



さるびあ

社会福祉法人
福崎町社会福祉協議会

〒679-2215

神崎郡福崎町西治474番地6

電話 (0790) 23-0300

FAX (0790) 23-0322

Eメール: fukusyakyo@mx2.wt.tiki.ne.jp

ボランティアまつり

4月6日(土)に民俗辻広場まつりと合同でボランティアまつりを開催いたしました。春風が強い中、大勢の方がボランティア体験を楽しまれていました。

ボランティアまつりの様子については8ページにも掲載しています。ぜひ、ご覧ください♪



主な記事

事業と予算について 2・3
会費納入・善意募金のお願い 4
まちの子育てひろば／みまもり給食サービ
スの日程 5
コミュニティカフェ笑の紹介／老人クラブN
EWS 6
介護用品の貸出について 7
傾聴ボランティア講座のお知らせ／ボラン
ティアまつりの報告 8

登録ボランティアグループの紹介 9・10・11
アロマサークルワンピースの活動紹介／ミニ
デイサービスの紹介 12
こころの健康について知ろう！ 13
善意銀行／なやみごと相談・法律相談／職員
の異動 14



令和元年度 福崎町社会福祉協議会

事業と予算

町内の各種団体代表からなる評議員会、及び評議員会で選任いただいた理事による理事会によって令和元年度の事業計画と予算が承認されました。

福崎町社会福祉協議会は「であい、ふれあい、つながりあい、ともに支え合う地域づくり」を福祉目標として住民活動の支援をしています。

令和元年度の重点事項・変更点

- ①社協の子育て支援として実施してきた「町の子育てひろば推進事業」も10年間で当初の目標も達成され、令和元年度を最終年度として今後新たな子育て支援策を検討していきます。
- ②令和元年度も継続して国からの提言である「地域共生社会（我が事・丸ごとの地域）づくり」の実施のため、我が事会議の定期的開催をめざします。
- ③平成30年度に実施した高齢者の困りごとの実態調査の結果を受けて、一番ニーズの多かった「話し相手」を重点事項に掲げ、傾聴ボランティア講座を年3回開催し、傾聴活動に関する勉強会を実施します。
- ④障害福祉サービスの不足する地域実情を踏まえ、重度身体障がい者も一体的に利用することができる障害福祉サービスの「共生型サービス」の実施に向けての整備を進めていきます。あわせて、障がい児を対象とした障害児相談支援事業を実施し、全年齢を対象とした計画相談体制を整備します。

町受託事業

福崎町から事業を受託し、地域に密着した公共性の高い社協の特性を活かして事業を実施します。

- ・健やかクラブ事業
- ・ほのぼの自立支援事業
- ・地域支援事業（ミニデイサービス）
- ・福祉教育助成事業
- ・介護予防教室等事業（はつらつクラブ）
- ・認知症高齢者等やすらぎ支援事業
- ・ふくちゃん弁当事業



