

宍粟市で、「ふくしのまちづくり」を進める上で欠かせない存在がボランティア。

一宮支部には38グループの総勢384名で「一宮ボランティア連絡協議会」(以下、一宮V連)が組織されています。一宮V連では、個々のグループの枠を超えて横のつながりを持ち、顔の見える関係づくりをしながら、協働して事業を実施することでボランティア活動の発展と啓発を行っています。

平成20年から各グループの活動を会員に知ってもらおうと「ボランティアの風」を発行しており、6月の「ボランティアの日」には清掃奉仕として、地元施設のまどか園とはりま自立の家で汗を流しています。

また、震災を風化させない取り組みとして、阪神淡路大震災と東日本大震災の追悼行事に毎年協力しています。3月11日には、追悼行事と合わせて「一宮ボランティアのつどい」を予定しており、会員が楽しめる



裏面は各グループ紹介を掲載

プログラムを企画しています。

「みんなで交流し楽しみながら、身近なところでできるボランティア活動を今後も続けたい。」と、一宮V連会長の進藤弘子さんは話されます。

高齢化による会員の減少で活動継続が厳しいグループもありますが、会員同士が共に協力し合いながら、ボランティア活動に精励されています。今後ともそれぞれの分野で活躍されることを願っています。(一宮支部長 春名章宏)



昨年の「3.11追悼行事」から

賛助会員は社協のサポーターです

平成31年度 社協賛助会員募集中!!

賛助会費は地域福祉を進める社協の貴重な活動財源です。賛助会員になっていただき、社協活動を応援してください。ご協力いただける方は、下記の本会口座へ振り込みをしていただくか、本部・支部事務局へお届けください。1月、2月に納入いただいた方は、3月号でご紹介します。



1口: 2,000円

◆金融機関振込み口座

口座名義『宍粟市社会福祉協議会』

※市内にある本店(所)および各支店(所)で振り込むことができます。(手数料無料)

J A ハ リ マ	本 所	(当)	0020572
J A 兵 庫 西	山崎支店	(普)	0010850
西兵庫信用金庫	一宮支店	(普)	0147329
淡陽信用組合	一宮支店	(普)	0263182

◆郵便振替

加入者名『社会福祉法人宍粟市社会福祉協議会』

記号・番号 00970-8-82211

賛助会費は
税額控除の
対象です



安心したボランティア活動のために!

ボランティア活動中の“万が一”の事故に備えて

平成31年度 ボランティア・市民活動 災害共済

この共済は、ボランティア活動者自身がケガをした(傷害事故)、他人にケガをさせてしまったり、他人の物を壊してしまった(賠償事故)などの事故に備えていただくためのものです。

補償期間:平成31年4月1日
～平成32年3月31日

掛 金:1名につき500円

※個人でも団体・グループでも加入できます。

※昨年度加入グループについては、3月初旬頃にグループ代表者へ案内いたします。

△お問合せ:各支部

「ふくしの出前講座」で 福祉学習をサポート!

宍粟市社協では、『ふくしの出前講座』を実施しており、各支部の職員が、市内の小・中学校、高校で計画される「福祉学習」をサポートしています!



「福祉」について



高齢者疑似体験



点字体験



車いす体験

また、自治会(福祉連絡会)や企業を対象にした出前講座も行っています。学習目的、対象、年齢、人数等に合わせ内容を調整し、**職員やそれぞれの分野の専門職、障がいを持つ当事者、そして地域のボランティア**が講師やゲストとしてお伺いしています。

(コミュニティワーカー 秦亜里彩)

東日本大震災 追悼行事のお知らせ



各支部で、午後2時46分に
あわせて黙祷を捧げます

本会では、宍粟市ボランティア連絡会に協力いただき追悼行事を行います。どなたでも参加できます。詳しくは社協各支部にお問い合わせ下さい。

3/11(月) 午後2時30分～3時

会場:宍粟市社協各支部

(宍粟防災センター・一宮保健福祉センター

メイプル福祉センター・千種保健福祉センター)

ペットボトル灯ろうづくり

3/8(金) 午後1時30分～3時

会場:一宮保健福祉センター

持ち物:2ℓペットボトル、はさみ



※追悼行事に使用する灯ろうを500本作製します。2ℓペットボトルを集めていますので、ご協力いただける方は、各支部へお届けください。

～阪神淡路大震災から24年～



宍粟防災センター



千種保健福祉センター

あの日を忘れない…
平成最後の1.17

1月17日(木)、社協各支部で「阪神淡路大震災の追悼行事」を行いました。

当日は、宍粟市ボランティア連絡会にご協力いただき作成した竹灯ろうとロウソクを用いて献花台を設け、来所された方々といっしょに犠牲者を追悼しました。

阪神淡路大震災から24年の月日が経ち、震災を知らない世代が増えている中で、その経験と教訓を語り継いでいくという課題の大きさを改めて感じた1日でした。

(コミュニティワーカー 浅野有香)

