

し や き よ う

# 社 協 かみかわ

No.80

2019年2月発行

## ～地域福祉の情報紙～

### 主な記事

- 2ページ 歳末助け合い募金のお礼と配分報告
- 3ページ ～みんなで子育てははじめの一步～参加者募集
- 4ページ 食事からフレイル予防
- 5ページ 運転員募集
- 6ページ おゆずりプラザ開催案内
- 7ページ 要約筆記講座参加者募集
- 8ページ 感謝のお知らせ かみかわペンリレー<sup>④</sup>



### 表紙より

## 福祉給食サービスで届けられるお弁当

社協では、おひとり暮らしのお年寄りなどに、ボランティアが作ったお弁当を見守りを兼ねてお届けしています。

福祉給食サービスの調理と配食をしてくださるボランティアを、随時募集中です。

# 2・3 月号

編集発行 社会福祉法人  
神河町社会福祉協議会



# ご協力いただき ありがとうございます！ 歳末たすけあい募金

神河町共同募金委員会(社協)では例年、10月から12月にかけて、町内の皆さまへ「歳末たすけあい募金」のお願いをしており、今年も多くの温かいお気持ちをいただくことができました。

お寄せいただいた募金は、年末年始の時期、生活がお困りの方や、ご家族の介護をされている世帯などへの支援に活用させていただきます。

なお、区長さんをはじめ、区の役員さんにおかれましてはこの運動の趣旨にご賛同いただき、区内の募金の取りまとめにご協力くださいまして、本当にありがとうございました。

**募金総額 1,765,517円**

◇戸別募金 1,689,800円

◇窓口募金箱 1,355円

◇個人預託 74,362円

- ・神河町文化協会
- ・中播磨県民センター職員有志
- ・匿名

皆さまの温かい気持ち、しっかりと届きました！

## 『歳末たすけあい募金』の配分報告

### ◆ご自宅で介護が必要な方とその介護者への見舞品(73件)

お家で介護を受けておられる方のご自宅へ、お見舞い品として、パジャマ、敷きパッド、町内で使える食事券の中から、希望されたいいただき、それを年末にお届けしました。これから寒さが厳しくなるので十分に温かくして療養ください。

### ◆児童生徒就学援助費受給世帯への支援金(91件)

経済的にゆとりのない、小・中学生の子どもさんがいる世帯へ、民生委員さんに訪問していただき、子どもさん達への就学支援金を保護者の方にお渡しいたしました。

お渡しする際に、この支援金は皆さまからお寄せいただいた歳末募金からであることを伝え、大切にお使いいただくようお願いしました。

### ◆生活困窮世帯への支援金(9件)

長い間、安定した仕事に就いていない、わずかな年金のためかなり厳しい生活を送っているといった理由で、生活が相当困窮されている世帯へ、民生委員さんを通じて、年末に支援金をお渡しいたしました。これからの生活のためにお役立てください。

### ◆ひとり暮らし高齢者等への年末大掃除サービス(17件)

ひとり暮らし高齢者などで年末の大掃除が大変な方に、窓拭きや照明器具の掃除、伸びた庭木の枝切りなどとして欲しい作業をお申し込みいただき、それを社協がシルバー人材センターに委託して、年末の大掃除サービスを実施しました。

サービスを利用された方からは「高齢となり、自分ではどうしてもできないのでとてもありがたいです」と感謝の連絡がありました。

### ◆幼児施設への絵本教材等の購入助成

神崎保育園と寺前保育所へ、子どもたちが楽しく使う楽器や玩具などを購入するための助成を行いました。

### ◆『遠くへ行くリーダー』の開催助成

体に重い障害などがあり、介助なしには外出することが困難な方たちが介助ボランティアさんを手伝ってもらいながら、鳥取砂丘までの楽しい一日旅行に出かけました。広大な砂丘に皆がとても感動しました。

### ◆神河町共同募金委員会会計への繰り入れ

歳末たすけあい募金運動の実施主体である神河町共同募金委員会の活動にかかる経費に一部充てました。





## ～みんなで子育て はじめの一步～

### 地域の皆様！

ご自分の子育てから手が離れ、少し時間ができた今、ご自身の孫はもちろん、神河町の「たからもの」である子どもたち、子育て世代と、ふれあいを楽しみ、「できること」を見つけてみませんか？  
地域で子育てを応援するはじめの一步です。

### 子育て中の皆様！

我が子と地域の皆さんとのふれあいを楽しみ、いつもと違うわが子の姿を感じてみませんか？  
親子で地域とつながるはじめの一步です。

**日時** 平成31年3月16日(土) 9:30～12:00

**場所** 児童センターきらきら館 遊戯ホール

### 内容

第1部 9:30～10:20

楽しく！リトミック 講師 衣笠マナミ先生(リフレセラピスト)

第2部: 10:30～11:20

子育て講演会「地域で子育て孫育て」講師 西本寛先生(ケアステーションかんざき所長 作業療法士)

\*終了後、茶話を予定しています。

まちの子育てひろばの  
パネル展示もありますよ!

