

しゃきょう

社協 かみかわ

No.93

2021年4月発行

～地域福祉の情報紙～

主な記事

- 2 ページ 社協第3次地域福祉推進計画書が完成!
- 3 ページ コロナ禍でも地域の繋がりを切らさない
- 4 ページ ひと花通信 シニアカレッジ公開講座
- 5 ページ 食事からフレイル予防 TSU・NA・GU²⁹
- 6 ページ 社協新任職員紹介 地域相互見守りモデル事業
- 7 ページ ボランティア活動助成のお知らせ 心配ごと相談所
- 8 ページ 感謝のお知らせ かみかわペンリレー⁵⁶



表紙より

「しゃぼん玉飛ばそう!」

子育てひろば“はだしっこ”では、
コロナ禍でも工夫しながら親子遊びを
楽しんでいます。

4・5月号

編集発行 社会福祉法人
神河町社会福祉協議会

社協第3次地域福祉 推進計画書が完成!



総合目標

～心をつなぎ、笑顔あふれる 安心の地域づくり～

皆さんと社協が共に進める 活動の目標

- ①違いを認め合う福祉教育をいろんな世代ですすめよう!
- ②ひとりぼっちをつくらない地域にしよう!
- ③見守りあい、支えあう仕組みづくりをすすめよう!
- ④身近な困りごとをキャッチしてつなごう!
- ⑤誰もが活躍する場をつくろう!
- ⑥みんなでボランティアの輪をひろげよう!
- ⑦先への不安を取り除く福祉活動を展開しよう!
- ⑧地域で防災・減災に取り組もう!

7回にわたる策定委員会を重ねて、社協の第3次地域福祉推進計画書が完成しました。

策定委員会は、社協の役員・評議員の中から6名の委員を選任し、あわせて行政から1名、県社協地域福祉部副部長にもアドバイザーとして参加していただきました。

策定委員会では、毎回グループワークで活発な意見交換をおこない、アンケート結果から地域の課題を掘り起こしたり、住民が出来るこ

とや社協に求めること等をまとめたりました。

今回の計画は「地域共生社会」をテーマにしており、年齢や性別、障がいの有無、言語、文化の違いに関わらず、すべての人がかけがえのない人間として尊重し合い、支えあう社会を目指して、社協が今後5年間で住民の皆さんや関係機関と一緒に取り組んでいく8つの活動目標を掲げています。(左図参照)この活動目標に取り組むに当たり、①子どもからシニア



まで、みんなで取り組む地域づくり
②みんなで話し合いながら進める地域づくり の2つの視点を大切に取
り組んでいきます。

社協第3次地域福祉推進計画(ダイ
ジェスト版)は、4月下旬に皆様
のお手元に配布されます。また社協
ホームページからもご覧になれます。

コロナ禍でも地域の繋がりを切らさない

コロナ、コロナで日々が過ぎ、地域でもいろんな活動が自粛されました。ミニデイやふれあい喫茶の再開を望む声はあっても、緊急事態宣言の発令や感染拡大への不安によって、現在でも自粛したままの活動がたくさんあります。外出の機会が減り、家にこもりがちになってしまったお年寄りの心身の虚弱（フレイル）や社会的孤立が心配されています。

●フレイルって？

フレイルとは、健康と要介護の間にある段階で、ちよとしたことで要介護に移行しやすい状態のことをいいます。フレイルには、身体的フレイル、心理的・認知的フレイル（うつ、認知機能低下など）、社会的フレイル（独居、経済的困窮、孤食など）があり、いろんな要素による負の連鎖によって、自立機能を低下させるといわれています。

こんな傾向・状況があれば要注意!!