障害福祉サービス事業

障がい者がサービスを活用しながら自立した生活ができるよう支援します。

- ・障害相談支援事業
- ・障害ホームヘルプサービス

善意銀行運営事業

預託いただいた金品・物品を地域福祉の増進に活用させていただきます。
（在宅福祉サービス事業などに活用）

共同募金配分金事業

共同募金の配分を受け、地域福祉の増進事業を進めます。

- ・社協広報誌「さるびあ」の発行
- ・ボランティアグループの活動助成
- ・地区交流活動への助成 ほか

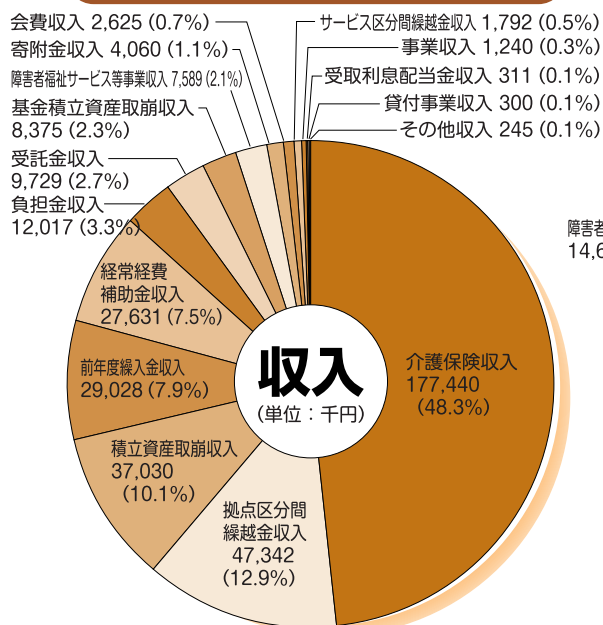


在宅介護支援センター事業

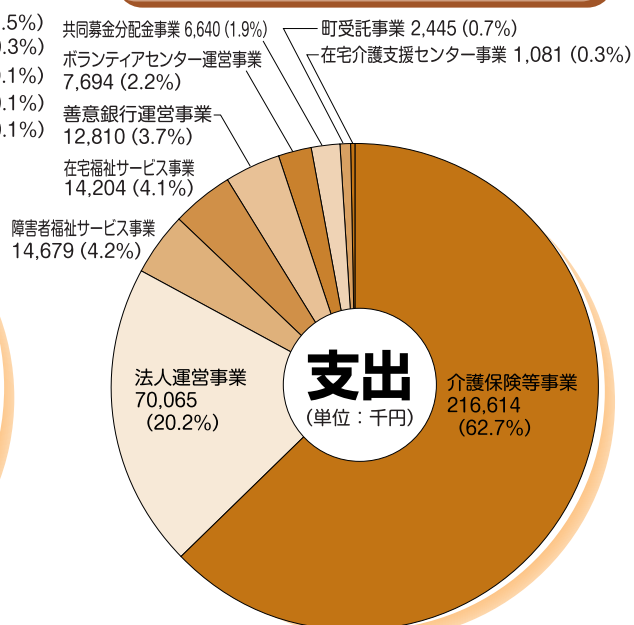
介護、介護予防などに関する総合相談、実態把握に努め、町との連携をとりながら問題の解決や啓発に努めます。

令和元年度 予算

収入合計 366,754,000円



支出合計 346,232,000円



※社会福祉法人の会計基準の表示とは異なります。

- ・収入は収入源がわかるように全事業の科目の合計で表示しています。
- ・支出は事業規模がわかるように事業総額を表示しています。
- ・前年度繰越金などを収入として表示しています。



各事業の取り組み

法人運営等事業

- ・法人運営事業
それぞれの事業にあてはまらない社協運営全般にかかる人件費や諸経費など。
- ※会員募集の実施
- ※住民代表の意見集約を行う評議員会の実施
- ※執行部である理事会の運営

介護保険等事業

- 利用者やご家族の状態に応じた自立を支援するサービスの提供に努めます。
- ・居宅介護支援事業（ケアマネジメント）
 - ・通所介護事業（デイサービス）
 - ・訪問介護事業（ホームヘルプサービス）

在宅福祉サービス事業

住み慣れた地域で安心して生活するために必要なサービスの実施に努めます。

- ・低所得者等支援事業
- ・地域福祉推進事業
- ・みまもり給食サービス事業
- ・当事者支援事業
- ・地域福祉権利擁護事業
- ・奨学資金給付事業
- ・なやみごと相談所事業
- ・生活福祉資金貸付事業



ボランティアセンター運営事業

ボランティアによる助け合い活動の促進のため、ボランティアの調整や活動支援、相談や情報の提供、啓発及び講座の開催などを行います。ボランティアまつりを実施することで、啓発に努めます。災害ボランティアの支援も行います。



会費納入・善意募金のお願い

社会福祉協議会とは



社会福祉協議会は「住民によるたすけあいの地域づくりを支援する」団体です。安心して生活できる地域づくりのためにどのような活動や環境、サービスが必要なのかを住民のみなさまと一緒に考え実践していきます。

そのために各種団体の代表者に評議員となっていていただき、事業についての審議や提案により、地域の意見を取り入れた運営を行っています。

また、執行機関となる理事会の理事及び、運営を監査する監事には、福祉に理解の深い熱意のある方を評議員の皆様で選んでいただき住民のための社協運営にご尽力いただいています。

会費のお願い

地域づくりには、住民ひとり一人の協力が必要です。

そのため福崎町社会福祉協議会では福崎町住民各世帯を構成員と位置づけ、会費をお願いしております。

いつまでも住み続けたいと思える、次の世代を健やかに育てることのできる地域づくりのため皆様のご協力をお願いします。

会費 1世帯 500円

善意募金とは

善意の月間(6月)にちなんで、善意と誠意を育て、よりよい社会を作るために募集し、社協が行う在宅福祉サービス事業に活用することで、善意を地域に還元しています。

募金目標額 **1世帯 300円以上**

(在宅福祉サービスの内容)

