

# 社協だより

第210号  
令和4年9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 <https://www.kami-shakyo.org/>



## とどけます みんなの元気 「夏休み牛乳パック工作教室」(香住区)

8月20日、香住地域福祉センターで香住区の小学生を対象に、夏休み牛乳パック工作教室を開催しました。この事業は、町内の方々からご寄付いただいた牛乳パックの活用、ボランティアの活躍の場として、大学生から90代までの方の協力のもと、背もたれ付きの大きな椅子や、帽子などを作成しました。

椅子のパーツ作りを、90代の方が手伝ってくれたと話す、参加者から「きれいに組み立てるのは大変なのに、1人でどうやって作っているんだろう。すごいな！」と驚きの声と、「楽しかった。作りたいものが作れて良かった」との感想が、保護者からは「家でするよりも、みんなで楽しく和やかに作れて良かった」との声をいただき、楽しい夏の思い出の一つになりました。

### ●● 今月の主な内容 ●●

- |                     |     |                  |   |
|---------------------|-----|------------------|---|
| 福祉用具のあれこれ……………      | 2～3 | 賛助会員紹介……………      | 6 |
| ボランティアセンターだより……………  | 4   | 善意銀行だより・収集ボランティア |   |
| 赤い羽根共同募金が始まります…………… | 5   | 社協のけいじばん……………    | 7 |
|                     |     | ボランティア入門講座……………  | 8 |

# 福祉用具のあれこれ



先月に続き、福祉用具を上手に使う方法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、ご紹介します。

今号では、入浴と食事で使用  
する福祉用具と、介護する側の負担軽減について考えてみます。

## 安全に気持ちよく入浴する

入浴は身体を清潔に保ち、疲労感を軽減するなど心身にとって良い効果がたくさんあります。

しかし、浴室では、滑って転倒する、浴槽の中で溺れてしまふといった危険があります（令



和2年の厚労省調査では、自宅浴槽で溺死した人は、約5千人にもものぼり、交通事故死亡者の2倍です。

介護保険は適用外ですが、オスメの用具として、滑り止めマット(写真①)があります。

これは、洗い場での転倒防止だけでなく、浴槽内に敷くことで立ち座り時の転倒を防ぐことができます。

これ以外にも、シャワーチェア(写真②)や浴槽台などがあります。お風呂は、生活の中で個人のスタイルやその人の身体の機能により、最適な用具が分かれるので、ケアマネジャーなどの専門家に相談してください。



## 自分で食べることの大切さ

食えることは、生命維持に必要な栄養素を摂取することだけでなく、生活の中で楽しみ・喜びの一部となります。だからこそ、自分の力でご飯を美味しく食べることが大切です。

食事は、自分のペースで好きなものを食べることで幸福感が増します。

③の食器は一見すると、陶器製で特に変わりなく感じますが、縁が高くカーブしていて、食べ物をすくい上げやすく工夫されています。これは体の不自由な方だけでなく、子どもにも使いやすく作られたデザインです。

他にも取っ手が曲がったスプーンやトング型のお箸などもあります。

その人にあった自助具を使うことで、自分の力で食事をとることができ、生きる喜びや心身の健康につながるっていくのではないのでしょうか。



## 楽に介護をする

次に介護をする側が楽に介護や介助ができる道具を紹介しましょう。

介護を頑張りすぎるといつか精神的・肉体的に限界がきてしまいます。いかに介護の負担を軽減するかが重要です。

ベッドから車いすなどへの移動介助は特に力が必要となります。



④ 介護用のリフトは、写真④のようにベッドから車いすやポータブルトイレへの移動が楽にでき、介護者の負担を大幅に減らすことができます。

長寿の郷では、来館者から

「夫の介護が必要になったが、今までの習慣で食事だけはテーブルで一緒に食べたい。でも、夫をベッドから車いすに移せない」と相談を受けました。

リフトの紹介をしたところ「機械の操作に自信がない」と言われましたが、何度か操作体験をして自宅にリフトを導入しました。今でもご夫婦一緒に食事をとられています。操作も簡単で覚えたら誰でも使えます。

リフトは購入すると、かなり高額ですが介護保険の対象なのでレンタルもできます。レンタルだと月にかかる金額は新聞の購読料ぐらいです。

また、リフトなどの大きなものでなくても、写真⑤のようなスライディングシートを使っても人を軽々移動させることができます。



⑤ 最後に宮本さんから、福祉用具の中には介護保険が適用されないものもあるので、ケアマネジャーや福祉用具専門相談員、但馬長寿の郷に相談してください。

介護は心にも体にも負担がかかります。介護を楽にすることは悪いことでなく、用具の助けを借りることで、心と体に余裕ができると思います。

介護される方が、持っている能力を引き出すエンパワメントのために福祉用具を活用して欲しいと話されました。

## 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。



# ボランティアセンターだより

## サマーボランティア 体験教室

今年も夏休み期間を利用して、ボランティア体験教室を開催しました。町内の小中高生たちがコロナに負けず、今できる活動に一生懸命取り組みました。



## メッセージボランティア(小代区)

こぶし園のみなさんに笑顔になってもらおうと、メッセージカードを手づくりし、お届けしました。

また、こぶし園のみなさんの暮らしぶりについて、リモートで職員さんからお話を聞きました。



## お守りメッセージボランティア ～届けよう！みんなのパワー～ (村岡区)

自宅でできるボランティア活動として、お守りのメッセージ書きに取り組みました。「村岡ダブルフルウルトラランニング」の参加者に届けられるお守りには、みんなのあたたかいメッセージとパワーが詰まっています。

