

ささえあい 安心して暮らせる まちづくり

香美町 

社協だより

♡ 第141号
♡ 平成28年12月22日発行

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

子育てグループ「クローバー」(香住区)

子育てグループ「クローバー」は、毎月第1、第3月曜日午前中に、香住子育て・子育て支援センターで、絵本が好きな親子を対象に、絵本の読み聞かせをしており、毎回30人程度の親子が参加しています。

3～4冊の絵本の読み聞かせをして、その後の時間は子育て中の悩みごとを話したり、世間話をしたり、創作活動もたまにしたりと、多くの方とコミュニケーションがとれるように心がけた活動にしています。

12月は絵本の読み聞かせの後に、クリスマスツリーをつくりました。

代表の山本華奈さんは「この活動は、会員制ではないので、毎回いろいろな地域の方が、参加してくれています。私たちの活動を知ってもらって、たくさんの親子に参加してもらいたいです」と話されていました。

《今月の主な内容》

- | | |
|---------------------------|------------------------|
| 「すでいぞ！サロン活動」…………… 2 | きらく会・精神障害を考える学習会 … 6 |
| 第3回防災体験学習会…………… 3 | けいじばん・年末年始の休業のお知らせ … 7 |
| 除雪ボランティア募集・ガイドヘルプ講座 … 4～5 | 成人式振袖展示・予約会 …………… 8 |



この広報誌は共同募金配分金の一部を活用して作成しています。



人も地域も
いきいき
元気に

「まじっぐぞー」 サロン活動

いきいきサロンって？

いきいきサロンは集落ごと、または小学校区ごとに開催されている、地域の方が誰でも参加できるつどい場です。内容や時間、開催頻度などはサロンによって様々ですが、現在、香美町内には、109のサロンがあり、101の集落で実施されています。

いきいきサロンは「石の鳥」?

サロンが1つあることで、多くの効果が期待できます。

①閉じこもり予防

身近に気軽に出かける場所があることで、閉じこもりを防止します。社会参加の場や、生きがいや楽しみにもなり、メリハリのある生活につながります。

②介護予防

サロンの中で体操をすることはもちろん、会場に歩いて行く、サロンの中で座布団を出したりテーブルを拭いたりする、というだけでも介護予



▲村岡区福岡 サロンには高齢者だけでなく住民だれもが参加できます。

防に効果がある、という研究結果が出ています。だから、スタッフが準備から片付けまで全てするのはなく、参加者全員が「できることはする」ということが大切です。

③仲間づくりの場

長寿の方に最も多い共通点「交友関係が広く、仲間がいること」だそうです。近所の人と定期的に顔を合わせるとして最適です。

④見守り活動

サロンに参加することでお互いの様子を知ることができたり、顔が見えない人のことが気になったり、見守りや支え合いの基本となる「お互いを気にかける」場面、きつかけとなりまます。参加者も多く聞かれる悩みが「参加しない人がいて」というものです。しかし、よく考えてみると、参加していない人のことを、みんなが「気にして」います。サロンが無かったら、「気にするなかつた人」に、サロンをすることで気付けられたのです。その人を気にかけることで、参加する・しないに関わらず、声をかけて「気にして」いるよ」と伝えることで、十分意味があるのです。



▲小代区茅野 人数は少ないけれど、楽しく活動しています。

この他にも、講話をすれば情報提供の場、多世代交流の場、またボランティアの活躍の場としての機能もあります。このように、いきいきサロンは、一石二鳥どころか一石三鳥、非常に効果的です。ある、非常に効果的です。活動なので!!

「まじっぐぞー」 サロン活動

連載決定!

サロンには、決まった形がありませぬ。どのサロンも、それぞれの集落に合った活動をされています。そんなサロン活動を紹介します。「すぞいぞー!」サロン活動の連載が次号からスタートします。なかなか他のサロンに参加する機会が少ないと思いませんか。色んなサロンの工夫や魅力をお伝えして、いきいきとお願いますので、よろしくお願いたします。

第3回 防災体験学習会

『避難所生活が始まる ～少しでも安心して過ごせる
避難所づくりをめざす～』

過去20年間の主な災害

1995年	1月	阪神・淡路大震災
2004年	10月	台風23号水害
2004年	10月	新潟中越地震
2007年	3月	能登半島地震
2009年	7月	新潟県中越沖地震
2011年	3月	東日本大震災
2011年	9月	台風12号水害
2013年	9月	京都府豪雨災害
2014年	8月	丹波豪雨災害
2016年	4月	熊本地震
2016年	10月	鳥取県中部地震

