

# 社協だより

編集・発行  社会福祉法人 香美町社会福祉協議会  
 〒669-6545 香美町香住区森31-1 香美町香住地域福祉センター内  
 TEL 0796-39-2050 TEL 0796-36-2758 FAX 0796-39-2150  
 ホームページアドレス <http://www.kami-shakyo.org/>



## とどけます みんなの元気 力を合わせて冬支度～雪囲い～ (村岡区相岡<sup>けびおか</sup>)

相岡区は新温泉町との町境に位置し、標高400mを超える山腹の急斜面に広がる自然豊かな集落です。また香美町でも有数の豪雪地帯であり、昔から家屋を守るために雪囲いをしています。

この日は同区の岸輝彦さん(79)のお宅で、奥さんに加えてお孫さんも加勢し、玄関周りの雪囲いに取り掛かりました。家族それぞれが役割分担をして、手際よく波板を取り付けていきます。「昔はひもで一つずつくくっていましたが、今は電動工具があるので作業がはかどります。でも柱を組む時には、角材が年々重く感じるようになりました」と話されました。

社会福祉協議会では克雪事業として、来年2月上旬に相岡など町内豪雪集落で、ボランティアの協力による除雪活動を実施します。詳細が決まり次第に社協だより等で募集をしますので、是非ご参加ください。

### 《今月の主な内容》

介護保険事業所紹介「通所介護事業所」……2	精神障害を考えるつどい……………6
第27回ふれあい旅行……………3	募金百貨店プロジェクト始動！……7
ボランティアセンターだより……4～5	歳末たすけあい運動……………7
世代間交流事業「いも掘り」……6	けいじばん……………8



# 介護保険事業所紹介

通所介護事業所(香住デイサービスセンターほほえみ、村岡通所介護)



▲ご本人の状態やその日の体調に合わせた機能訓練を実施します。  
「今日はよく腕が上がってますよ! その調子!」

通所介護サービスは、入浴や食事、機能訓練、口腔ケアなど、身体機能向上のための支援を日帰りで利用することができるサービスです。通所介護事業所には、介護福祉士や看護師、歯科衛生士などの専門職がスタッフとして在籍しており、お客様お一人お一人に合った、専門的な支援を行うことができます。

通所介護を利用していた多くことで、心身機能の維持回復、ご本人らしい暮らしの継続、そしてご家族の介護負担の軽減を目指しています。

## Aさん(79歳男性・介護度1)の場合

Aさんは今年の5月に腰椎を骨折し、歩行の際には手すりや杖が必要。現在は月に1回病院に通っているが、多くの時間を家の中で横になって過ごし、外出の機会はほとんどない。

**家族の心配** 筋力低下による歩行困難、閉じこもりによる認知症

**本人の希望** 春になったら畑仕事をしたい

**サービス利用の目的** 筋力、体力、身体機能の維持向上、生活にメリハリをつける



### 《通所介護サービスの提供》

専門員による機能訓練を実施。他者と一緒に頑張っていることが、本人の意欲を高めることにつながっている。他の利用者との関係も良好。

#### 家族より

自宅ではあまりできていなかったが、デイサービスで機能訓練ができて安心して居る。地域の集まりは参加しにくいようだが、デイサービスで人中へ出て行くことができ、良かった。このまま継続して通い、本人の希望通り、春には畑に出られるくらい元気になって欲しい。



### ワンポイント まめ知識

### 自分に合った 杖の長さって??

杖が長すぎると体重をかける位置が高くなり、バランスを取るのが難しくなります。逆に短すぎると腰が曲がって負担になります。杖は普段履いている履物を履いてまっすぐ立ち、おそ腕時計(手首)の高さが適当とされています。

**おまけ** 靴底がすり減るように、杖も先端のゴムがすり減ってきます。すり減ったまま使用していると、水滴1滴でも滑ることがあり危険です。先ゴムは交換可能です。一度点検してみてください。

お問い合わせ・詳細につきましては下記へご連絡ください。

#### 通所介護事業所「ほほえみ」

☎0796-38-1515

休業日：毎週土曜日

#### 村岡通所介護事業所

☎0796-98-1000

休業日：毎週土・日・祝日



# 第27回 ふれあい旅行

10月18日～19日 in 琴平温泉・善通寺・屋島



今回初めて参加させていただきました。私は視覚に障害がありますが、スタッフの方々の自然な気配りと、時間的にも余裕のある行程で、有意義なひと時となりました。障害のある人もない人もふれあえるとてもいい旅行です。みなさん！外に出るとたくさん楽しいことがありますよ！