- ☐ この半年くらいの間に体重が減った。
- ☐ 疲れやすく何をするのも面倒だ。
- ☐ 横断歩道を青信号の間に渡れなくなった。
- ☐ ペットボトルのふたを開けるのが大変だ。
- ☐ 趣味の集まりに出かけなくなった。
- ☐ 食欲がない。
- ☐ 1日の食事回数は1～2回のことが多い。

一方でフレイルは、早く気づけば、さまざまな機能を元に戻せるという特徴もあります。早い段階で異変に気づき、適切な対処をすることが大事です。上の表に当てはまるものがあれば要注意です。フレイル状態にならないためには、

- ① 栄養・口腔ケア
- ② 適度な運動
- ③ 社会参加



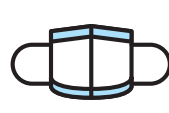
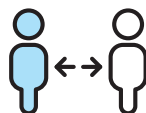
が必要です。特に③がなくなることがフレイルの入口と言われていること、地域の集い場やいろんな活動に参加できなくなることがフレイル状態への引き金となる事もあります。

感染防止の3つの基本

身体的距離の確保

マスクの着用

手洗い



コロナ禍の集いの場で注意すべき主なポイント

- ☐ 検温や健康チェックをし、発熱や風邪の症状がある人には参加をひかえるよう呼びかける。
- ☐ 複数の人が触れる場所を適宜消毒する。
- ☐ 十分な換気を行う。
- ☐ 対人距離に気をつける。
- ☐ 対面ではなく横並びや対角線上に座る。
- ☐ マスクをしたまま運動するときは、こまめに水分を摂る。

新たな繋がり方の例

- 屋外での体操や散歩
- 手紙や電話でのやり取り
- ○○ミニデイだよりなどの発行
- 隣保や最寄りごとの開催
- オンラインツールの活用 等々



地域にあった繋がり方を一緒に考えましょう!

●コロナ禍での繋がりがつくり

最近では、田舎であつても地域の繋がりが薄れてきていると言われています。コロナ禍でいろんな活動が自粛されたことによって、その状況がさらに進んでいます。ミニデイやふれあい喫茶は、地域の繋がりがつくりや介護予防の場として、長年継続してきましたが、今回の自粛が引き金となって残念ながら活動を終了する地域が出てきました。また、活動再開に向けて準備を進めている地域も、従来の対面での集いや会食はしづらくなっているのが現状です。

このような状況の中で地域の繋がりを切らさないためには、適切な感染予防対策を行い、安心して集い場を開催する方法や、集わない方法も含めた新たな繋がりを考える必要があります。

社協では、地域での協議の場やボランティアグループの集まりなどでコロナ禍での繋がりがつくりを考えています。支えあいの地域づくりに向けて、一緒にコロナ禍を乗り越えましょう。

ひと花通信

こんにちは、社協の障がい者通所施設「ひと花」です。昨年12月1日に開所し、はや4ヶ月が経過しました。順調に新しい利用者さんが増えており、4月から、創作活動が中心の生活介護事業に6名、軽作業に取り組む就労継続支援B型事業に8名の計14名が通所されることとなり、毎日利用される方、週何回か利用される方など様々です。

ここで、ひと花の様子を紹介させていただきます。

利用者さんは、自力通所、ご家族の送迎、施設送迎のいずれかの方法で通所されて1日がはじまります。朝礼で今日の予定確認をおこない、次に体育委員長が前に立ってみんなでラジオ体操をします。それを終えてから仕事に取り掛かりますが、仕事内容は、神崎フードさんに納めるお弁当容器へのシール貼りを中心に、仙霊茶さんや地域おこし協力隊さん等からも仕事を請負っていて、日々忙しく取り組んでいます。何か簡単な内職仕事がありましたら、ぜひご紹介していただけましたら嬉しいです。

このコーナーを利用して次の4つのお願いをさせていただきます。

①アルミ缶収集にご協力を!

アルミ缶リサイクルを始めました。ひと花の敷地内に収集袋を設置しています。

②田んぼか畑の土を提供ください!

これから敷地内で野菜や花づくりに挑戦してみます。

③創作活動を指導いただける方募集!