**対象・定員** 神河町民(子育て支援に関心がある方)先着40名

就学前の親子(子どもさんが概ね5歳まで)先着40組(親子)

**参加費** 無料 **申込み** きらきら館(☎32-2410)又は健康福祉課(☎32-2421)  
社会福祉協議会(☎32-2303)へ電話又は来所にてお申し込みください。

**※切** 平成31年2月17日(日)

### 〈神河町子育て世代包括支援センター〉

#### かみかわのたからもの相談所

ワンストップ相談窓口 妊娠前から乳幼児期・学齢期・思春期の子育て中の「かみかわのたからもの(子どもと子育て期の家庭)」のご相談に応じる、子育てに関するワンストップの相談窓口です。必要に応じて手続きの窓口につないだり、関係機関と連携して子育てを応援します。

相談窓口 健康福祉課(☎32-2421) きらきら館(☎32-2410)



阪神淡路大震災1・17のこころ  
ろっそく・竹筒のご提供  
ありがとうございます！  
阪神淡路大震災から24年目を迎える  
1月17日、神戸市の東遊園地において  
「阪神淡路大震災1・17のこころ」が  
今年も開催され、神河町からも例年ど  
おり竹筒とろっそくを送りました。  
竹筒は、町内の老人クラブより  
500本近くが集まり、ろっそくは、  
井上明美さん(柏尾)からご提供いた  
だいたものと夏休みに町内の小学生  
が作製したものを合わせて250個  
以上となり、これらを神戸に送るこ  
とができました。  
犠牲者の追悼と震災から生まれた絆  
を語り継いでいくと云うこのつどいの  
趣旨にご理解いただき、あたたかいご協  
力を本当にありがとうございました。

### みんなの声

●神河町の実家に帰省した時に初めて貴紙を拝見しました。バックナンバーをホームページを参照してみます。  
(神戸市 男性)

元気に  
長生きしよう!

# 食事からフレイル予防



## かき じぶに 牡蠣の治部煮 (2人分)

・牡蠣むき身	1パック
・片栗粉	適量
・ほうれん草(ブロッコリー)	2株
・しいたけ(舞茸・しめじ)	2個
調味料	
・だし汁	140cc
・酒	60cc
・みりん	20cc
・醤油(薄口醤油)	大さじ1/2~1
・レモン汁(ゆず)	少量

- ① 牡蠣を塩水か酢水でさっと洗い、水気を切っておく。
- ② ほうれん草(ブロッコリー)を下茹し、しばっておく。しいたけ(舞茸・しめじ)は食べやすい大きさにカットする。
- ③ 調味料を鍋に入れて沸騰させ、①の牡蠣に片栗粉をまぶして1つつ鍋に入れていく。
- ④ しいたけ(舞茸・しめじ)を加えて蓋をし、弱火にして8~10分煮る。焦げやすいので途中で軽くまぜる。
- ⑤ 器に盛りつけて、ほうれん草(ブロッコリー)を添える
- ⑥ 食べる前にレモン汁(ゆず)をかける



デイサービスセンター蓮 栄養士

## 牡蠣は栄養がいっぱい

牡蠣は海のミルクと呼ばれ、ビタミンB1・B2・B12などのビタミン類や、亜鉛・鉄などのミネラル、アミノ酸、タウリン、グリコーゲン豊富に含んでいます。造血作用のあるほうれん草と一緒に食べると、貧血予防効果を高めます。また、αリノレン酸の多いブロッコリーと一緒に食べると、アレルギー症状を抑える効果を期待できます。レモン汁やゆず等のビタミンCは、鉄の吸収を高めてくれます。※牡蠣のビタミンは水に溶けやすいので、煮汁も一緒に食べる事をおすすめします。旬であり栄養たっぷりの牡蠣を、金沢の郷土料理の治部煮にアレンジしました。寒い時期にピッタリの一品です。