香住区香住 文堂 菊治さん  
**『一緒にいきましょう！』**

ふれあい旅行は、高齢者や障害のある方など、普段旅行に行くことが難しい方にも安心して参加していただける旅行として、年に1回実施しています。今回のふれあい旅行にはスタッフを含め43名の方が参加し、お互いに助け合いながら、参加者もスタッフも一緒に楽しみ、和やかな旅行となりました。

一部ですが、参加者の感想をご紹介します。



**『ふれあえる旅行』**

村岡区味取 徳田 昭年さん

千代栄さん

私たち夫婦が旅行に参加して十年目になります。年をまたぐにつれて知り合いも増え、支えあいながらお風呂に入ったり、お部屋で他愛もないお話をすることで一年に一度会える友達もできました。「今年も会えましたね」とまた来年も言えるよう、健康でいたいと思います。

**『感謝・感動』**

小代区水間 中村かつ子さん

今回母と初めて参加させていただきました。母は長距離の歩行が不安定で、旅行に行くとなれば車いすが必要となります。家族だけでは四国に連れて行ってあげることも難しかったのですが、スタッフの方々に助けていただき母はもちろん私自身も旅行を楽しむことができました。ありがとうございました。

**『特別な旅行』**

香美町役場 福本 充範さん

私は今回の旅行で、参加者にとつてこの旅行は本当に特別な旅行だと気付きました。1年に1回の待ちに待った旅行だと気づいた時、私は自然と何かできることはないか探していました。これからもふれあい旅行が続いていけばと思います。

**『笑顔でまた来年！』**

実行委員長 田村 高春さん

今年は香川県のこんぴらさんを参拝しました。初日の宴会ではスタッフと参加者全員が時間を忘れる程、大変楽しめるものでありました。この旅行の経験から健康者・障害者が共に自然と手を取り合い笑顔で過ごせる日々が一日でも多くあることを願って、今後とも一人でも多くの皆様の参加をお待ちしております。



# 香美町 ボランティアセンターだより

つたえよう ひろげよう 心の輪

## 福祉まつり～ハートフルフェスタ2015～



▲ 今年もハートフルバザーは大盛況！



▲ sepiaとひまわりの森のコラボ演奏♪  
「ふれあいの心」を歌いました



▲ 大迫力の和太鼓演奏でまつりスタート！

10月17日(土)香住区森の福祉村で「福祉まつり」ハートフルフェスタ2015」が開催され、500名を超える方が会場に足を運ばれました。このまつりは多くのボランティアが力を合わせ、福祉やボランティア活動に対する理解を深め、関心を広げることを目的としています。

ふれあいステージでは天神破魔太鼓保存会の大迫力の和太鼓演奏から始まり、青葉保育園児の元気なダンス、みなと保育園児の心癒やされる歌、コーラスグループ「ル・シエル」による「生きる」希望」をテーマに選曲された繊細なハーモニのコーラスと素晴らしいステージが続きました。



▲ 宮城県気仙沼市の東日本大震災での津波被害のパネル写真を展示しました。

ハートフルミニコンサートでは、村岡区の3人組バンドSepiaが、多機能型事業所ひまわりの森の利用者とのコラボ演奏や幅広い世代の方が一緒に口ずさめる曲を演奏しました。

ふれあい広場では、バザーや子どもからお年寄りまで楽しめる子ども広場、点字体験やパネル展示などを通して福祉、ボランティア活動への理解を広めました。



▲ バルーンアートは子どもに大人気！子どもが楽しめるブースもたくさん

町民の皆さまに持ち寄っていたいただいた物品によるバザーでは、合計70,270円の売り上げがありました。このお金は、ハートフルフェスタの運営費として活用させていただきます。ご協力ありがとうございました。

ハートフルフェスタ実行委員会では、これからも福祉まつりを通して福祉の心やボランティア活動の輪を広げていきたいと考えています。



▲ 赤い羽根共同募金。多くの方にご協力いただきました。



シリーズ **がんばれ!! ボランティア**

香住区 香住アマチュア無線クラブ

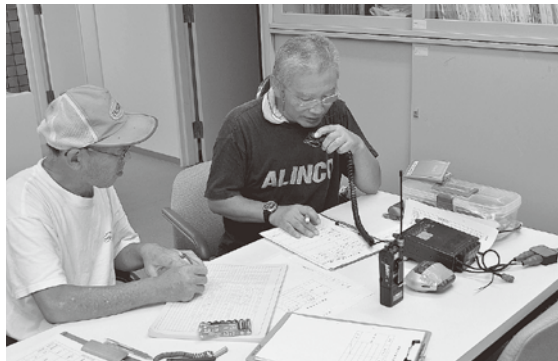
vol.16

香住アマチュア無線クラブは発足40年のグループです。平成元年には香住区のミノフ高原山頂に自力で中継局を開設し、メールの前身である無線を使つてのワープロ通信やパソコン通信を可能にしました。現在の会員は11名で毎月の定例会（第2土曜日）をはじめ様々な活動に取り組んでいます。