毎日の生活の“あたりまえ”が
少し“難しく”なるのが
『避難所生活』



11月26日(土) 香住小学校
体育館を会場に防災体験学習
会を開催しました。
今回の学習会では、災害発
生後3日目～10日目を想定し、
望ましい避難所運営を見て・
聞いて・考えて・体験できる
防災体験ブースや避難所再現
ブースを設け、自由に体験し
ていただきました。
近年の災害の状況は次の表
のとおりですが、大規模災害
が発生すると避難所での共同
生活が始まります。実際の避
難所運営は、そこで暮らす人
たちで行わなければならな
いため、何が必要なのか、どん
な工夫が必要かを考える内容

で実施しました。
まず初めに、講師の特定非
営利活動法人『さくらネッ
ト』河田のどか氏から、体験
前の学習として、避難所の状
況とポイントについてのお話
がありました。

なぜ今避難所運営を考えな
ければいけないのか・・・、
新潟県中越沖地震や東日本大
震災の死者数をみると、災
害時の直接死より関連死の方
が多くなっています。つまり、
被災した時、せつかく助かつ
た命が、避難所生活が長期化
することで失われてしまうこ
とが多くなっているのです。
また、避難所では、要配慮者
(高齢者・障害者・乳幼児
等)が多く生活していくため、
少しでも安心して過ごしやす
くする工夫が必要となってい
ます。
避難所運営においては、み
んなで知恵を出し合い考える
ことで、課題解決がしやす
くなると話されました。
実際に体験ブースでは、身
近なものでどんな工夫ができ
るのか、要配慮者に対してど



▲ 避難所生活を、よりよい生活にしていくために、
必要なことを考えてみましょう!!

んな配慮が必要なのかを体験
していただきました。
参加者の方からは「初めて
の参加でしたが、子どもたち
にも体験させてみたいと思
う」「身近にあるものでポン
チョやマスクを作ってみて参
考になりました。この体験を
友だちにも話したいと思いま
す」などの感想をいただきました。
今回の体験学習では、災害
前や災害時だけではなく、災
害後の生活についても考えて
いただく機会となりました。

除雪ボランティア募集!

近年、高齢化率の急上昇と人口の減少に伴い、小規模集落では、地域住民の支え合いだけでは除雪作業ができなくなりつつあります。

“困った時はお互いさまの意識づくり”を目的に、香美町内での相互助け合いの推進「海山交流」で、夏は海岸清掃ボランティア、冬は除雪ボランティア。地域によって気候や特色の異なる香美町でお互いの地域課題を知り、町全体の支え合い活動としてぜひ除雪ボランティアにご参加下さい!!

開催日時

平成29年 **2月4日(土)** 村岡区内
2月11日(土) 小代区内

午前10時
受付開始

集合場所

〈本部〉
香美町村岡地域局前駐車場
(香美町村岡区村岡390-1 電話 0796-94-0321)



内 容

高齢者宅の除雪作業 ★屋根にはのぼりません

定 員

各日概ね **40名**

申 込 み

2月1日(水) までに下記の申込み先へご連絡ください。

持 ち 物

着替え、タオル、長靴、手袋、雨合羽、昼食、飲み物
健康保険証、あればスコップ、スノーダンプ等
(道具は本部でも準備しています)

そ の 他

- ★企業や団体、グループでの申込みもできます。
(申込み連絡後、登録用紙を送付します)
- ★安心して活動していただくために、兵庫県ボランティア・市民活動災害共済に加入します。(保険料は社協で負担します)
- ★本部から現地までは、送迎バスで移動します。
- ★積雪状況、気象状況により、中止、又は早く終わる事もあります。

申込み・問い合わせ先

香美町社会福祉協議会 (平日午前9時～午後5時)

活動区の支所へお問い合わせください。

村岡支所 TEL 0796-98-1000 / FAX 0796-98-1477 メール muraoka@kami-wei.jp

小代支所 TEL 0796-97-2202 / FAX 0796-97-3294 メール ojiro@kami-wei.jp

ホームページ

<http://www.kami-shakyo.org/> (登録用紙のダウンロードできます)

平成28年度 ボランティア養成講座 ガイドヘルプ講座

10月22日(土)、11月5日(土) 香住地域福祉センターで、11月12日(土) 小代いこいの里で、3日間を通して「ガイドヘルプ講座」を開講し、延べ34名の方が参加されました。