## TSU・NA・GU<sup>®</sup>16

### 〈“元気で長生き”の地域づくり〉

介護が必要な状態になる理由は「認知症」「高齢による衰弱(フレイル)」「骨折・転倒」の割合が多くなっています。特に女性は50歳以降急激に骨量が減少するため、骨折・転倒によって要介護状態になるリスクが高くなりますが、食事や運動で骨密度を維持・上昇させることは可能です。また、TSU・NA・GU<sup>®</sup>16でも書いたように、フレイルの最初の入口は社会との繋がりを失うことです。運動習慣はあっても文化活動やボランティア活動をしていない人は、運動習慣はないが文化活動やボランティア活動をしている人に比べフレイルリスクが3倍近く高いという研究結果が出ています。反対に、社会参加が健康を維持し、役割を担うとさらに認知症等のリスクを減少させる効果があるという結果もあります。

毎日の食事でエネルギーとたんぱく質をしっかり摂る、太陽の光を浴び意識して身体を動かす、地域のミニデイや集いの場に積極的に参加する、そして家族や地域の中で役割を持ち活躍することが健康維持の秘訣です。高齢化率が約35%の神河町には高齢者がたくさんおられます。地域の中でどんどん活躍していただいて、“元気で長生き”の地域づくりを進めましょう。

## 社協からのお知らせ

### 運転員募集中！

あなたの力を必要としています！

社会福祉協議会では、車椅子を要する方をスロープ付き福祉車両で神崎総合病院等へ送迎する「移送サービス」や、家族に車の運転をする人がいない高齢世帯を対象に「お買い物送迎サービス」を実施しています。

これらの事業の運転及び乗降のお手伝いをしていただけの方を募集しています。人と接することが好きな方、やりがいのあるお仕事を試みませんか。

**資格** 普通自動車運転免許をお持ちの町内在住の65歳までの方

#### 勤務形態

●病院移送 週2～3日程度

8時30分～17時15分の間で概ね2～3時間

●買い物送迎 町内エリアごとに月4回から

8時30分～15時00分の間で

半日～1日

#### 申し込み方法

電話連絡の上、免許書・履歴書  
(写真つき)をお持ちください。

神河町社会福祉協議会

(☎32-2303)



## 福祉ぷちショップ オープンのお知らせ

社協窓口において、次のとおり『福祉ぷちショップ』をオープンします。  
町内の皆様より無償で提供していただいた品物を安価で販売し、収益金を生活に困窮されている方の支援に活用します。今回もたくさんの品物が届いていますのでぜひ売上げにご協力ください。

**日時** 平成31年2月1日(金)～

**平日の午前8時30分から午後5時15分まで**にお越しください。

\*品物がなくなり次第終了します。

…………… **福祉ぷちショップのための品物の提供を募集中!** ……………

引き続き、福祉ぷちショップで販売する品物を随時受け付けています。ご自宅に、お返し等でいただいた品物など余っているものがありましたら、ご提供願います。

◎品物の一例

コーヒー、サラダ油、缶詰、洗剤、日用雑貨等

※開封されたものや生鮮食品、消費期限が近づいた食品はご遠慮ください。

◎連絡先 神河町社会福祉協議会 (☎32-2303)

## 社協の子育て応援 「おゆずりプラザ」開催!

まだまだ使用できる子育て用品をお譲りする“おゆずりプラザ”を開催します。ご家族やお友達と一緒にぜひお越しください。

★日時 平成31年3月24日(日)・25日(月) 9時~12時

★場所 神崎支庁舎 研修室・あい愛ルーム

★お譲りできる子育て用品(予定)

ランドセル・制服・ベビーカー・チャイルドシート・ベビーベッド・おもちゃ・子ども服等々(ランドセルや制服は、生活に困窮されている世帯を優先に譲ります。ご了承ください。)

★24日のみ、入場料を200円いただきます。

★8時より整理券をお配りします。③神崎支庁舎は8時30分に開きますが、開場は9時です。



### 子育て用品を寄付してください

今は使用していない子育て用品を、社協に寄付していただけますか? それを必要としている方にお譲りします。0歳~小学生くらいの子育てに必要なものなら何でもO・K 眠っている子育て用品にもう一度活躍の場を与える機会、そして神河町の子育て世代を応援するために、ぜひご協力をお願いします。

●集める期間 平成31年3月18日(月)~22(木)8時30分~17時00分

●持ってきていただく場所 神河町社会福祉協議会 きらきら館 おひさまルーム

持ってくるのが難しい場合は、社協へご連絡ください。

●喜ばれないもの ★衛生上、問題のあるもの ★汚れのひどいもの、破損しているもの ★漫画、雑誌、教科書、キーホルダー

※次に使用する子どもが安全に、そして喜んで使えるよう、汚れや破損がないか十分に確認してください。

### 〈ランドセル・制服の寄付のお願い〉

社協では、子育て用品と合わせてランドセルや学校の制服の寄付も受け付けます。

ご協力いただける方は、2月15日(金)までに社協へご連絡ください。

※壊れているもの、汚れや傷みがひどいものはご遠慮ください。



参加者募集!

