

し ゃ き ょ う

社 協 かみかわ

No.86

2020年2月発行

～地域福祉の情報紙～

主な記事

- 2ページ 遠くへ行こうデー 歳末たすけあい募金お礼
- 3ページ みんなでフードドライブに取り組もう!! 他
- 4ページ 自主体操で『元気で長生き!』 他
- 5ページ 食事からフレイル予防 TSU・NA・GU②
- 6・7ページ 社協からのお知らせ
- 8ページ 感謝のお知らせ かみかわペンリレー④



表紙より

介護のプロとして、
今後の活躍に期待!

介護福祉士を目指す20名が、半年間の社協介護
養成研修で、知識と技術をしっかりと学びました。

2・3 月号

編集発行 社会福祉法人
神河町社会福祉協議会

遠くへ行こうデー

馬券は外れたけれど… 思い出の一日旅行



体の不自由な方たちを介助ボランティアがお手伝いしながら一日旅行を楽しむ「遠くへ行こうデー」事業を、皆さまにご協力いただいた歳末助け合い募金を活用し、12月1日に実施しました。

今回は、阪神競馬場へ行つてのレース観戦を企画したところ、「一度、競走馬を見てみたい」「元気だった頃はよく馬券を買っていた」などの声が聞かれるなか、9人の車いす使用者をはじめ、障がいのある方とその家族、介助ボランティアの総勢39名がリフト付きのバス

で宝塚市にある阪神競馬場へ行きました。

参加者のほとんどは、実際にレースを見るのは初めてとあって、沸きあがる会場の歓声に、また美しく疾走する姿が感動的でした。

教えてもらいながら買ってみた馬券は、なかなか予想通りにはいきませんでした。しかしハラハラドキドキ感はしっかり味わうことができました。

“行きたいところに行く”という当たり前のことは、誰にとっても当たり前であるべきです。今回、参加された皆さんは、とてもいい思い出の一日旅行となりました。



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に活用しました

歳末たすけあい募金

例年、10月から12月にかけて、神河町共同募金委員会では町内の皆さまへ「歳末たすけあい募金」の願いをしており、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、年末年始の時期に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、活用することができました。

なお、区長をはじめ、会計さん、隣保長さんにおかれましてはこの運動の趣旨に賛同いただき、区内の募金の取りまとめをしていただき、本当にありがとうございました。

募金総額

1,792,225円

◇戸別募金

1,674,959円

◇窓口募金箱

1,000円


◇個人預託

116,266円

- ・神河町文化協会
- ・中播磨県民センター職員有志
- ・匿名

余っている食品をお持ちください

みんなでフードドライブに取り組もう!!



集める日時 3/29(日)、30(月)10時～12時 **場所** 神崎支庁舎内

★フードドライブとは・・・
ご家庭で余っている食品(消費・賞味期限内)を持ち寄り、それを必要としている生活困窮者、子ども食堂などへ直接無償で提供する活動です。

※おゆすりプラザと同時開催

『もったいない』を活用しませんか!?

「合のお米・つ」の食品から

はじまる支援!

お持ちいただきたい食品

- ・消費・賞味期限が明記されており1か月以上のも
- ・お米(白米・玄米・アルファ化米)古米でも大丈夫です
- ・缶詰、インスタント・レトルト食品(冷蔵・冷凍は除く)
- ・レトルトの箱は、少しくらい破れていても中身が開封されていないものなど
- ・乾麺、のり、ふりかけなど
- ・嗜好品(お菓子・お茶・インスタントコーヒーなど)
- ・調味料
- ・(醤油・食用油・塩・砂糖など)
- ・飲料(アルコールは除く)
- ・野菜(根菜のみ)

詳しいことは、社協へお問い合わせください。

(☎32-2303)



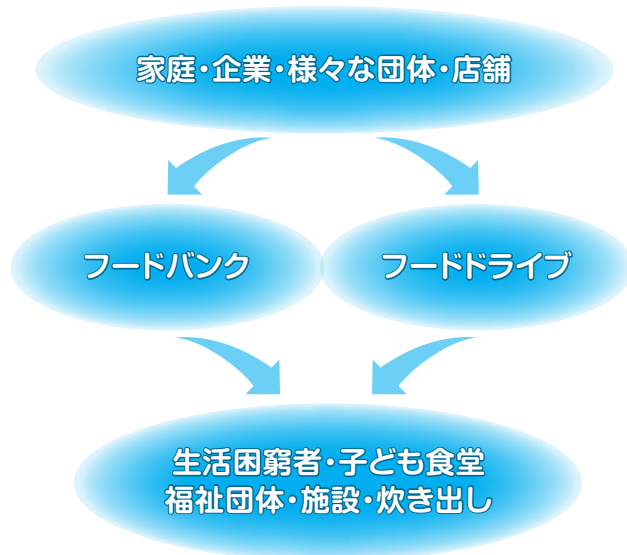
今回フードドライブで提供を受けた食品を、社協は県内で生活困窮者を支援する団体「ワーカーズコープ」を通じて兵庫県内の食糧支援が必要なお人のもとへ届けます。