- みまもり給食サービス事業・・・高齢者世帯等に対する給食の配達による安否確認
- 地域福祉推進事業・・・電話による高齢者の安否確認、地域福祉講座、福祉教育支援
- 緊急援護給付金事業・・・生活困窮家庭への緊急一時的な生活資金の給付
- 奨学資金給付事業・・・生活困窮家庭の高等学校修学を支援
- 当事者支援事業・・・知的障がい者、視覚障がい者等の当事者活動の支援



福祉教育支援

善意月間について

6月1日は「**善意の日**」です。「善意の日」とは、兵庫県と兵庫県社会福祉協議会が「みんなの小さな善行や善意が重なって、世の中が明るくなるものであり、県民誰もが、この日何か一つ善行をしてもらいたい」との思いから昭和39年に提唱し、制定された兵庫県独自のものです。

また、善意の日にちなんで6月は善意月間となっています。小さなことで充分ですので、ちょっとした「やさしさ」「こころくばり」で福崎町を明るくしましょう。

依頼時期・納入方法

5月中旬に各地区において区長様を通じ、『会費』『善意募金』を同時にご依頼いたしますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、会費・善意募金へのご協力は、個人の自由な意思と判断によりお願いするものです。



まちの子育てひろば



まちの子育てひろばでは、こんなことをしています。

●**園庭開放**・・・サルビアこども園、姫学こども園の園庭で遊びます。（予約なしでどうぞ）
室内では、お絵かき、絵本などを楽します。3B体操、わらべうた、アロマも体験できます。

●**親子クッキング**・・・いすみ会の方にお手伝いいただき、親子で簡単な調理を楽しみます。
（保健センターにて）

要予約：TEL 23-0300 偶数月第一金曜日（10：00～12：00）が活動日ですが、変更することがあります。

●**トランポリンと森のひろば**・・・ミニトランポリンの上で、音楽に合わせて歩いたり跳んだりして、親子で楽しみます。（第2体育館にて）予約なし
クッキングの無い、金曜日の10：00～ 終了後、スポーツ公園で遊びます。

サルビアこども園 園庭開放

毎週月曜日（9:30～11:30）

火・木曜日も園独自の事業として園庭を開放されています
（木曜日ベビーマッサージは10:00～）

5月27日（月）3B体操 10:00～
5月30日（木）わらべうた
6月3日（月）3B体操 10:00～
6月20日（木）わらべうた
6月24日（月）絵本と紙芝居
7月1日（月）3B体操 10:00～
7月18日（木）わらべうた



姫学こども園 園庭開放

毎週水曜日（9:30～11:30）

月・金曜日も園独自の事業として園庭を開放されています

5月29日（水）香りのひろば
6月19日（水）わらべうた
6月26日（水）香りのひろば
7月10日（水）香りのひろば



ブロック遊び、すごい！

仲良し！



やった～、トンネルつながった！



* 毎月の予定表（ひろば通信）は *

福崎町役場健康福祉課・西部子育て学習センター・保健センター・八千種研修センター・サルビアこども園
姫学こども園・福崎町社会福祉協議会（なぐさの郷、すみよしの郷）に設置しています。



安否確認を兼ねておりますので、配達時にはご在宅いただきますようお願いいたします。

※一人暮らし高齢者の日曜給食は「ふくちゃん弁当」として実施します。
平日の給食は「夕食」です。
日曜の給食は「昼食」です。
お間違えのないようにお気を付けてください。

令和元年
5月26日（日） 昼食
6月5日（水） 夕食
6月20日（木） 夕食
6月30日（日） 昼食
7月3日（水） 夕食
7月18日（木） 夕食
7月28日（日） 昼食

みまもり給食サービスの日程

ちゅら
アロマサークル美人 主催!!

コミュニティカフェ 笑

この活動はボランティアグループのアロマサークル美人が主体となって取り組んでいます。
認知症相談窓口である福崎町地域包括支援センターと連携しており、相談対応もいたします。

ご案内

対 象：認知症の方とご家族・一人暮らしの方・地域で活躍されている方など

場 所：福崎町西田原
山田文庫内（山田医院隣）

開催日時：6月3日（月）うたごえカフェ
7月1日（月）七夕遊び など

※行事は変更する場合があります
いずれも10時～12時

費 用：500円

申 込：地域包括支援センター
TEL 22-0560（代）



支援を必要とする方、支援をする方、みんなが“安心して住みなれた場所で過ごすことのできる環境”を「笑カフェ」から発信しましょう。

*笑カフェをお手伝いしてくださるスタッフも募集中！ご連絡はアロマサークル美人（中田）090-8570-7505まで

老人クラブNEWS

活動スローガン

“楽しくなる 夢中になる 笑顔になる”