絵画・習字・陶芸・アロマテラピー・染め物…
教えていただけませんか?

④ぜひお気軽に覗いてみてください!

《☆一番大事なことです。お待ちしております。》



今後も、このコーナーでひと花の情報を発信させていただきますのでよろしくお願いします。

多機能型事業所 ひと花 ☎32-2120

シニアカレッジ公開講座

高齢者の社会参加と介護予防
〜どんどん活躍します元気〜

motto ひよつご 事務局長の栗木

剛氏を講師に迎え、高齢者が地域で活躍することが、自分自身の介護予防に繋がることをテーマにお話ししていただきました。最初から最後まで笑いの絶えないお話で、「家に閉じこもらず、感染予防をしっかりと外出しよう。外へ出ようとする行動が脳の活性化を促し、認知症予防に繋がります。」と伝えていただきました。

住みよい地域づくりの為にシニア層の力は欠かせません。どんどん活躍して健康寿命を伸ばしましょう!



栗木 剛氏

元気に
長生き
しよう!

食事からフレイル予防

長芋と納豆のふわとろ焼き



- ① ボールに長芋をすりおろし、その他の材料も全て入れ、よく混ぜる。
- ② 小さめのフライパン(またはスキレット)に多めに油を熱し、①を流し入れ蓋をして弱火でしばらく焼く(10分~15分)。
- ③ まわりに焦げ色がついてきたら火からおろし、お皿に移すかスキレットの場合はそのままトッピングを散らす。
完全に火が通らなくても大丈夫です。

材料(2人分)

- ・長芋(山芋、自然薯など) 200g
- ・納豆(タレと混ぜておく) 2パック
- ・卵 2個
- ・めんつゆ 大さじ1~2
- 〈トッピング〉
- ・青ネギ 適量
- ・刻みのり 適量
- ・削り節 適量
- ・お好みで七味、ポン酢、だし醤油、お好みソースなど

免疫力を高めよう!

納豆・ヨーグルト・味噌などの発酵食品や、長芋などの腸内環境を整える働きがある食材と、良質のタンパク質をしっかり食べて免疫力を高め、ウイルスや病原菌に強い体を作りましょう。

デイサービスセンター蓮 栄養士

TSU・NA・GU²⁹

〈高朝田こぶしの会〉

神河町の集落協議体の紹介、今回は高朝田区です。

高朝田区では、平成29年8月に区役員、隣保長、農会長、

民生委員児童委員、老人クラブ、婦人部、消防団、子ども会、地域支援員と補助員が集まり協議体が立ち上がりました。

高朝田区は若い世代、子どもが多く、人口減少も他集落と比べ緩やかです。「高朝田区は住みやすい」「高朝田に住み続けたい。」という若者が多く、世代が繋がっているところが強みです。しかし最近では、昔と比べみんなが集まり盛り上がるのが少なくなってきました。隣近所の繋がりが弱くなっているのではという不安があります。そこで、『公民館を拠点に、健康長寿No.1の村を目指そう!』と、平成30年度は「高朝田ふれあいの日」としてチャリティバザー(売上金は西日本豪雨災害被災地へ送金)とふれあい喫茶を、令和元年度はみんなが知っているカメムシについて学ぶ「カメムシ講演会ーあなたの知らないカメムシの世界ー」など区民が集まり楽しめるイベントを催しました。

昔のように公民館にみんなが集まり楽しく過ごす機会を増やしながら、ますます活気ある高朝田にしていきます。



New face

新しい社協職員を紹介します!