病院送迎サービスについてのお知らせ

社会福祉協議会では、常時車椅子を要する方を対象にスロープ付き福祉車両を用いて自宅から町内外の病院への送迎サービスを実施しております。利用を希望される方はご相談ください。なお運転員も募集しております。やりがいのあるお仕事をしてみませんか。

＜申込み方法＞
電話連絡の上、免許書・履歴書をお持ちください。

神河町社会福祉協議会 (☎32-2303)



自主体操で『元気で長生き！』

町内で、続々と自主体操のグループが増えていくのを存じですか？

現在、自主体操のグループは19あり、それぞれ公民館や隣保館で開催しています。地区によっては体操の後にお茶会も開いていて、それが参加者の楽しみのひとつになっています。ボランティアや世話人が運営しているところ、参加者がみんなで運営しているところ、やり方はいろいろです。どの地区も月1〜2回の開催で、元気で長生きを目標に楽しく続けています。



いきいき為信の様子



根宇野(根宇谷口)の様子

運動をするときは、独りでやるよりもグループに参加してやる方が**要介護状態**になりにくいという調査結果も出ています。ミニデイやふれあい喫茶、神社の掃除の後に…など、集まりやすいタイミングで身体を動かしてみるのがいいですね。

皆さんのところでも、自主体操を始めてみませんか？5名以上集まれば、地域包括支援センターの保健師や神崎総合病院作業療法士、あるいは古田先生の指導を3回まで受けることができます。

その後も、年に1度は指導が受けられます。月1回のリーダー会では、新しい情報を仕入れることもできますよ。「もっと詳しいことを知りたい。」「うちの村ではやっているかな?」など、お問い合わせは地域包括支援センターへご連絡ください。
(☎32-2421)
楽しく身体を動かして、健康長寿を目指しましょう！

「みんなとしゃべりながら体操したら楽しいですよ。」

「家で一人でやっても続かへん。ここへきて、みんなでやるから楽しく続けられるんや。」



たくさん竹筒、ろうそくの提供ありがとうございました！

『阪神淡路大震災1・17のつどい』

阪神淡路大震災から25年目を迎え、毎年、神戸市の東遊園地で開催されている「阪神淡路大震災1・17のつどい」に神戸町から竹筒とろうそくを送りました。



竹筒の提供を町内の老人クラブにお願いをしたところ、500本以上が集まりました。また、藤永猛さん(新野)から竹筒、井上明美さん(柏尾)からろうそくの提供がありました。

犠牲者の追悼と震災から生まれた絆を語り継いでいくための竹筒やろうそくをご提供頂き、本当にありがとうございました。

みんなの声

●長野市への災害復興ボランティアに本校生を参加させていただき、ありがとうございました。世の中のために尽くす。これこそが「働く」ことだと思います。この活動を通じて参加生徒は、「自分が必要とされる経験」が味わえたと思います。これからも、社会に出てから「必要とされる」人間づくりに邁進します。神戸町の皆様、今後も本校への応援よろしくをお願いします。(神崎高等学校長)

元気に
長生きしよう!

食事からフレイル予防



材料(1人分)	
キャベツ	} 50~60g
豆苗	
人参等好きな野菜 (カット野菜でも可能)	
豚バラ	2枚
塩・こしょう	適量
卵	1~2個
お好みソース	適量
マヨネーズ	適量
青のり	適量

フライパンひとつで豚平焼き

- ①キャベツ・人参等は千切りにし、豆苗は食べやすい長さに切る。豚バラは3cm程の大きさに切る。卵は溶いておく。
- ②フライパンに油(大さじ1)を温め、豚バラを焼く。火が通ったら野菜を加え、塩・こしょうをしっかりする。
- ③野菜に火が通ったらフライパンの中央に集め、卵をふちから全体に回しかける。
かるく混ぜて中火でしばらくそのまま焼く。
- ④卵に火が通ったらフライ返しで半分に折る。
- ⑤お皿にうつして、お好みソース・マヨネーズ・青のりをかけて完成。