2019（平成31）年度 兵庫県老人クラブ連合会事業計画（案）

第1 基本方針

人口が減少する時期を迎え、団塊の世代と呼ばれる方々が高齢化する中で、元気な高齢者には社会の支え手として益々活躍が期待されている。こうしたことから、「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動のもと、健康寿命をのばす継続的な健康活動とともに、地域で助け合い、支え合いの活動を行ってきた老人クラブに対しては、これまでの活動経験を生かせる「地域支援事業」への参画等、安心して暮らせる地域社会づくりの担い手として、地域ニーズに応じた活発な活動が期待されている。

また、老人福祉法制定当初と現在とは、社会の状況や人々の価値観が大幅に変わっていることから、社会の変化に対応した今日的な「老人クラブのあるべき姿」を追求し、老人クラブ会員が楽しさとやりがいを実感できる活動にすることが求められる。

公益財団法人兵庫県老人クラブ連合会は、社会に開かれ信頼される老人クラブとして、高齢者の健康寿命をのばす健康づくりや介護予防活動、ひとり暮らし・高齢者夫婦世帯への声かけ等の友愛活動、

並びに「新地域支援事業」における生活支援の担い手としての参加、子育て支援等次世代の育成や見守りに取り組む。さらに、東日本大震災等の被災地支援活動、高齢者の交通安全、高齢消費者被害防止、美化・環境にやさしい活動等も推進していく。

また、市町老連会長研修会やスポーツ大会の開催等により、ブロック・市町老連間の交流を図るとともに、先駆的な取組事例についてホームページなどを通じて情報発信するなど、市町老連や地域の老人クラブが、単独では実施しにくい諸活動を支援する。

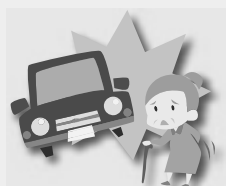
さらに、平成30年度まで会員増強運動として、組織の基盤である会員の増強に取り組んできたが、老人クラブの解散や休止があり、会員数やクラブ数が減少した。これまでも各市町老連においては、「魅力ある老人クラブづくり、クラブの活性化」を目指して精力的な取り組みが展開されてきたところですが、今後も女性・若手会員の力を活用した活動により、新たなニーズに対応した活動を実践し、老人クラブの充実を図っていくことで、会員増強に繋げていく。

道路横断注意!!

特に自宅近くが落とし穴!!

平成30年中の兵庫県内の交通事故死者152人のうち、約6割を高齢者（65歳以上）が占め、特に道路横断中に交通事故に遭うケースが多くなっています。

中でも、高齢者が歩行中・自転車乗用中の死亡事故の半数以上が、自宅から500メートル以内で発生しています。



自宅近くの通ρινれた道こそ危険であるという意識を持ち、油断することなく「止まる」「見る」「待つ」を必ず実践しましょう。

*のじぎくクラブ兵庫「きすな」第205号より抜粋

介護用品の貸出備品一覧 貸出しています！

介護負担の軽減のためにご活用ください！

【対 象】 交通事故等の短期在宅療養者／在宅重度身体障がい者（児）／在宅高齢者（介護保険制度で機器貸与対象外の方）



電動ベッド

【利用料】 初期基本利用料 2,000円
搬入・搬出手数料 各2,500円
計7,000円
… 4ヶ月目から月1,000円
(柵・オーバーテーブル・マットレス付属)



ポータブルトイレ

【利用料】 初期基本利用料 2,000円
(ふた付きバケツ付属)

無料でご利用
いただけます



歩行器



セーフティーアーム



スロープ



床置き手すり



入浴用シャワー椅子



車いす
(自走用・介助用・子ども用)



杖



四点杖



松葉杖
(S/M/L)

※貸出期間は、基本三ヶ月までです。数に限りがありますので事前にお問い合わせください。

利用者の声

ケガの療養で…

骨折をし、敷き布団で寝起きするのが辛かったけれど、電動式のベッドを借りることができて助かりました。

退院直後に…

退院直後に電動ベッドや歩行器をレンタルし、回復までお借りできて一人暮らしでも安心でした。

長時間の外出に…

祖母に孫の運動会へ来て貰うのに、車いすを借りることで祖母の負担を軽減することができました。

傾聴ボランティア養成講座の参加者を募集!!