この講座は、視覚障害歩行訓練士の武内清氏を講師に迎え、視覚障害について体験を通して学習しました。

◆第1回 視覚障害を知る

視覚障害は、先天性より中途失明が多いこと、視覚障害の原因となる病気、全盲と弱視、視力や視野の障害について学習しました。

人は外部から得られる情報のうち80%以上は、視覚から入ると言われています。一言で視覚障害と言っても、様々な見えづらさがあること。中途失明は自分達にとって、他人事ではないこと。視覚障害についての知識と理解が深まりました。

また、4名の当事者も参加され、これまでの生活状況から現在の視覚障害に至るまでのこと



▲ 個々の不自由さをよく知る事が大切です

をお話いただきました。参加者からは「自身が自立できるような料理や点字習得など、並大抵ではない努力が必要だったことが伝わりました」「徐々に視野が狭まる不安を抱えながらも、当事者の前向きな姿勢に胸が熱くなる想いでした」などの感想が聞かれました。

◆第2回 全盲と弱視の体験

室内での階段誘導や食事、屋外の散歩など、視覚障害を体験しました。周りの状況を声掛けしてくれることがどれほど大切

で、安心感を与えるのか、身を持って感じてもらいました。「当たり前前に思っていることの言葉添えと介助には、当事者の自主性を尊重すべき」と言われた武内先生の言葉に、必要な時に必要なだけ支援をする。食事支援でも美味しさや楽しさが半減しないような言葉かけや見守ることの大切さを理解していただきました。



▲ カップから伝わる温度で水位の調整

◆第3回 当事者との交流会

障害者スポーツの紹介と2種類のスポーツで交流しました。的の分らない当事者に対し、大きな声や拍手で参加者が導きます。当事者の中には「昔よくやつ

たなあ」と懐かしむ声と、参加者からは「工夫次第で世代や障害の有無に限らず楽しめるスポーツで参考になります」などの感想が聞かれました。

◆講座を終えて

参加された方々は、現在ボランティア活動をされている方もいれば、これから何かを始めてみたいと考えている方もいます。「白杖よりも勝るとも劣らぬ心の杖になってあげたい」とアンケートに記入された方があり、社協はこれからも障害者と健常者が共に地域で活躍できる場づくりに取り組んでいきます。



▲ 砂袋を的に投げるスローイングビンゴ

みんながうれしいわあ

村岡区ひつじ暮らしの高齢者のついで「きらく会」

冬も近づき寒くなってきた11月29日(火)村岡老人福祉センターで、今年3回目の「きらく会」を行いました。午前中は、美方警察署村岡派出所より、詐欺や交通安全についてのお話を伺いました。



▲ みんなで食べるごはんはおいしいね!

午後からは、和池区有志による「和池株音頭」を皮切りに、丹波市在住のマエストロ足立さんを迎えて、手作りの楽器演奏会を楽しみました。マエストロ足立さんは、自宅で使っていたほうきや、ジョウロなどを自らの手で楽器に作り変え、巧みな話術ときれいな音色で、会場を笑顔と感動でいっぱいしてくれ

ました。楽器の見た目と意外な音色にうっとり。懐かしい歌が流れると、自然と大合唱。楽しい時間はあっという間に過ぎていきます。

参加された方は、「普段ひとりでいると、みんなに会うのがうれしいわあ」「久しぶりにお笑ったわ」と、満面の笑みで会場を後にされました。

この「きらく会」は、集落の福祉委員長をはじめ、民生委員・児童委員や調理ボランティアの皆さま方のご協力です。活動をこれで行います。今年度の活動はこれで終わりました。来年の初夏に、またお会いしましょう。



▲ スキーのストックで作った“笛”。とてもきれいな音色です。

精神障害を考える学習会

11月12日(土)小代区この里で、20日(日)村岡老人福祉センターで、「精神障害を考える学習会」を行いました。

現在、長年病院で過ごされていた方も、退院して地域で生活できるようにと、様々な施策が打ち出されています。当日は、豊岡市にある「生活支援センターほおずき」より、精神保健福祉士の田中里未さん、ピアサポーターの山田和子さん、今井綾子さんの3名を講師に迎え、お話を伺いました。

田中さんからは統合失調症について、進学・就職・結婚・出産など、人生これからという時に発症しやすいこと、100人に1人という、誰にでも起こりうる身近な病気だ、という事を教えていただきました。

ピアサポーターの山田さん、

※ピアサポーターとは…

病気を克服して、地域の方や当事者支援を行なっている方です。

今井さんは、つらかった時の経験や地域の人たちとの関わりについてお話され、「今もまだ、幻聴や妄想はあるけども、自分と同じ仲間がいて話をしたりすることで気も紛れる。今度は、自分の体験から分かることもたくさんあるの、自分と同じように苦しんでいる人たちの役に立ちたい」と話されました。