縁あって、この度社協ひと花に入職することになりました。別の業界でしたので、皆さんにご指摘頂きながら、目の前の仕事一つ一つ真剣に取り組み、早く仕事を覚えていこうと思えます。どうぞ宜しくお願いいたします。



ひと花職業指導員
ふじわら あや と
藤原 綾人

今まで登録訪問介護員でお世話になっていました岸口です。この度、常勤訪問介護員として働くことになりました。関わらせていただく皆様に笑顔になつてもらえるよう精一杯努めたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



訪問介護員
きしくち きょうこ
岸口 恭子

子どもの時から人の役に立つ仕事に就きたいと考えていました。まだまだ半人前ですが、利用者さんと共に一生懸命頑張りたいと思います。



ひと花職員
なべやま る か
鍋山 瑠香

2月1日から訪問入浴の看護師として勤務させていただいています。7歳と5歳の男の子の育て真っ只中です。病院での勤務とは全く違う環境で緊張しますが、息子たちを見習って何でも「やってみよう!」の気持ちで取り組んでいきますので、どうぞよろしく申し上げます。



訪問入浴看護職員
こばやし ひろ み
小林 潤美

令和3年度 地域相互 見守りモデル事業(地域となり組) 実施団体の募集

◆事業趣旨

見守り活動などの助け合いのできる地域コミュニティの構築に取り組む地域団体等を募集します。

◆補助予定団体数

6団体程度(1団体あたり50万円限度)

◆募集期間

5月中旬 ~ 6月中旬 ※募集期間内必着
※応募書類等は、兵庫県のホームページからダウンロードしてください。

◆問い合わせ先

兵庫県地域福祉課 TEL.078-362-3181

※募集期間については、詳細の日程が決まり次第、改めてご連絡させていただきます。

昨年12月より、ひと花の生活支援員と、相談支援専門員を兼務させていただいております。少しずつ利用者の方も増え、皆さんが楽しく過ごせる場所となるよう、また、地域で穏やかに生活できるよう、頑張つていきたいと思えます。これからよろしく申し上げます。



ひと花生活支援員兼
相談支援専門員
まつやま え り こ
松山 恵理子

ひと花が利用者さんにとって、来るのが楽しみになる場所、安心して過ごすごのできる場所となりますよう、明るく・楽しく・元気に精一杯頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



ひと花生活支援員
なかがわ ゆ か こ
仲川 由佳子

ボランティア活動助成のお知らせ

コロナ禍の影響で、ボランティア活動が制約されている中ではありますが、活動を支援するため、助成事業を次のとおり行います。新たにボランティア活動を始めようと思われているグループや個人の方へ助成いたしますので、ぜひご利用ください。

- ◆助成の対象(次のすべてに当てはまるグループまたは個人)
 - ・町内および近隣市町において自主的かつ継続的な活動をする。
 - ・社協ボランティアセンターへ登録している。
 - ・年間3回以上のボランティア活動をする。

- ◆助成金額
 - ・グループ 上限30,000円(新規の場合は50,000円)
 - ・個人 上限10,000円

- ◆助成対象となる経費

ボランティア活動にかかる経費に限ります。会員内の懇親費用は対象外です。なお、令和2年度の本助成金を全額繰り越されたグループは、今年度の申請は必要ありません。

- ◆申請と決定

申請用紙は窓口、もしくはホームページより入手できます。5月21日までにご提出いただき、社協で審査の後、6月下旬に交付します。詳しくは社協までお問い合わせください。

心配ごと相談のご案内

4月は…

暮らしの安心相談

●開設時間／13時30分～16時

生活上の悩みについて、相談に応じます。
また、行政や人権に関する相談にも応じます。

生活困窮や就労に対する不安等、生活相談に応じます。

行政サービスに関する苦情、要望、問い合わせについて、助言を行いながら問題改善を図る行政相談や、人権侵害などの悩みについて、法務局を通じて処置を講じ救済を図る人権相談にも応じます。

相談時間は、1人30分です。

5月は…

法律相談

●開設時間／13時30分～16時30分

土地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
5月26日(水)	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
4月28日(水)	神崎支庁舎	ワーカーズコープ相談支援員 行政相談委員 人権擁護委員 社協職員

