

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209号
令和4年8月25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 <https://www.kami-shakyo.org/>



とどけます みんなの元気

ひとり暮らし高齢者のつどい「きらく会」(村岡区)

3年ぶりに、「きらく会」を開催しました。

講師に特別養護老人ホームむらおかこぶし園の職員の皆さまを迎え、介護予防講話や頭と身体の体操、素晴らしい演舞を披露していただきました。詳細については5ページに掲載しています。

●● 今月の主な内容 ●●

- | | |
|--------------------------|--------------------------------------|
| 福祉用具のあれこれ …………… 2～3 | 公証人による相続・遺言相談について …………… 6 |
| ボランティア活動紹介(香住手話学習会) …… 4 | 賛助会員紹介 …………… 7 |
| ひとり暮らし高齢者のつどい「きらく会」… 5 | 善意銀行だより・収集ボランティア
社協のけいじばん …………… 8 |

福祉用具のあれこれ



皆さんは福祉用具と聞いて、何を思い浮かべるでしょうか。

車いすや杖などがすぐに思い浮かぶと思いますが、それだけではありません。

今号と次号では、福祉用具のあれこれを但馬長寿の郷の理学療法士 宮本 麻菜美さんによる解説を交えながら、ご紹介していきます。

宮本さんは「福祉用具は、介護が必要な人、障害がある人だけの特別なものではなく、子どもからお年寄りまで生活を便利に豊かにしてくれるものです」と話します。

誰にも便利な自助具

自助具とは、体が不自由な人が、自立した生活を送るために、日常の生活動作を少しでもやりやすく、また、できないことを可能な限り、自分でできるように工夫した道具です（益田医療センターEPOより）。



例えば、①の写真の用具ですが、一見すると、プラスチック製の「わっか」ですが、これは、力の弱い人でもペットボトルのふたや缶のプルトップを楽に開けることができる用具です。これは、子どもなども使いやすいです。



②の写真は、座ったままで靴下をはける用具で、立ちすわりが辛い人、妊婦さんなども便利です。

また、次の用具は片手でも簡単・確実に目薬が点眼できます（写真③）。



④は、ペットボトルの飲み口に装着すると、適量が飲めるように設計されたもので、軽く飲み口を押さえるだけで、飲み物が適量で飲めるようになっていきます。宮本さんは「育児をしている私も、これを使っています。子どもがペットボトルを倒してもこぼれないようになっていて、シリコン製で洗って何度でも使えます。飲み物がこぼれないので、子どもがボトルを倒しても掃除などの手間がなく安心です（コップにつけるものもあります）」と話します。

このように、自助具は介護が必要な人だけでなく、子ども・育児をする人や妊婦さんなど誰にでも使いやすいように工夫されていることが分かります。

安全に楽に歩くために

次に、シルバーカーと歩行器の違いです。



・**シルバーカー**：自立歩行ができる方で、歩行を補助する用具、介護保険は適用外、持ち手の棒が一本なので、体が起こしやすくなる。



・**歩行器**：自力での歩行が困難な方が安全に移動できるようにサポートする用具、介護保険が適用、持ち手に体重を預けられるので、足への負担が少なくて済む。

また、共通の機能として、座ることができる、荷物入れがあります。



杖も、最近は種類が豊富で、一点杖から、四点杖（先が四つ股になっていて、接地面が広く、安定して身体を支えられる）、ノルディックウォーキングのポールの機能を兼ね備えた杖があります。

「こうした歩くことを助けてくれる器具を使うことで、今まで買っていた物やお出かけに使っていた力を100%から60%くらいまで軽減されます。その分、買い物やお出かけを楽しんでほしい」「最近では、デザイン性が良くおしゃれな配色のものが増えています。好みに合うものがあると思います」

最後に「福祉用具は生活を豊かにするアイテム。だからこそ、自分たちや家族だけで選ばずに、身近なケアマネジャーや但馬長寿の郷など、専門家に頼って欲しい。どんなことでも聞いて欲しいし、何でも答えます」とのことでした。

(次号に続きます)

但馬長寿の郷 福祉用具展示場

「すこやかセンター」

すこやかセンターでは、福祉用具を展示しているほか、理学療法士などが介護技術や福祉用具の相談を受け付けています。

【開設日時】 9:00～17:30
(12月28日～1月4日は休み)