アマチュア無線は自然災害で電話など通信手段が途絶した場合の有効な通信手段のひとつです。平成9年には当時の香住警察署と災害時の情報提供と連絡に関する協定を結び、平成15年にはその協定の趣旨を生かそうと合同訓練を実施しました。また、夏に実施されている香美町の総合防災訓練では情報通信の役割で参加協力しています。

防災訓練では、災害対策本部と各避難所に会員を配置し被害報告や避難状況を無線でやりとりします。代

表の藤原道久さんは「災害時はアマチュア無線の役割が大きいので日頃の訓練を重ねたい」と話されました。香住アマチュア無線クラブでは災害時だけでなく、日頃から地域住民に防災意



▲ 町の総合防災訓練の様子。災害を想定し、手順を確認しながら行いました。

識を持つてもらうために10年以上前から海抜表示看板の設置も進めています。「無線に興味のある方はぜひ定例会にお越しください。大歓迎です」と代表の藤原さん。現在会員募集中です！

## 当事者との交流を通して 視覚障害にふれる

10月21日（水）香住区奥佐津校区の放課後子ども教室で、2回目となる目の不自由な方との交流会が行われ、児童13名が当事者3名と交流を通して視覚障害について理解を深めました。

この会は、放課後子ども教室を担当する教育委員会から依頼を受け、社会福祉協議会が培ったネットワークを活かしながら、児童と当事者とをつないでいます。交流会当日は当事者から普段の生活の話を聞いたり、子ども達がガイドをしながら一緒に散歩をしました。会に参加した香住区沖浦の松井和夫さんは「目が見えない自分だからこそ、できることがあると思います。体験を話したり一緒に歩いたりして、子ども達に少しでも視覚障害について知ってもらえればうれしいです。

当事者の方と直接に話をしてふれ合うことで、新たな発見がたくさんあります。参加した児童は「目が見えなくても他の人の思いやりがあれば、色々なことができる」とわかって良かった」と話してくれました。当事者との交流を通じた学習の機会がとても大切だと感じられました。



▲ 音声案内付の腕時計を見せてもらい「音で時間がわかるんだ」と関心する児童。

こういった機会が増えていくことを望みます」と話されました。

# 『今年のいもは 大きいです!』



10月21日 小代いこの里  
さつまいも掘り



いこの里では、世代間交流のひとつとして、小代小学校児童と高齢者が一緒にさつまいもづくりを行っています。

今年は、土に米ぬかをまぜて、しっかりと草取りをしたおかげで、去年に比べて大きなさつまいもができました。「見て〜大きいのが掘れたで」「大きすぎて掘れん」「よし手伝ったる」畑のあちらこちらで元気な声が聞こえてくる中、児童も高齢者のみ



なさんも大きなさつまいもにびっくりしたり、笑顔になったり、自然に交流が深まりました。児童の「ありがとう」「おもしろかった」という感想に高齢者のみなさんは「来年もがんばって大きいもを作らあで」と笑顔で話してくださいました。

11月19日には小代小学校で収穫祭が行われました、焼きいもとゲームを一緒になつて楽しみました。

## 精神障害を考える学習会

11月14日(土)、小代区いこの里で「心の病ってどんな病気?」をテーマに、精神障害を考える学習会を開催しました。過労やストレスなどが原因で精神や身体の働きが不安定になり、日常生活に支障をきたす「心の病」は決して人ごとではありません。そんな病気を正しく知って理解を深め、普段の生活の中でまわりの人にできることを考えてもらおうと、昨年に引き続きこの開催です。

学習会では、「生活支援センターほおずき」の精神保健福祉士である谷友紀子さんと同じ病気の経験を活かして仲間を支援する「ピアサポーター」の今井さんを講師に招き、体験談を交えながら病気の症状や生活面の変化をはじめ、その時々をつらい思いなどのお話を伺いました。

谷さんは「皆さんがよく耳にする『うつ』は15人に1人の割合で、一生に一度はかか

ると言われるほど身近な病気。けれどそれはその人のほんの一部にしか過ぎず、その人のいいところやできることを探してあげる、周囲の温かい関わりが「安心」というきっかけとした土台を作り、回復の道へと進んでいける」と話されました。