生活支援協議体推進フォーラム

『広げよう〜やわらかく愛しながり愛』

私たちの町、神河町における25年先は、人口は今の7割以下にまで減少し、高齢化率は40%を超え、町そのものが消滅してしまう可能性があるとも見られています。今大切なことは、これらの課題に対して他人事として目を背けたり、また不安を募らせて悲観的に考えすぎたりせず、私たちがおかれている現状を知り身近な地域の福祉にこれまで以上に関心を高め、支え合いや助け合いの気持ちを育みながら、たとえ何らかの不便さがあっても、ひとりひとりが幸せを実感できる、そんな地域社会を目指していくことではないでしょうか。

地域での取り組みを通じて、みんなが元気に暮らすことができ、地域が活性化していく方法を一緒に考えていきましょう。

とき 平成31年2月24日(日)

午後1時30分~4時(開場) 午後1時

ところ グ린デルホール

講師 公益財団法人さわやか福祉財団 翁川由希さん

パネリスト(予定)

越知区協議体

大山区協議体

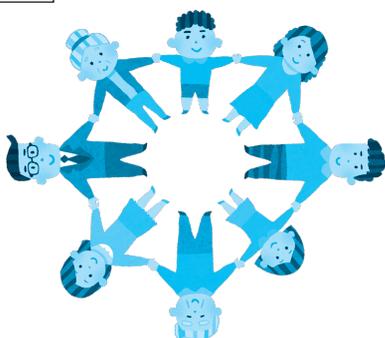
本村優心会

問い合わせ

神河町健康福祉課

(032-2421)

主催 神河町健康福祉課  
神河町社会福祉協議会



初心者向けの  
講座です。  
お気軽に!

# 「文字」でつながる心と心 要約筆記養成講座

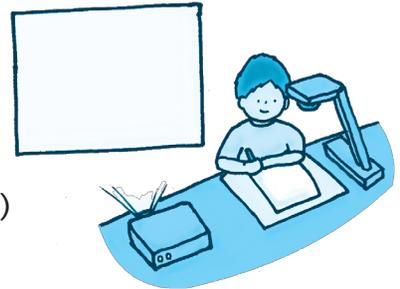
要約筆記とは、主に手話を使用されない聴覚に障がいのある方に、その場の音声を書いて伝える通訳です。1対1の会話から、会議や講演会等での伝達など様々な場面で役立っています。

## 日時

・4月13日(土)・4月27日(土)・5月11日(土)・5月25日(土)・6月8日(土)・6月22日(土)

全6回 各回とも13時30分～15時30分

- 場所** サルビア会館(福崎町西田原1397-1)
- 講師** 要約筆記ボランティアサークル「<sup>まるま</sup>かんばんぎ
- 参加費** テキスト代として 500円(初回会場でお支払いください)
- 申込先** 福崎町社会福祉協議会(TEL23-0300/FAX23-0322)
- 締切** 平成31年3月27日(水)



修了者は、希望によりサークルに加入し、要約筆記ボランティアとして聴覚障がい者の方と共に町や県の行事に参加し、「聞こえ」のお手伝いをすることができます。

高齢による難聴や災害時の筆記通訳など、ますます必要とされる文字通訳をあなたも一緒に学ばれませんか。

## 心配ごと相談のご案内

偶数月は「行政・人権相談」、奇数月は「法律相談」を毎月第4水曜日神崎支庁舎において開催しています。

### 行政・人権相談

〈偶数月の第4水曜日に定期開設〉  
●開設時間／13時30分～16時受付

県や役場の行政サービス、施策に関する苦情、要望や各種制度の仕組み、申請窓口に関する問い合わせなどの相談を受け、その解決のための助言や関係行政機関に対して通知し問題の改善を行う行政相談委員と、差別や不当な扱いを受けているなど、大切な人権の侵害があった場合に、法務局などを通じて適切な処置を講じ救済を図る人権擁護委員が、行政や人権に関する身近な問題について相談に応じます。