## お手伝いボランティア (香住区)

グループホーム「かがやき」で車いす等の掃除と入居者の方とレクリエーションを通して楽しく交流しました。



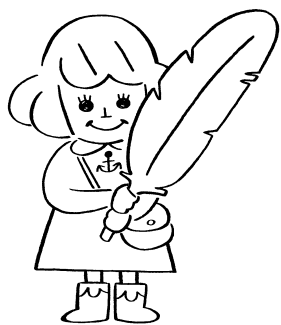
## 声の広報 カナリヤ録音 ボランティア (香住区)

ボランティアと一緒に絵本等の録音体験をしました。

朗読のコツを教えてもらいながら、リスナーが聞きやすい声を意識して録音しました。



## 赤い羽根共同募金は「じぶんの町をよくするしくみ」です



あかはねちゃん

共同募金運動は、戦後間もない昭和22年（1947年）に「国民たすけあい運動」として始まりました。当時は、戦争からの復興に被災した福祉施設の再建を中心に進められました。その後も法律に基づき、社会が変化する中、地域福祉の推進のために活用されてきました。現在、急速に少子高齢、過疎が進むなか、共同募金は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、地域福祉推進や様々な課題の解決に向けた取り組みに役立てられています。

皆さまのご協力をお願いします。

こういった事業に活用されます（一例）



親子防災体験  
イザ！カエルキャラバンin香美



町内小中学校での福祉体験授業



給食ボランティア活動

## 令和4年度同行援護従事者養成研修 一般課程（豊岡会場）の開催について

兵庫県視覚障害者福祉協会では、視覚障害により、移動に著しい困難を有する障害者等に対して、移動時及びそれに伴う外出先において必要な視覚的情報の提供、移動の援護、排泄・食事等の介護その他、外出する際に必要となる援助に関する知識及び技術を有し、県下で活動できる同行援護従事者を養成します。

「同行援護」とは？→同行援護は障害者総合支援法に規定されている障害福祉サービスの一つです。

同行援護従事者は、視覚障害により移動が困難な人に同行し、移動の援護や視覚的な情報の提供など移動時や外出先において必要な支援を行います。

同行援護などに興味がある方なども受けていただける気軽なものです。

○日程／令和4年10月29日(土)・30日(日)、11月5日(土)・6日(日)

[合計4日 時間／9:00～17:00]

○会場／豊岡市民プラザ市民活動室C（豊岡市大手町4-5アイティ7階）

○問合せ・申込／社会福祉法人 兵庫県視覚障害者福祉協会 同行援護従事者養成研修係

☎ (078) 222-5556

[URL] [http://www.kensikyo.sakura.ne.jp/doukou\\_toyooka\\_yousei\\_r04.html](http://www.kensikyo.sakura.ne.jp/doukou_toyooka_yousei_r04.html)

○申込締切／令和4年10月3日(月) 17:00

○主催／(福)兵庫県視覚障害者福祉協会

# 賛助会員紹介

(8月分/敬称略/行政区順)

## 香住区

境 ▼嶋崎 照明、モリタ食品(株)