やさしさ♡ありがとう 善意銀行だより

(1/1~1/31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

大路 正隆	清野	金一封
尾前 敏昭	上野	金一封
赤松 敬三	小野	金一封
柿本 卓也	道谷	金一封

雛倉 忠司	室	金一封
上山 邦輝	岩野辺	金一封
八木 敏夫	東市場	金一封
大上 輝明	東公文	金一封
田中 祥一	嵯峨山	金一封
椋谷 米男	齊木	金一封

☆見舞い返しとして

匿名	波賀町	金一封
匿名	山崎町	金一封

☆地域福祉のために

T・M	呉市	金一封
やまさき文化大学	歌謡部	金一封
T・M	宇原	金一封
板馬見山保存会	千種町	金一封

西播磨地域の県職員 歳末愛の預託運動	たつの市	21,000円
実際寺花園会女性部 (おかげ様募金として)	西公文	32,450円
中野 あすか	東市場	金一封

☆クリスマス献金より

日本キリスト教団 山崎教会	本鹿沢	金一封
------------------	-----	-----

☆福祉用具のお礼として

匿名	波賀町	金一封
----	-----	-----

☆その他

匿名	山崎町	金一封
----	-----	-----

金銭預託
合計 **470,450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

やまさき白寿園	春安
井口住建	御名
前野 徳子	生谷
片山 昭悟	金谷
清水 千代子	上寺
松田 智恵子	上牧谷
有坂井設備	生谷
藤多 圭子	青木
志水板金工業(株)	土万
篠田動物病院	加生
グリーン工房 いなざわ	今宿

小椋 あや子	西公文
有光明	金谷
株ハミング	金谷
段林 綾子	河原田
匿名15件	
☆未使用・書き損じハガキ	
まるみ屋	上野
清水 ちづ子	西河内
秋田 昌明	関賀
匿名15件	
☆使用済みテレカ	
有坂井設備	生谷
☆ベルマーク・ロータスクーポン	

萩原 千陽	青木
藤多 圭子	青木
志水板金工業(株)	土万
匿名2件	山崎町
☆プラタブ・ペットボトルキャップ	
前野 徳子	生谷
松田 智恵子	上牧谷
志水板金工業(株)	土万
多賀 秀夫	青木
ふれあいサロン	室
上山 安博	福野
千種高校ボランティア部	
宍粟なでしこライオンズクラブ	

匿名6件	
☆食料品(配食サービスへ)	
前田 勝之	中坪
匿名1件	
☆介護用品	
匿名1件	
☆食のセーフティネット事業 (生活困窮者支援)	
宍粟市消費者協会	
匿名1件	
☆シャワーチェアー・収入 印紙・紙容器・割り箸等	
兵庫県立千種高等学校	
匿名3件	

社協の遊具を“集いの場”や“居場所づくり”に

宍粟市社協では、みなさまからお寄せいただいた善意銀行の預託金を活用して、自治会での行事やふれあい喫茶・サロンなどで気軽に楽しめる遊具を無料で貸し出ししています。みなさんの地域の“集いの場”や“居場所づくり”にぜひご活用ください。



読者の
感想より

毎月社協の広報紙を楽しんでいます。今年もパワフル便りを作ってね(一宮町 女性)

恋たび♪ ～婚活セミナー&交流会～ いちご狩り&古民家カフェで島ランチ

宍粟市出会いサポートセンターでは、春の淡路を満喫する恋たびバスツアーを計画しました。
恋をしたい独身男女の皆さん、ご参加下さい。

と き 3月24日(日)

行き先 古民家カフェと宿「淡」など(淡路方面)

集合 宍粟防災センターまたは姫路駅南口

○対象 25歳～45歳の独身男女 各15名

※応募多数の場合は抽選

※男性は宍粟市内在住でイベント初参加者を優先

○参加費 男女とも3,000円

○申込み ①氏名②性別③年齢④電話連絡先等を記入の上、宍粟市出会いサポートセンターへメール(下記)でお申込み下さい。

●イベントのお問合せ・申込先
宍粟市出会いサポートセンター
(宍粟市社会福祉協議会)