相談時間は、概ね1人30分です。

### 法律相談

〈奇数月の第4水曜日〉

●開設時間／13時30分～16時30分

相続や金銭問題などのトラブルを解決するために弁護士が相談に応じます。相談時間は1人30分です。

#### ■法律相談

開設日	会場	相談員
3月27日	神崎支庁舎	兵庫県弁護士会 派遣弁護士

※法律相談は予約制です。  
前日までにご予約ください。

#### ■行政・人権相談

開設日	会場	相談員
2月27日	神崎支庁舎	難波千咲子 (行政相談委員) 竹國 民代 (人権擁護委員)

※事前予約は必要ありません。

※皆様から頂く会費や赤い羽根共同募金を財源に実施しています。  
福祉に関する相談は、社協窓口でも職員が常時対応しています。



# 感謝のお知らせ

(11月17日～1月17日) (敬称略・受付順)

## 【善意銀行】ありがとうございます

氏名	地区	内容	一言コメント
一宮 則彦	越 知	供養として	
兵庫西農協 寺前支店、栗賀支店		福祉のために	ふれあい農産物フェア 収益金
中島 英子	根宇野	供養として	
奥野 幸子	岩 屋	供養として	お世話になりました。
鎌田 浩吉	南小田	供養として	お世話になり、ありがとう ございました。
岩澤利守 長谷川美喜子	中 村	供養として	(両親の供養として)大変お世話 になり、ありがとうございました。
大中 雅美	本 村	供養として	
足立 知穂	作 畑	供養として	
匿名		福祉のために	
匿名	大 山	福祉のために	
匿名		福祉のために	
神崎中37回生		福祉のために	
合 計			280,300円

善意銀行の預託金は、町内小中学校・高校の福祉教育活動やボランティアの助成金、高齢者などへの給食サービスの材料代、地域づくり助成金などに使われています。

## 家族みんなで挑戦!! しゃきょうクイズ

応募先 〒679-2414 神河町栗賀町630  
神河町社協「クイズ係」  
Eメール k-syakyo@kcni.ne.jp

応募締め切り 3月8日(金)

2025年の大阪万博が決まりましたね。今回のクイズは、1970年の大阪万博から質問します。知っている人は記憶を呼び起こして! 知らない人は調べてみてね!

- ①日本館に展示されていた未来の乗り物の模型は?
- ②アメリカ館に展示されていたものは?  
(ヒント♪アポロ12号のお土産)

答えのわかった方は、1.問題の答え 2.住所 3.氏名 4.社協かみかわの感想や社協への意見などをお書きの上、ハガキまたはEメールでご応募ください。抽選でクオカードをプレゼントいたします。

前号の答え ①金閣寺 ②なめ猫  
◎当選者 仲川 剛さん(野村)

## 【物品収集】《古切手・ベルマーク・書き損じハガキ》

神姫グリーンバス(株) (中 村) 役場健康福祉課  
栗賀神姫タクシー(株) (中 村) (株)播但自動車整備工場(栗賀町)  
きらきら館 安保 加壽子 (新 野)  
子育て学習センターおひさま (南)足立芳商店 (福 本)  
野崎 茂子 (上 岩) 大上 歌子 (大 河)  
給食センター (株)マエジマ自動車 (柏 尾)  
石堂 明美 (鍛 治) 匿名5件  
役場税務課

## 【物品預託】ありがとうございます

山内 義隆 (寺 前) 介護用品  
匿名 介護用品



## かみかわペンリレー 43人目



町内の皆さんを一つの輪で  
つなげます。  
〈前号の津崎美香さん(中村)  
のむらしゅんすけからの紹介〉  
**野村俊介さん**  
(吉富)

質問:自身の性格を分析してみると……

答え:おおらか・大まか・大雑把。

質問:人にちょっと自慢できることを教えてください

答え:高校一年生の時に、沖縄の西表島に一人旅をして、ダイビングライセンスを取った。

質問:あなたが思う神河町のいいところを教えてください

答え:自然が豊かで、人が朗らかなところ。

質問:将来の夢は何ですか?

答え:仙霊茶を世界ブランドにして、茶園を世界のお茶好きが訪ねてくる観光茶園にすること。

質問:あなたが今、夢中になっていることはどんなこと?

答え:仕事。

質問:これまでの人生の中で、一番思い出に残る出来事は?

答え:決められない。

質問:もし何でもかなう魔法があれば、何を願いますか?

答え:片付けをする能力が欲しい。

質問:神河町のみなさまへのメッセージをどうぞ!

答え:まだ住み始めて一年経ちませんが、神河町とても好きです。茶園とともに今後ともよろしく願いいたします。

津崎さんから野村さんにメッセージ

周りをよく観察していて頭の回転が速く、とても頼りがいがある人。神河の未来は、あなたに任せました!