社協では、町や関係機関との連携を密にし、生きづらさを抱える人たちの支援等、今後も継続的に考えていきたいと思えます。



社協のけいじばん

ほっとHOT(結婚相談)

と き：1月12日(木) 13:30~16:00
と ころ：香住老人福祉センター

と き：1月19日(木) 13:30~16:00
と ころ：小代いこいの里

と き：1月26日(木) 9:30~12:00
と ころ：村岡区中央公民館

弁護士相談

と き：1月24日(火) 13:00~16:00
と ころ：香住老人福祉センター
担当者：辻本武之弁護士

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。

お問合せは **香美町社会福祉協議会**

本 所 TEL0796-39-2050
村岡支所 TEL0796-98-1000
小代支所 TEL0796-97-2202

年末年始の休業のお知らせ

誠に勝手ながら、下記の日程で社協の各事業所を休業とさせていただきます。

地区	事業所	休業期間
香住区	配食サービス	12/31~1/4
	デイサービスセンター“ほほえみ”	12/31~1/3
	ふれ愛介護センター(ケアマネジャー)	12/29~1/3
	障害者相談支援事業所	
	ふれあい交流館	
	事務局(香住老人福祉センター・香住地域福祉センター)	
村岡区	外出支援サービス	12/29~1/3
	プライダルショップ“ドリーム”(貸衣装)	
	配食サービス	
	通所介護事業所(デイサービス)	
小代区	居室介護支援事業所(ケアマネジャー)	12/29~1/3
	外出支援サービス	
	事務局(村岡老人福祉センター)	
小代区	配食サービス	12/29~1/3
	いこいの里	
	外出支援サービス	
	事務局	

※ホームヘルプサービスは、窓口業務は休みになりますが、サービスは休まずに実施します。
※居宅介護支援事業所は、転送電話により介護支援専門員(ケアマネジャー)につながります。
※障害者相談支援事業所は、転送電話により相談支援専門員につながります。
※グループホーム“かがやき”、生活支援ハウスつつじの里は、無休です。

善意銀行だより

(平成28年11月1日~30日)(預託順・敬称略)

香典返し

・香住区

山田 祥和
古路 智之
今西 たく
松富 男子
小松 富吉
磯田 啓雄
濱戸 幸雄
北村 祐子
福本 げん
榎本 公一
樋上 圭一
田垣 徹
後上 幸
中西 友行
西川 幸
中嶋 浩也
長嶋 達也

香境 山田 祥和
一守 日柄 智之
若日 市 たく
若松 富吉
若森 男子
若森 富吉
若鹿 幸雄
若南 幸雄
若南 幸雄
若南 幸雄

村岡区

・小代区

相村 山根 弘孝
相村 中根 孝子

・小代区

忠宮 東門 卓哉
秋宮 吉門 卓哉

・香住区

若松 茶道裏千家淡交会香住支部
若松 観華流煎茶道香住支部

・小代区

野間谷 吉田 和子

○お名前は、預託者本人のご意向により掲載しています。

預託金合計
538,000円

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

(平成28年11月1日~30日)

古切手等の収集にご協力いただいた皆様を紹介いたします。(預託順・敬称略)

古切手・ベルマーク・はがき・テレホンカード

〔香住区〕

森 (株)西山工務店
森 青山 加代

香住 (有)田村建築
香住 白滝かずみ

香住 香住ロータリークラブ

香住 橋法務行政書士事務所

香住 毛戸工業(株)

〔村岡区〕

和田 石井 成子
和田 奥西鉄工(有)

相田 中村 勇一

萩山 村岡有機センター

長板 藤村 要子

村岡 井端 稔

〔小代区〕

大谷 林 英子

城山 黒野まする

茅野 中村 修

その他にも、匿名で多くの方にご協力頂きました。ありがとうございました。



ストップ・ザ・無縁社会 全県キャンペーン

絆つなげる 明日へつながる

成人式振袖展示・予約会



平成29年
日時 1月14日(土)~15日(日) 9:00~18:00

場所 香住老人福祉センター 香住区香住1281-1

ブライダルショップ **ドリーム**

TEL・FAX **0796-36-2800**

~その他の衣装のご予約も承っております~

アクセス



◎貸衣装事業の収益は全て、香美町社会福祉協議会の地域福祉事業に使わせていただきます。

ブライダルショップ「ドリーム」卒業式衣装予約受付中!!
(日)~(金) 8:30~17:15営業 Tel 0796-36-2800