TEL : 0790-62-5530

MAIL : deai@shiso-wel.or.jp



記念行事やイベント等の大量注文も承ります

就労継続支援A型

福祉の店「はりまっ子」山崎店

福祉の店「はりまっ子」山崎店は、障がいのある人たちの就労を支援する事業所です。

「はりまっ子」では、**どら焼き**(つぶあん他5種類)や**ドーナツ**(プレーン他2種類)を製造・販売しています。店内では、どら焼き・ドーナツやソフトクリーム、珈琲をお召し上がりになれます。

国道29号線沿い宍粟警察署の斜め前にありますので、お気軽にお立ち寄りください。



焼きドーナツ製造中!



ベーカリーショップ

◎イオン店内にある「ベーカリーショップ・はりまっ子」では、数多くの焼立てパン・クッキー等を製造・販売。

◎施設外就労先の「マイドリーム山崎店」では、精米・計量・梱包作業を行い白米を販売。

NPO法人はりま福祉会(就労継続支援A型)

福祉の店「はりまっ子」山崎店

山崎町山田185-1 TEL/FAX 63-2670



平成30年度 歳末たすけあい運動 ～募金総額361万円 ご協力ありがとうございました～

歳末たすけあい運動について、お寄せいただいた募金は、宍粟市社会福祉協議会に配分し、75歳以上のひとり暮らし世帯の方へのたすけあいサービスや、こどもたちの心を育む取り組み等に活用させていただきました。運動にご協力をいただきました自治会関係者や民生委員・児童委員のみなさま、そして、募金をいただいたみなさまに感謝いたします。ありがとうございました。



サンタクロース派遣事業
市内13か所へ派遣



赤い羽根こども劇場
市内3会場で626名が鑑賞



歳末特別給食サービス
304名の方へ



赤い羽根あったか
灯油配達サービス
472名の方へ



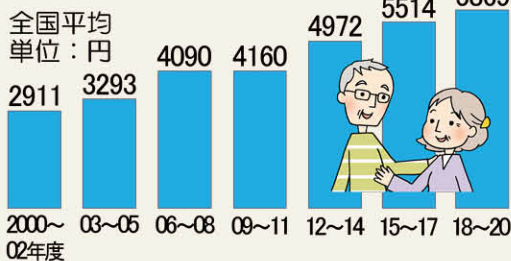
一人親家庭応援
新入学児童ランドセル
購入助成事業 10名申込
(2月末締切)

社協カレンダーの
配布サービス
788名の方へ



Q 介護保険料やサービスの利用でかかる費用は？

65歳以上の介護保険料



『毎月保険料を払っていますが高くないですか？
どんな仕組みで決まるんですか？』

介護保険の保険料は市町村ごとに異なり、月3,000円～9,800円と大きな開きがあります。これは市町村で使われる向こう3年間のサービスの費用を見込んで決められているもので、3年ごとに保険料が設定されます。

現在65歳以上の人がかかる保険料の全国平均は5,869円で、原則年金から天引きされます。ちなみに岡栗市の介護

保険料の基準額は月6,700円です（平成30年度から3年間）。

『サービスを利用した時の負担は？』

介護支援専門員が立てるケアプランに基づいてサービスを利用した時には、費用の一部を負担します。サービス事業者に支払う自己負担割合は1割ですが、年金収入や所得額、単身世帯、夫婦世帯により負担割合は変わります。一定の所得が高い方は2割や3割になります。

利用するサービス（通所系サービス・訪問系サービス・施設サービス）の内容によって利用料が異なり、また要介護状態区分に応じて1か月に利用できる額が決められています（右図参照）。サービスの利用により支給限度額を超えた分については全額（10割）自己負担になります。

在宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	1か月の支給限度額
要支援1	50,030円
要支援2	104,730円
要介護1	166,920円
要介護2	196,160円
要介護3	269,310円
要介護4	308,060円
要介護5	360,650円

介護が必要な高齢者が地域で暮らしていくためには、介護サービスだけでなく、家族や友人、地域の人などの支援が欠かせません。介護サービス（フォーマルサービス）とともに、地域の見守りや支え合いによる支援（インフォーマルサービス）を組み合わせたプラン作りを心がけていますので、さまざまな情報をお寄せください。

【岡栗市社協はが 介護支援専門員 岡田恵美】

～使用済の切手が生まれ変わります～

社協の本部・各支部では、使用済み切手（古切手）をはじめ使用済みテレホンカード、ベルマーク、ロータスクーポンなどを受け付けています。これらは、神戸市の「NPO法人 誕生日ありがとう運動本部」へ送付することで、知力ハンディキャップ問題の啓発への活動資金に役立っています。

集めた古切手は、ボランティアの手で整理され、古切手セットやしおりに生まれ変わり、外国人への販売や観光みやげ、バザーなどで販売して、売上金が啓発活動の資金となります。



何気なく捨ててしまう古切手が生まれ変わります～古切手セット～

社協職員募集のお知らせ

岡栗市社会福祉協議会では
福祉の仕事に熱意のある方を求めています！

20代からの若い力が活躍できる仕事です!!