卵は栄養価の優等生です。私たちの身体に必要で、食事から摂らなければならない8種類のアミノ酸すべてがバランス良く含まれていて、私たちの免疫力をアップしてくれます。ビタミンB群は熱に弱いので、火を通す時は、豚肉やレバー、ほうれん草などのビタミンB群を多く含む食材と一緒に食べたり、ビタミンCや食物繊維を多く含む野菜と一緒に食べると、栄養バランスの取れた食事になります。

デイサービスセンター蓮

TSU・NA・GU²²

〈続・労わるつもりが・・・〉

社協かみかわ8.9月号のTSU・NA・GU¹⁹で書いた、「まだまだ元気なのに、周りから何もなくていいと言われ辛い」と言っていた高齢女性の話の続きです。

その方達の話聞いていた近所の女性が、「じゃあ、地元の収穫祭でおばちゃんの得意なおでんをみんなで作って売ろう!」と、80代3名、50代1名、30代1名と子ども達のグループが立ち上がりました。

おやつ作りは子ども達メイン。おでんは、作り方も味付けも全部おばちゃん達にお任せで、美味しくなるコツも教えてもらいながらみんなで作りました。収穫祭当日は天候にも恵まれてたくさんの来場があり、美味しいおでんはあっという間に完売しました。慰労会の席でおばちゃん達は、「おでんが喜んでもらえてよかった。」「私らでもまだ役に立てるなあ。」ととても喜んで、次回に向けての相談までされたそうです。

「高齢だからと言って何もできないわけではない。」それは誰もわかっていることです。しかしミニデイやサロンではボランティアが一生懸命高齢者をもてなしてくれ、手伝いたいと思っても手が出せない・・・してもらえばかりで気を遣うと感じている高齢者は意外と多いかもしれません。自分の行いが喜ばれることで嬉しい気持ちになるのはどの年代でも同じです。誰もが生き生きと活躍できる場を、地域の中にどんどん作っていきましょう!



社協からのお知らせ

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 3月29日(日)・30日(月) 10時~12時

★場所 神崎支庁舎

★お譲りできる子育て用品(予定)

ベビーカー・チャイルドシート・おもちゃ・子ども服・ランドセル等々

★29日のみ、入場料(1世帯200円)をいただきます。



子育て用品を寄付してください

もう使用することのない子育て用品を、社協に寄付していただきませんか?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. !ランドセルや制服も受け付けています。眠っている子育て用品がもう一度活かされる機会、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 令和2年3月23日(月)~26(木)8:30~17:00

●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充分に確認してください。

終わり(最期)よければ全てよし!

社協『終活セミナー』のご案内

自らの歩んだ人生を振り返り、その終焉までを悔いのないよう、また残された家族に心配をかけたくなきとの思いのもと、自らがあらかじめ準備を行うことを、終活と表します。

今回の社協「終活セミナー」は、「遺影写真」をテーマとして次のとおり実施いたします。まだまだ先のことであっても、できる時に準備しておくことと安心です。

終活に興味、関心のある方は、この機会にいろんなことを一緒に学んでみませんか。

◎開催日 2月14日(金)

◎テーマ 『どれにする、どれにされるの?私の遺影になる写真』

◎アドバイザー トータルフォトライフ サンダ

*時間 13時30分~

*会場 神崎支庁舎 健康学習室

*定員 20人

*受講料 無料

※セミナー終了後、個別の写真撮影を承ります。希望される方は、参加の申込みに併せてお申込みください。なお、写真撮影は有料です。

神河町社協 ☎02-26603

お譲りします!

町内の方から預託のあった物品を、必要な方にお譲りします。

*シャワーチェア 1点

*敷き布団(新品) 1点

お問い合わせは3月13日(金)までに
社会福祉協議会へ ☎032-26603



※複数の方から希望があった場合は、社協で使用される方の状況をお伺いしたうえで譲渡先を判断いたしますので、ご了承ください。





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11日(土)・4月25日(土)・5月9日(土)・5月23日(土)・6月13日(土)・6月27日(土)

各回とも13時30分～15時30分

場 所 中央公民館

指 導 要約筆記ボランティアサークル「^{まるよ}㊟かんざき」

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 神河町社会福祉協議会

締 切 令和2年3月31日(火)



修了者は、希望により、要約筆記ボランティアとして活動し、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。

心配ごと相談所のご案内

2月の暮らしの安心相談では、行政・人権相談に関する専門の相談員が相談に応じます。

暮らしの安心相談

●開設時間／13時30分～16時受付

―2月は、行政・人権相談―

行政サービス、施策に関する苦情、要望や制度の仕組み、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が行政に関する相談に応じます。