今井さんも「周囲の心ない言葉に傷ついたこともあるが、反対に支えてもらったこともある。温かい見守りや声かけで、そつと応援してくれるとうれしい」と語られました。





～つながり ささえあう みんなの地域づくり～

# 歳末たすけあい運動

12月1日から

「歳末たすけあい運動」は共同募金事業の一環として、新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう、住民の参加を得てさまざまな福祉活動を重点的に展開するものです。町民の皆さまよりいただきました



募金は、共同募金委員会で話し合い、香美町内で行われる年末年始の福祉行事や、町内で支援を必要とされるご家庭へ配分されます。

## ご協力をお願いいたします

# 募金百貨店 プロジェクト 始動!!

「ヘルシーおやつで町を元気に!」  
**“甘酒やき”を食べて香美町を良くしよう!!**  
**プロジェクト**

共同募金運動の一環として全国的に進めている「募金百貨店プロジェクト」に、このたび香住鶴株式会社様をご参加くださいました! 但馬では初の試みです。

香住区小原の香住鶴オリジナル食品直売所「福壽蔵」にて販売中の「甘酒やき」1袋購入につき、10円が共同募金に寄付されます。みなさまのご協力をお願いいたします。

**実施期間 平成27年11月1日～12月31日**



## 善意銀行だより

10月分 (平成27年10月1日～31日)  
 (預託順・敬称略)

### 本所

・香典返し

森 嶋田 佳子  
 三 釜井 啓一  
 三 清水 啓一

下 沼田 伸二  
 訓 谷 政一

・物品預託

畑 青山 喜一  
 (新米、もち米)

### 村岡支所

・香典返し

長 古川 和彦  
 山 西坂 正己  
 入 片山 正己

・物品預託

村岡ダブルフルウルトラ  
 ランニング実行委員会  
 (バスタオル)

### 小代支所

・香典返し

貫 田村 勝美  
 茅 山村 要

・物品預託

板仕野 田中 侃市  
 (さつまいも、柿)

### 預託金合計

289,000円

○お名前は、預託者本人のご意向により掲載しています。

皆様からのあたたかいご預託は社協の地域福祉活動に使わせていただきます。ありがとうございました。

## 収集ボランティア

古切手等の収集にご協力いただいた皆様をご紹介します。

10月分 (平成27年10月1日～31日)  
 (預託順・敬称略) 古切手・ベルマーク・はがき・テレホンカード

### 本所

沖 浦 松森 貴美子  
 畑 (株)ソクチ

香 住 毛戸工業株式会社  
 畑 青山 喜一

香 住 森郵便局  
 香 住 香住ロータリークラブ

香 住 (有)村建築  
 香 住 橋法務行政書士事務所

### 村岡支所

高 井 中村 勇一  
 大 野 大林 和子

村 岡 都 敏郎  
 耀 山 久茂田 恭子

森 脇 森 寿賀野  
 高 津 (株)田中工務店

市 原 中村 智昭  
 和 田 中村 律子

村 岡 上田 優

### 小代支所

大 谷 中村 久恵  
 大 谷 中村 由良江

大 谷 中村 初枝  
 村岡区 福住 勉

○その他にも、匿名で多くの方に協力頂きました。ありがとうございました。

# 社協のけいじばん

各種相談は町内どこでも受けられます。本所、各支所にお気軽にご相談ください。

※秘密は厳守します。

※相談はいずれも無料です。

## ～総合相談所のご案内～

お問い合わせ先	本 所	村岡支所	小代支所
	TEL 0796-39-2050	TEL 0796-98-1000	TEL 0796-97-2202
心配ごと相談	とき：12月9日(水) 13:30～16:00 ところ：香住老人福祉センター	とき：12月16日(水) 13:30～16:00 ところ：村岡老人福祉センター	とき：12月2日(水) 13:30～16:00 ところ：いこいの里
ほっと HOT (結婚相談)	とき：12月24日(木) 13:30～16:00 ところ：香住老人福祉センター	とき：12月6日(日) 9:30～12:00 ところ：村岡区中央公民館	とき：12月17日(木) 13:30～16:00 ところ：いこいの里
弁護士相談 ※要予約(1人30分)	とき：12月22日(火) 13:00～16:00 ところ：香住老人福祉センター 担当者：前田貞夫弁護士		

## 成人式振袖展示・予約会

平成28年1月16日(土)～17日(日) 午前9時～午後6時

会場：香住老人福祉センターブライダルショップ“ドリーム”  
(香住区香住1281-1)

電話・FAX 0796-36-2800