誰かの役に
立ちたい

人と関わるのが
大好き

コミュニケーション
のコツを知りたい

こんな想いを抱えている方は、ぜひ「傾聴ボランティア養成講座」にご参加ください♪
傾聴活動を始めたいけど一人ではどうしたらいいかわからない……と悩んでいる方は第一歩を踏み出してみませんか？講座終了後には、福崎町社会福祉協議会が傾聴ボランティアグループの立上げ支援を行います。

傾聴ボランティア養成講座

回	日 時	内 容
1	6月28日(金)	話し上手・きき上手になれるコミュニケーション術
2	7月5日(金)	信頼関係が築ける傾聴スキル
3	7月12日(金)	傾聴ボランティア実践法



稲松 由佳氏

【時 間】 いずれも13：30～15：30

【場 所】 福崎町文化センター 小ホール

【講 師】 心理スペース「ぽれぽれ」心理カウンセラー 稲松 由佳氏

【対 象】 傾聴ボランティア活動に興味・関心のある方で3回の講座に概ね参加できる方

【締 切】 6月14日(金)

【定 員】 100名

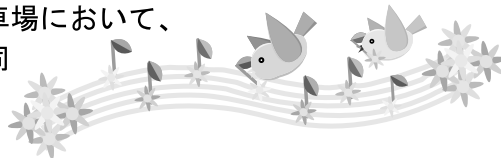
【申込先】 福崎町社会福祉協議会へ電話・FAX・メールのいずれかでお申し込みください。

担当：姫野

電話：23-0300 FAX：23-0322 メール：fukusyakyoku@mx2.wt.tiki.ne.jp

ひろがれ、ボランティアの輪 ボランティアまつり 開催!!

福崎町にはたすけあいの地域づくりをしてくださるボランティアグループがたくさんあります。地域で活躍するボランティアのことを知ってもらうきっかけづくりとして4月6日(土)、福崎町民第1グラウンド駐車場において、ボランティアまつりを民俗辻広場まつりと合同開催いたしました。大勢の方々が参加され、ボランティア体験を楽しまれました。