そして、差別や不当な扱いを受けているなど、人権の侵害があった場合には、法務局などを通じて適切な処置を講じ救済を図るための相談窓口となる人権擁護委員が、人権にかか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

●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25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。

■暮らしの安心相談

開設日	会 場	相談員
2月26日	神河町 中央公民館	行政相談委員 人権擁護委員

※相談時間の希望がある場合は、予約を受け付けます。
2月は相談会場が、神河町中央公民館となります。

※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。

暮らしの安心相談は偶数月に、法律相談は奇数月に開設していますが、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16日～1月14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
兵庫西農協 栗賀支店、寺前支店	栗賀町	福祉のために	ふれあい農産物 フェア収益金
岸本高明	上小田	供養として	
松本保	福本	供養として	
wakitaコンストラクション しあわせのひなた	猪篠	福祉のために	
立岩文吾	宮野	供養として	
川村伸一	赤田	供養として	ありがとう ございました。
新弘正	中村	供養として	お世話になりました。
匿名		福祉のために	
匿名		福祉のために	
中野義弘	刈	供養として	お世話になり、ありが とうございました。
松山拓馬	赤田	供養として	大変お世話になり、 ありがとうございました。
藤原純仁	杉	供養として	お世話になり、ありが とうございました。
藤原周一	山田	供養として	大変お世話にな りました。
合 計			512,156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。

—訂正とお詫び—

前回の広報紙「社協かみかわ12・1月号」10ページの記事、「感謝のお知らせ」の中で、山名嶋枝様(川上)とご報告いたしておりましたが、誤りで、**山名寛良様(寺前)**と訂正させていただきます、謹んでお詫び申し上げます。

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13日(金)

今年は閏年ですね。今回は暦に関するクイズです。

①二十四節気のひとつ、『雨水』に飾るとよいと言われているものは何でしょう?
(ヒント)女の子に関係があります。)

②今年の立春は2月4日です。この立春を過ぎた後に初めて吹く強い南風を何と言うでしょう?

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メールで御応募ください。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壁 ②ぐり ぐら

◎当選者 芦谷直登さん(神崎高校)

【お詫び】 前号の当選者のお名前に誤りがありました。訂正しお詫びいたします。
(誤)稲葉照美さん →(正)稲場照美さん

【物品収集】《古切手・ベルマーク・書き損じハガキ》

前嶋真知子 (寺前) 角モリモト森本義明 (柏尾)
黒田大貴 (栗) 立岩文吾 (宮野)
神河町手をつなぐ育成会 石堂明美 (鍛治)
平岡きみよ (鍛治) 松本孝子 (高朝田)
村田まち子 (市川町) 笑和会 (越知)
きらきら館 役場税務課
子育て学習センターおひさま 匿名 2件
藤原豊彦 (栗)

【物品預託】 ありがとうございます

新田浩雅(福本) 介護用品
中井 巖(猪篠) 男性用靴下
北川敏一(野村) 男性用肌着
鎌田富子(福本) 女性用衣類
松山恵理子(赤田) 介護用品
黒田大貴(栗) マスク
匿名 介護用品
匿名 ポータブルトイレ
匿名 敷き布団
匿名 ポータブルトイレ
匿名 シャワーチェア、介護用品
匿名 男性用作業服(上下)
匿名 介護用品

【お米の提供】

森 明文 (山田)
匿名1名
ご提供いただいたお米は、町内で生活にお困りの方へお譲りしたり、生活困窮者を支援する団体(ワークスコープ)を通して、兵庫県内で生活に困っている方にも届けられています。

かみかわペンリレー 49人目



町内の皆さんを一つの輪で
つなげます。
〈前号の林田直子さん(中村)からの紹介〉
なかやまゆみこ
中山祐美子さん
(猪篠)

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:元気で生活していること。意見の食い違いはあっても、概ね協力的な夫。

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:暮らしやすい、適度な田舎というところでしょうかね。

質問:将来の夢は何ですか?

答え:町内の民話等を絵本にしたいこと(あと数年はかかるでしょう)。

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:町内のあちこちに出かけて、孫のような子ども達と、土・生き物・水・植物と触れ合い、遊ぶこと。

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:(何が一番といえないので)人との出会いに恵まれていたこと。

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:子ども達が遊ぶために、自由に使える土地と木立ちが欲しいです。

質問:神河町のみなさまへのメッセージをどうぞ!

答え:出会ったら、声をかけ合いましょう。

林田さんから中山さんにメッセージ

ゆみこさん、いつも惜しみない愛をありがとうございます。大好きです♥ これからもよろしくお願いします!