【住 所】 養父市八鹿町国木594-10

【電 話】 (079)662-8456 ※電話での相談も可能です。

- ・来館時は、マスクの着用など、感染症対策をしてください。
- ・多人数での来館は、事前連絡をしてください。



ボランティア活動紹介

香住手話 学習会

香住手話学習会が、今年の6月から約3年ぶりに新たな参加者を迎えて活動を再開しました。学習会では、手話が初めての参加者に合わせて、自分の名前や誕生日等の自己紹介から始めています。手話の表現には、歴史上の人物がもったもの



(例えば、名前で「加藤」さんは、武将の加藤清正がもたなっており、槍のポーズで「加藤」という手話表現になります)があったり、同じ手話でも手の位置や口の動きによって意味が違ってきたりと様々な表現や成り立ちがあります。

参加者の皆さんは、その表現や成り立ちを聞き、「なるほど!そういうことか!」と驚きながら、忘れないように何回も手の向きや表現を練習し、楽し

く和気あいあいと活動しました。また、手話の学習だけではなく、参加者の経験談を聞き、さらに理解を深めています。

この学習会は、「手話を通じて仲間づくりをしたい」「障害のある人も地域で生活しやすい環境にしたい」という思いから活動が始まりました。参加者の皆さんそれぞれ始めたきっかけは違いますが、手話を覚えたい・深めていきたいという思いは同じです。

手話に興味のある方、一緒に学習しませんか?手話が初めての方でも大丈夫です。



(たのしい)

お気軽に
ご参加
ください。

香住手話学習会

- 日 時/毎月第1・3水曜日
(不定期な月もあります)
- 時 間/19時半~21時
- 場 所/香住地域福祉センター
2階 洋室 (香住区森31-1)
- 問合せ/香美町社会福祉協議会 本所
☎ (0796) 39-2050

今年度の予定(9月~3月)

- 9月 7日(水)、21日(水)
 - 10月 12日(水)、26日(水)
 - 11月 2日(水)、16日(水)
 - 12月 7日(水)
 - 3月 1日(水)、15日(水)
- ※1月・2月はお休みです。

3年振りの開催となる「きらく会」が、7月15日に半日のショートバージョンながら、村岡老人福祉センターにて実施しました。

この事業は、村岡区のひとり暮らし高齢者（65歳以上）を対象に、気楽につどい、交流を深めることで、孤独感を解消し、住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けることを目的としています。

今回は、特別養護老人ホームむらおかこぶし園（以下こぶし園）の職員の皆さまを講師にお迎えしました。

まず、相談員の箕口一喜（みぐちかずき）氏より「認知症を知り、共に歩む〜共に支え合い・安心できる地域づくり〜」と題して、認知症とはどんな病気なのか分かりやすく丁寧に説明していただきました。

講話の後には、こぶし園の皆さんの指導で参加者も一緒



間違えても楽しければオッケー♪

にコグニサイズ（認知症予防運動）を楽しく笑いながら行いました。

最後に、こぶし園の踊り同好会「鼓舞志（こぶし）」の皆さんに、銭太鼓や傘踊りなどを5演目披露していただきました。

息がぴったりと合った華やかで力強い演舞で、会場は笑顔と感動でいっぱいになりました。



息ぴったりの「鼓舞志」の傘踊り

した。

楽しい時間はあっという間に過ぎ、参加された方は「普段一人で家にいるから、みんなに会うことができると嬉しいわあ」「久しぶりに参加できて楽しかったわあ」「またぜひ開催してな」など嬉しい声を聞



やっぱりみんなに会うと楽しいわ〜

くことができました。

「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、調理ボランティアや地域の企業などたくさんの皆さまのご協力をいただき事業を実施しています。ありがとうございます。

今秋に第2回きらく会として、お出かけの計画を立てています。ぜひご参加ください。

公証人による 相続・遺言 相談会を開催します

豊岡公証人役場の公証人による相続・遺言相談会を実施します。

・相続とは…

死亡した人（被相続人）の財産を相続人が引き継ぐことをいいます。被相続人が遺言を残していれば、原則それに従い、遺言が無いときは法律に従います。

・遺言とは…

人の生前における最後の意思です。遺言者の意思を死後に実現させる制度です。

・公証人とは…

裁判所などに勤務していた法律のプロで、国から公証人として認められた人です。

どんな些細なことでも結構なので、この機会にご相談ください。

■開設日／場所

小代会場

令和4年 9月21日(水) 13:00～16:00
小代いこいの里(社協小代支所・小代区忠宮287)

香住会場

令和4年10月25日(火) 13:00～16:00
香住文化会館(香住区香住100-2)