福崎町社会福祉協議会の 登録ボランティアグループ紹介

※地域系ボランティア、シニアボランティアを除く

手 芸

福崎町手芸ボランティア

毎月第2・第4水曜日
10:00~16:00

☆サルビア会館で手芸作品づくり。福崎秋まつりなど、イベントで作品を販売。もちむぎのやかたでも販売しています。売上金を寄附しています。



青少年健全育成

めだかの学校

☆主に子どもを対象としたキャンプの企画・運営
☆年数回のカヌー教室等



障がい者支援

手話サークル福崎 みんなの手

朝の部：毎週月曜日
9:30~11:30

昼の部：毎週土曜日
14:00~16:00

サルビア会館にて勉強会及び聴覚障がい者との交流。
☆小・中学校での福祉教育協力。
☆各行事での手話通訳等。



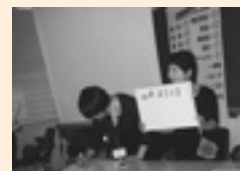
㊟かんざき（要約筆記）

文字を書いて情報を伝え、“聞こえ”のサポートをします。

10月までは月2~3回
（行事に合わせて）

11月からは月2回の勉強会を実施

☆要約筆記入門講座の開催
☆小・中学校での福祉教育協力
☆県・町行事での要約筆記通訳 など



福崎朗読ボランティア

毎月第1木曜日を過ぎた土曜日にサルビア会館にて定例会、社協広報誌・町広報誌等の朗読・録音・編集及び利用者宅・町立図書館へCDの配布。
☆視覚障がい者との交流等



福崎点字の会

毎週水曜日
9:30~12:00

サルビア会館にて勉強会
☆小・中学校での福祉教育協力、視覚障がい者との交流等。



緑化活動

福崎町コクロンクラブ

毎月第4土曜日（年8~10回）

9:00~10:30

☆街路樹下の草引き、花の手入れ、研修等。



みどりのグループ

毎月第1・第3水曜日
9:00~11:30

☆町内の花壇と県道のプランターの手入れ等。



福崎すみれ会

毎月1回不定期
10:00~11:30

☆生活科学センター前のプランターの花の植え替え、周辺の草引き・清掃。
☆オープンガーデンの研修等。



グリーンロードクラブ

随時活動

☆県道植樹帯の草引き、水やり、剪定等の清掃活動に取り組んでいます。



施設訪問

福、福、ボランティア会

毎月第1火曜日

13:30~16:30

サルビア会館にてマジックの習得及び練習。

☆介護施設や各種イベント等において演技

☆夏休み子どもマジック教室の開催

☆福祉施設において子どもマジックの披露



洋ちゃんサロン（マジック）

毎月1回

サルビア会館にて手品の練習。

☆ミニデイサービス等行事への協力

☆福祉施設への友愛訪問等。



ゆめはなび 夢華灯

毎週水曜日

20:00~21:00

西光寺公民館でよさこい踊りの練習及び定例会

☆施設訪問、各市町祭りへの参加



リズムダンス きらり

毎週金曜日

10:00~11:30

八千種研修センターで練習

☆町内、町外施設訪問。施設入居者の方と一緒に楽しんでいます。



アロマサークル ワンピース

毎月1回程度

☆子育てのお母さんやおばあちゃんのリラゼーション

☆香りによる母と子（親子）のコミュニケーション

☆ママさん達の出会場の場、心のリフレッシュ

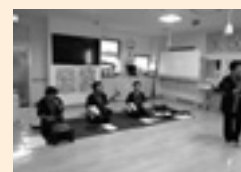
☆マタニティ対象のリラゼーション



姫路小町

依頼に合わせ随時

☆福崎町・市川町・姫路市の福祉施設を友愛訪問。三味線や太鼓の伴奏に合わせて利用者の方と一緒に唄う。



福崎民踊会

毎月第1・第3水曜日

13:30~16:00

文化センター（大ホール）にて民踊の練習。

☆福祉施設等への友愛訪問、町行事への参加、盆踊り手伝い等。



環境美化

福崎エコの会

☆生ごみのたい肥化「いきいき野菜コンポスト」の普及。

☆自然エネルギーの活用と普及。

☆間伐材の活用 木工・エコグッズづくり。

☆エコキャップの回収で途上国の子どもにワクチンを送る活動。



福崎自然塾

☆神前山道の整備：春・夏・秋の3シーズンに各1回登山口の草刈り・清掃を予定。

☆初日の出登山を継続します。



文化の促進活動

山ももの会

毎月2回

☆「故郷七十年」の索引作り、「遠野物語」のCD化に取り組んでいます。

「故郷七十年」のCDは町図書館、八千種研修センター図書室に配置させていただきました。ご利用いただければ幸いです。



多種活動

いなみ野神崎

毎月第4水曜日 定例会及び伝統大道芸の練習

☆高齢者へのニュースポーツの普及指導

☆公共施設周辺の街路清掃、剪定

☆傘踊り、南京玉すだれ、マジック、ハーモニカ演奏等で施設を慰問



福崎ミントの会

夏期休暇の学童支援を主に活動しています。

☆学童体験教室：バルーンアート、EIGO、折り紙 他

☆一般の方対象：箏曲、バルーンアート、クラフト工芸 他



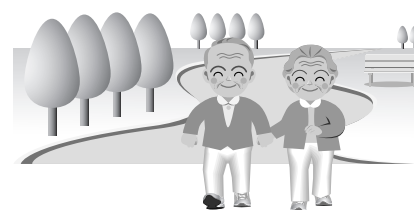
観光ボランティア

辻川界隈観光ボランティアガイド

☆ガイド希望に合わせ随時活動

☆辻川地区の歴史的建造物が残る町並みの案内

☆辻川公民館にて定例会と勉強会



施設・事業運営支援

アロマサークル^{ちゅうら}美人

第1月曜 コミュニティカフェ「笑」の運営

第3木曜（不定期） ママアロマお茶会

第4日曜 定例勉強会

☆認知症カフェや子育て世代に福祉アロマケアでサポートを行っています。



はつらつ会

毎週月曜日 9:15~15:30

☆文珠荘にて介護予防教室利用者の介助・見守り・お茶出し・話し相手・脳トレの補助・レクリエーション補助・川柳やエッセイの朗読等



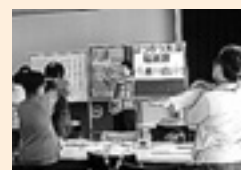
チームはつらつ

毎週水曜日

☆認知症予防教室「はつらつ広場」の運営（利用者の随時受入れあり）

毎週金曜日

☆地域包括センター「はつらつ大学脳楽部」のサポート（利用希望者は包括へご相談ください。）



福崎町図書館応援隊

☆障がい者への支援（対面朗読・布絵本・点字翻訳・来館者介助）

☆子どもへの支援（おはなし会・絵本・紙芝居）

☆広報「応援隊だより」発行・情報収集

☆民話かたりべ（地域の民話発掘・戦争体験等）

☆町立図書館内外の美化

☆館内談話室（喫茶コーナー）の運営

☆福崎郷土史料研究会（町の歴史）



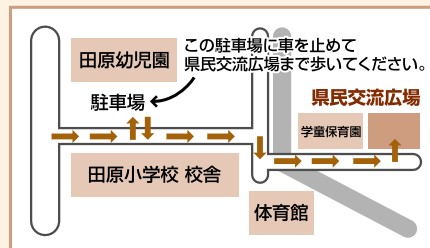
活動の依頼、活動の詳細の問い合わせ、活動への参加は、福崎町ボランティアセンター（電話23-0300）までお問い合わせください。各グループとも**新規会員募集中**です。