※社会福祉士、社会福祉主事任用資格、栄養士、調理師等の資格所持者は優遇いたします。また、福祉関係の資格をお持ちでない方でも歓迎いたします。ぜひお問合せください。社会保険、福利厚生、正規登用制度あり。

詳しくはホームページをご覧ください

お問合せは…
岡栗市社会福祉協議会 本部 電話72-8787

＊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

会場
山崎支部（62-5530）
お問い合わせ
岡栗防災センター

結婚相談所を金曜日の夕方に開設しています

＊結婚相談
日時 3月7日（木）、14日（木）
午後1時30分～4時
3月8日（金）
午後6時～8時

岡栗市社協
総合相談のご案内

相談無料
秘密厳守

暮らしの相談・お困りごとは社協へ！

いきいきライフ

思いやり、気配りのできる人に

大島 千明さん(58歳) 波賀町安賀
盲導犬 タバサ(9歳)

今日も点字教室ありがとうございました

大島 今日は波賀中学校2年生だったので、小学生と比べて覚えるのが早いし、どんな質問があるのか緊張しました。人前で話すのは苦手ですが、いつも山崎の“点訳ボランティアあい”のみなさんや今日は波賀のボランティアの方々のお世話になり、無事終わってよかったです。



ちゃんと点
字が打てた
かな
(1/28)

大島さんが子どもたちに伝えたいことは?

大島 思いやりがあり、気配りのできる人になってほしいですね。障がい者の差別は少なくなったといわれますが、まだまだ(障がいや盲導犬について)理解されていないことは多いです。私は目が見えないので、街でみかけたら「どうされました?」とか「何かお手伝いしましょうか?」と何気なく聞いてもらえる、そんな世界になってほしいですね。

お仕事いそがしそうですね

大島 毎日、千種の作業所あゆみへ行き、箱作りや検品作業をしています。最初は自分にできるか不安だったけど、今はとてもやりがいを感じて仕事を楽しんでいますよ。それに作業所に行くようになって、いろんな人に出会い、いろんな障がいの方といっしょに作業することで、今まで見えなかったことが見えるようになりました。そういうことも福祉学習に活かしたいです。



手で確認し
ながら箱を
組立ます

タバサが今年で引退とお聞きしましたが?

大島 タバサは11月で10歳になるので盲導犬は引退です。この子はほんとにやんちゃで、本当は(盲導犬は)もう少しおとなしいんですけどね。平成15年に一頭目の盲導犬ホープがきて、タバサで二頭目。盲導犬が来て明るくなったねと言われたり、私も少しやさしくなったかな(笑)。いろいろな思い出がありますが、盲導犬はタバサが最後かなと思っています。



孫の大翔くん

昨年2人の娘さんが同じ時期に結婚・出産され、いっぺんに2人のおばあちゃんになった大島さん。孫は格別にかわいいとデレデレです。仕事もプライベートも充実され、「恥ずかしいわあ」と言いながらもイキイキした表情でインタビューに答えてくださいました。
(コミュニティワーカー 田中 祥仁)

宍粟市の福祉指標

(平成31年1月31日現在)

	人口	65歳以上人口	高齢化率	H30.1月末 高齢化率
山崎	23,442	7,363	31.4%	30.7%
一宮	8,064	2,924	36.3%	35.5%
波賀	3,582	1,437	40.1%	38.6%
千種	2,860	1,187	41.5%	40.2%
全体	37,948	12,911	34.0%	33.2%

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.163

□にあてはまる
漢字2文字を
考えてください。

軍
事

ヒント
2ページ。
手作りお弁当で
暮らしを支える
社協の「○○サービス」

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31年2月28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

1月号の答え「身近」
右の方が当選されました。
(敬称略)

谷本のり子(山崎町) 千本 勝枝(山崎町)
秦 満(山崎町) 前野 徳子(山崎町)
中村 珠子(一宮町)