■相談について

各会場予約制で6人まで
(相談時間は一人あたり約30分です)
相談料は無料です。

■予約

小代会場 ▶ 社協小代支所 ☎(0796) 97-2202

香住会場 ▶ 社協本所 ☎(0796) 39-2050

※香住文化会館に電話をしても予約はお受けできません。

■その他

新型コロナウイルス感染症のため、相談会を延期・中止することがあります。

会場入り口での検温と手指消毒とマスクの着用をお願いします。

感染症予防 対策強化



新型コロナウイルス感染症等の感染拡大は、日本全国に大きな影響を及ぼしています。

介護保険事業は、サービスを継続するため、ご利用者様、職員の体調管理、手指消毒、3密の回避など感染予防を徹底し、営業を続けてきました。

この度の第7波の感染力はこれまで以上に強力です。

社協のデイサービス(村岡)では、ご利用者様が少しでも安心していただけるよう、以下の感染予防対策を追加・強化します。

- ① アクリルパーテーションを追加し、食事・水分補給などマスクを外す場面での直接飛沫を予防する。
- ② 職員に対して定期的な抗原検査を行い、感染拡大を予防します。

赤い羽根共同募金で 福祉活動に使用する 車両を整備しました



社協賛助会費にご協力いただき
ありがとうございます。
※この他にも匿名で多くの方に
ご協力いただきました。

賛助会員紹介

(7月分/敬称略/行政区順)

・香住区

一日市▼秦 欣一郎

若松▼情報文具館NAKAYA、

森 輝夫

香住▼加藤 博志、山崎 禮子

安木▼安田 純

・村岡区

村岡▼徳田 正賢、太田 培男

交流 イベント

「kunsei-koikatsu@けびおか」

参加者募集!

社協結婚相談所では、燻製づくりを
しながら交流できる



「**くんせいづくり de 恋活@相岡**」を開催します。

秋本番の村岡区相岡で紅葉を楽しみながら、
キャンプ飯づくりをします。

集合

男性 9:15

女性 9:30

日時：令和4年10月2日(日)
10:00～15:30



場 所：粗大池公園バンガロー村（村岡区相岡1064-2）
※希望者は香美町社協村岡支所から送迎します

内 容：燻製づくり&交流（恋活）

参 加：独身の男女 各5名

参加費：2,000円（一人/食材費・受付時に集金をします）

[申込み・問合せ]香美町社会福祉協議会 本所

☎(0796) 39-2050



社協のけいじばん

令和4年 9月

日時	内容	場所	備考
5日(月) 13:30~15:30	認知症カフェ 「えんがわ」	みんなの家 (香住区七日市249)	参加費 100円/1人 (茶菓子代)
8日(木) 13:30~15:30	結婚相談 (ほっとHOT)	香住文化会館 (香住区香住100-2)	無料 (予約不要。当日、会場へお越しください)
15日(木) 13:30~16:00	結婚相談 (ほっとHOT)	いこいの里 (小代区忠宮287)	無料 (予約不要。当日、会場へお越しください)
21日(水) 12:00~15:00	かあちゃん食堂	みんなの家 (香住区七日市249)	500円/1食 予約をしてお越しください。
21日(水) 13:00~16:00	相続・遺言相談	いこいの里 (小代区忠宮287)	無料、1人/30分 (予約が必要です) 豊岡公証役場 横井 三男 氏
22日(木) 9:30~11:30	結婚相談 (ほっとHOT)	村岡区中央公民館 (村岡区村岡396)	無料 (予約不要。当日、会場へお越しください)
27日(火) 13:00~16:00	法律相談	香住文化会館 (香住区香住100-2)	無料、1人/30分 (予約が必要です) 弁護士 生駒 和雄 氏

各種相談は町内どこでも受けることができます。
本所、各支所にお気軽にご相談ください。

※相談はいつでも無料です。

※秘密は厳守します。

※感染症の状況により、事業を中止・延期することがあります。

お問合せは

香美町社会福祉協議会

香住区(本 所) ☎(0796)39-2050

村岡区(村岡支所) ☎(0796)98-1000

小代区(小代支所) ☎(0796)97-2202

*善意銀行だより

*収集ボランティア

令和4年7月発行の社協だより2008号の表紙において、上計青年会が夏まつりを開催しているような誤解を招く文章を掲載してしまいました。上計区の夏まつりは、上計区が主催であり、上計青年会は夜の神輿巡行とバザーを開催しています。関係者の皆さまにお詫言申し上げます。

この記事につきましては、ホームページ上での公開承諾を得ておりませんので、個人情報保護により、掲載を控えさせていただきます。