※今回も予約制とします。4月26日までにご予約ください。
予約のない場合は開設いたしません。

*来談時には、新型コロナウイルス感染予防の為、マスク着用の上お越しください。
*皆様から頂く社協会費や赤い羽根共同募金を財源に実施しています。
尚、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

(1月8日～3月9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
廣岡大二郎	新 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。
奥 野 好 彦	岩 屋	供養として	ありがとうございました。
中島久美子	東柏尾	供養として	
西 畑 哲 夫	吉 富	供養として	
岸 本 高 明	上小田	供養として	お世話になり、ありがとうございました。
内 田 光 広	大 畑	供養として	ありがとうございました。
山 下 孝	柏 尾	供養として	母がお世話になり、ありがとうございました。
富士田忠弘	貝 野	供養として	長い間お世話になり、ありがとうございました。
高 内 志 乃	峠	供養として	ありがとうございます。
中 野 幸 逸	福 本	供養として	
貝野老人クラブ ボランティアグループ	貝 野	福祉のために	
山西伊三男	杉	供養として	お世話になりました。
合 計			375,000円

善意銀行の預託金は、子育て世代支援イベントの開催や子育てひろば、ボランティアの活動助成金、高齢者などへの福祉給食サービスの材料代などに使われています。

*善意銀行への預託は、確定申告の折、所得税の寄付金控除を受けることができます。また、次年度の町民税についても控除対象となります。(いずれも下限額あり)

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 5月7日(金)

次のクイズにお答えください。

次のひらがな計算式の答えは?

1. さんひくにたすしちは?
2. ろくひくじゅうごわるごは?

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. $7+5+9=21$
2. $5 \times 4 - 8 = 12$

◎当選者 野崎悦子さん(寺前)

【物品収集】《古切手・ベルマーク・書き損じハガキなど》

中野マキ子 (福 本) 前嶋真知子 (寺 前)
石堂明美 (鍛 治) 大上歌子 (大 河)
黒田大貴 (栗) 越知協議体
中川和子 (上 岩) 本田ふさ彥 (高朝田)
老健かみかわ 平岡重秋 (鍛 治)
方山紀代子 (寺 前) 神崎中学校卒業生有志
ピジョンマニユファクチャリング兵庫(株) 岡本須美子 (柏 尾)
(中 村) 長谷地区の振興を考える会
役場税務課 匿名6件

【物品預託】ありがとうございます

神河町野外活動クラブ タオル95枚 匿名 紙おむつ1箱
立岩友之(宮 野) 介護用品多数 匿名 お弁当容器100枚
石原泰治(福 本) 介護用品1点 匿名 衣類3点
伊達直人 図書カード等4500円相当 匿名 マスク60枚
匿名 女性用下着等多数 匿名 電気毛布、肌布団他多数
匿名 洗濯用洗剤5箱 匿名 木琴、鉄琴他7点
匿名 シャワーチェア

かみかわペンリレー 56人目



町内の皆さんを一つの輪で
つなげます。
<前号の佐谷幸子さん(杉)
さ こ じゅん こ からの紹介>
佐古純子さん
(本村)



質問:ご自身の性格を分析してみると...

答え:まじめ、せっかち、かな...!?

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:娘三姉妹の仲が良いこと。(一人暮らしの姉も、オンラインでよく話しています。)

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:桜、新緑、紅葉、雪景色等の四季折々、自然がいっぱいなところ。癒されています。

質問:将来の夢は何ですか?

答え:いろんなところに旅行に行くこと。

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:今は、毎日の生活で精一杯です...

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:約16時間かけて出産したこと。支えてくれた人たちに感謝。幸せいっぱいでした。

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:子どもの頃に戻ってみたい。(昔住んでいた家、若かった親、おじいちゃんにも会いたいな)

◎神河町のみなさまへのメッセージをどうぞ!

楽しいこと見つけて!健康に気をつけて!元気に暮らしましょう!!

◎佐谷さんから佐古さんにメッセージ

自分の身体を大切に、仕事に家事にと励んでください。