一田市 ▼磯田 和志、植田 隆博、

みなと保育園 伊藤 無學、

(宗)願行寺 伊藤 無學、

(株)三輪清商店、

ブティックソレイユ

若松 ▼(有)秀和工建、伊藤 嘉明、

(株)西村モータース

香住 ▼田中 早榮野、中村 信子、

三輪 一三、中村 定、

香住自動車(株)、

高村設計事務所 高村 康之、

西垣 勇、(株)丸近、

(有)田村建築、

川戸自動車工業(株)、

駒居 和子、太平自動車工業

(有)三十七

七日市 ▼(株)旭産業、川端 敏彦、

上田 勝信、関 一司、

(株)ウエケイ

森 ▼青山 栄作、中村 芳行、

宮下豊店、鶴原 喜久松、

福本 芳生、

(株)ナカイ自動車センター、

スタディーク 守山 斉、

小西自動車整備、

(株)ライフアート、

(有)清水自動車

間室 ▼ビューティ上垣 伊智男、

(有)北近畿環境開発

矢田 ▼上垣 健治

下浜 ▼濱上 重孝、谷口 一郎、

こころのお宿庵月

上岡 ▼木下 一雄

下岡 ▼(株)山本モータース、

高橋 伸治、

隼人 ▼インテリア森田

訓谷 ▼太田 吉春、島田 斉、

沼田 博美、福井 哲也、

沼田 嘉水、

光永寺 藤澤 光紀

無南垣 ▼山本 修、木下 蒼一、

永田 正明

浦上 ▼今西 政枝

上計 ▼寺川 理生、小林 瑞穂、

山内 裕治

沖浦 ▼青木 喜實夫、山田 和司

加鹿野 ▼香住自動車教習所

三谷 ▼(株)トキワ

大谷 ▼松井 博

小原 ▼香住鶴(株)、原 昌久

藤 ▼西根 成治、藤本 須美代

余部 ▼前川 誉支、川本 ゆきえ

## 村岡区

村岡 ▼福住 幹代、田中 基彦、

田口 清子、田中 隆興、

上田 優、山根 すみゑ、

(有)古家工務店、小谷 博、

田村たたみ店、

村岡かがやき薬局、

サラダ館村岡店 伊藤 栄作、

小倉 彌生

鹿田 ▼古家 猛

萩山 ▼森井 省吾、西垣 俊恵

高井 ▼文堂 芳信

市原 ▼黒田社会保険労務士事務所

大野 ▼大林 元、大林 和子

口大谷 ▼岡田 美榮子、谷口 一

中大谷 ▼藤岡 秀三

大笹 ▼西村 勝久

高坂 ▼井上 彰三

和池 ▼西崎 とくゑ

森脇 ▼森 真人、森 吉見、

(株)西村工務店、

代表取締役 西村 昌樹

宿 ▼上田 松子、黒田 博昭、

黒田 とみ子

日影 ▼西村 文子、山本 眞澄

入江 ▼エースター観光(株)

長板 ▼藤村 学、田淵 悠代

熊波 ▼愛植男

川会 ▼杉谷 勝美、中村 重信

長須 ▼中島石材店 中島 正通

味取 ▼(株)今後建設、徳田 千代榮

境 ▼尾崎 久美子

## 小代区

水間 ▼藤澤 茂樹、井上 まつゑ、

中村 治泰、

きずなハウス(株)

実山 ▼井上 捷子、穴田 強

新屋 ▼田野 剛康

秋岡 ▼吉田 二雄、北 つるゑ、

姫治 美千代、上治 通治

佐坊 ▼上田 節郎、上田 通典

鍛冶屋 ▼井上 弘子

貫田 ▼古岡 憲夫

大谷 ▼増田 豊、中村 芳三、

吉田 範明

城山 ▼高橋 雅之

石寺 ▼井口 薫

## 町外

豊岡市 ▼TACワークス、

山田事務機(株)、

(株)ジエイ・アクロス

養父市 ▼全但印刷工業(株)

朝来市 ▼(株)エイトMAN

新温泉町 ▼(株)ニシムラ百貨店

丹波市 ▼八千代ケアサポート(株)

鳥取市 ▼山陰警備保障(株)

代表取締役 藤田 泰史

大阪市 ▼(株)エムアンドワイ

カーシステム

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

# 社協のけいじばん



令和4年10月

日時	内容	場所	備考
3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)
13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)
19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(金) 13:00~16:00	法律相談	いこいの里 (小代区忠宮287)	無料、1人/30分 (予約が必要です) 弁護士 木下 和茂 氏
25日(火) 13:00~16:00	相続・遺言相談	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) 豊岡公証役場 横井 三男 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。

- ※相談はいずれも無料です。
- ※秘密は厳守します。
- ※感染症拡大防止のため、事業を中止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

(令和4年8月1日～31日)  
(行政区順・敬称略)

※収集ボランティア

(令和4年8月1日～31日)  
(行政区順・敬称略)

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。



参加者  
募集

# ボランティア 入門講座

「ボランティアって気になるなあ・・・」  
「自分にもできることあるのかな」  
「活動しているけど、もう一度基本を学びたい」  
そんなあなた、ぜひお話を聞いてみませんか！

## ● 村岡会場

11月20日(日)

9:30 ~ 11:00 (受付 9:00~)

村岡老人福祉センター 3階大集会室

## ● 香住会場

11月20日(日)

14:00 ~ 15:30 (受付 13:30~)

香住地域福祉センター 2階多目的室

### 【講座内容】

## 「自分発!! 無理せず、楽しく、ボランティア♪」

- ・ボランティアって何？
- ・活動をする上で理解しておきたいこと
- ・地域での役割や必要性について
- ・ボランティア活動紹介 など

【講師】 日本ボランティアコーディネーター協会 副代表理事 青山織衣さん

【対象】 ボランティアに関心のある方ならどなたでも

【参加費】 無料

【申込み】 11月10日(木)までに、各ボランティアセンターへお申し込みください。

※当日参加もOKですが、出来るだけ事前申し込みをお願いします。

問合せ・  
お申込み先

香美町ボランティアセンター (香美町社会福祉協議会内)

本 所 TEL(0796)39-2050 / FAX(0796)39-2150

村岡支所 TEL(0796)98-1000 / FAX(0796)98-1477

小代支所 TEL(0796)97-2202 / FAX(0796)97-3294