アロマカフェでお待ちしております

アロマサークル ワンピースの活動紹介

アロマカフェでは子育て中のお母さんやおばあちゃん、妊婦さんにアロマトリートメントなどを体験していただき、リフレッシュできる場を提供しております。

- ・ハーブティーを飲んでおしゃべりだけでもOK！
- ・季節のスプレーを作って楽しむこともできます！
- ・キッズスペースがあるので、子ども連れもOKです♪
自分の好きな方法でリラックスできますよ♪



日時 5月29日(水)・6月5日(水) 10:00~11:30
場所 田原小学校区県民交流広場 (出入りは自由です)
参加費 基本料 200円
 ・ハンドトリートメント 無 料
 ・フットトリートメント 100円 (オイル代として)



ハンドトリートメントの様子

※連絡先 090-1677-7144 瀧川までご連絡ください。

※日程は町内子育て支援センターの「ともだちひろば」「にこにこひろば」「おひさまらんど」に設置しているチラシでもご確認いただけます。

各地区のミニデイサービスに参加してみませんか

男性の方も是非ともお願いします！

目 的

閉じこもりを防ぎ、地区の皆さんと交流することにより、介護予防にも役立ち、生きがいづくりを目指しています。(最初開催された地区は、22年目を迎えます。)

内 容

月1回民生委員さんや協力員さん・老人会の役員さんが手芸・体操・レクリエーション等地区ごとに工夫され開催されています。(囲碁や将棋などで男性の方の参加の多い地区もあります。)

実施日時・場所

各地区の公民館で、定期的に行われています。(詳細は、地区の役員さんに確認をお願いします。)

社協では、毎月サルビア会館にて、午前と午後2回に分けて、地区の協力者の方に集まっていたき、リーダー講習会を開催しています。

また年1回文珠荘にて全地区のリーダーの方を対象に交流会も開催させていただいてます。



4月の手芸作品です。リングに紐を巻いて鈴を加えて完成です。

5月の手芸作品です。小さなキューピー人形に衣装と模様をつけ、かわいらしく仕上げています。

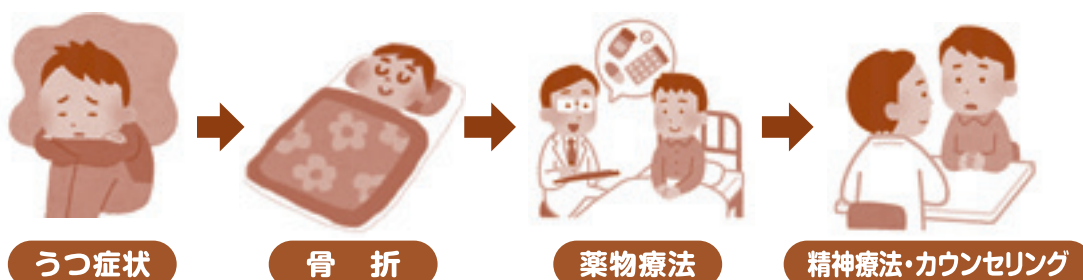


こころの健康について知ろう！ ～うつ病⑦～

今回はうつ病の予後についてご紹介いたします。

うつ病は治療を始めればすぐに治療が終わるというものではありません。骨折など病院に通う必要のある身体疾患と同じように、治癒していく過程にはある程度の期間が必要になります。治っていく経過も、良くなったり、悪くなったりという小さな波をもちながら、階段をゆっくりと1段ずつ上のように改善していきます。そして、うつ病の8割ほどはほとんど以前の元気が回復している状態＝「寛解」状態を迎えることができるとされています。

治療の期間は「急性期」、「回復期」、「再発予防期」と大きく3つの期間に分かれます。急性期にいちばん重視すべきなのが休養、回復期は薬物療法、再発予防期は精神療法・カウンセリングとなります。つまり、それぞれの期間の重点は治療の3本柱にも相当すると考えてよいでしょう。



「うつ病を引き起こす原因はひとつではない」ので、3つの期間がそれぞれどれくらいの時間を要するかは、状況によってたいへん幅があります。急性期が1か月～3か月、回復期が4か月～6か月、再発予防期が1年～、というのが典型的なうつ病の場合の大まかな目安となります。もちろん軽症で早期に治療を開始した場合には、より早く再発予防期に移行することが可能となります。生活習慣病と同様、早期に対応することが重要であることは変わりありません。

最後に大切なことをひとつ述べます。それは「元気が回復してもすぐに薬は止めない」ということです。「回復期」の途中で寛解の状態を迎えます。その時自己判断で薬を止めてしまう方が珍しくありません。その結果せっかく寛解まで来たのに再発してしまうことがあるのです。薬を減らしていくタイミングは主治医の先生によく相談することが大切です。長期の服用は心配だと思いますが、この点は、血液のデータが改善しても生活習慣が改善していなければ、服用を止めると生活習慣病は再発するのと似ています。根気強く「再発予防期」を過ごすことが大切なのです。

今回は、ご家族が心がけたいことについてご紹介いたします。

※「こころの耳」ホームページ参照

中播磨健康福祉事務所（福崎保健所）では、こころの病気やこころの健康について、精神科医師による相談を行っています。

- 日 時：6月26日（水） 7月24日（水）
- 受付時間：9:30～11:00（予約制）
- 場 所：中播磨健康福祉事務所（福崎保健所）
- 申 込：予約制です。必ず事前に電話でお申込みください。



中播磨健康福祉事務所（福崎保健所）地域保健課 電話（0790）22-1234

※相談は無料です。

※ご本人に限らず、ご家族や関係者の方もご相談ください。秘密は厳守します。

善意銀行だより

●平成31年3月1日～4月30日●

敬称略 (単位:円)

月 日	おところ	預 託 者 名	預 託 金 額	附 記
3月12日		廻る寿し 祭り 福崎店	5,000	福祉のため
3月15日		匿 名	188	福祉のため
3月22日		匿 名	10,000	福祉のため
3月28日	西光寺	中井	50,000	福祉のため
4月1日		匿 名	10,400	福祉のため
4月5日	市川町	木村 千晴	100,000	福祉のため
4月8日		食べ処 くろすけ	5,000	福祉のため
4月8日		福崎町ボランティアセンター	50	ボランティアまつりでの福祉のために
4月16日		田原中学校同窓会	98,174	福祉のため

「さるびあ」をお読みの皆様、
一緒に福崎町をよくしていきませんか？
社会福祉の充実のためぜひとも
ご支援をくださいますようお願いします。

*** 職員の異動 ***

【新職員】※平成31年4月1日付

法人本部

(事務局長) 前田 久留美

※地域の皆さまが安心して暮らせる地域福祉の実施をめざし頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。

第1老人デイサービスセンター
「なぐさの郷」

(看護 師) 森本 喜久巳

※これから頑張りますのでよろしくをお願いします。

【異 動】※平成31年4月1日付

障害相談支援センター

(相談支援専門員)

正木 晶代

※皆さまの声に耳を傾け、寄り添いしっかりと考える支援ができるよう頑張ります。



場所
サルビア会館(福崎町役場北)
経験豊富な相談員が悩みごと全般(離婚・相続・相続関係・金銭貸借など)について相談をお受けいたします。時間内に受付窓口へお越しください。(予約不要・秘密厳守・無料)

要と認められた場合のみ受付いたします。
また、法律相談は日程が変わることがあります。(秘密厳守・無料)
受けたいします。
法律に関する相談を弁護士がお受けいたします。

日時
令和元年6月5日(水)
6月19日(水)
7月3日(水)
7月17日(水)
午後1時から午後3時まで

日時
令和元年5月29日(水)
6月26日(水)
7月31日(水)
午後1時から

なやみごと相談

法律相談

施設電話案内

福崎町社会福祉協議会 電話 23-0300
第1老人デイサービスセンターなぐさの郷 電話 23-0310
第2老人デイサービスセンターすみよしの郷 電話 22-6663
福崎町在宅介護支援センターすみよしの郷 電話 22-7134
福崎町障害相談支援センター 電話 35-8575
ホームヘルプステーション 電話 22-7135

※おかけまちがないよう、ご注意ください。

○面談はちょっと…法制度が知りたい！
の方へ電話窓口があります

☆日常生活上の諸問題等について
さわやか県民相談
☎078-360-8511
☎0120-27-7830 (携帯不可)
(平日9:00~17:30 土日及び祝日は休み)
☆法制度や相談窓口等を紹介します
法テラス姫路
☎050-3383-5448
(平日9:00~17:00 土日及び祝日は休み)