

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

令和5年10月号  
令和5年10月26日発行  
(第223号)

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

### 「手軽に楽しくスノーボードベンチづくり」(小代区)

社協ではつどい場づくりの一環として、スノーボードを再利用したベンチづくりを推進しています。手軽にベンチを作りたいとの要望を受け、7月に小代区のベテラン大工さん4名が集まり、組み立てキットを作成してくださいました。

そのキットを活用し、9月14日(木)に東垣区で女性ばかりがベンチづくりに挑戦しました。ビスの長さや打ち込む位置に注意しながらにぎやかに作業を進め、半日で2台のベンチが完成。「他地区に講師として行けるでな」「座ってしゃべったら、帰る時間も忘れそうだわ」など終始笑いが絶えませんでした。

### ●● 今月の主な内容 ●●

- 屋根の雪おろし費用一部助成金支給事業 … 2～3
- ケアニン上映会・香美だしけえKamiっ展ねん … 6
- サマーボランティア体験教室 …………… 4
- 賛助会員紹介・ボランティアのつどい・教育支援資金 … 7
- 理想の体を目指して…………… 5
- 社協のけいじばん・善意銀行だより・収集ボランティア … 8



この広報誌は共同募金配分金の一部を活用し作成しています。

# 「屋根の雪おろし費用の

## 一部助成金支給事業」

### 申請の受付を開始します

高齢者世帯などで、母屋の屋根の雪おろしを次ページや町内の業者に依頼した時に、お支払された費用の一部を助成します

#### ●対象となる方

- (①)～(⑤)のいずれかに該当し、A～Dの全ての条件を満たす人
- ① 65歳以上のひとり暮らし高齢者世帯
  - ② ひとり暮らしをされている障害者世帯
  - ③ 75歳以上の高齢者のみの世帯
  - ④ 65歳以上の高齢者と障害者の二人暮らし世帯
  - ⑤ その他、社会福祉協議会長が必要と認めた世帯
- A 香美町に住所があり、助成金を受けようとする家に住んでいること
- B 住んでいる家が自家であること

C 住んでいる人の町民税が非課税、または均等割のみであること

D 扶養義務者の市区町村民税が非課税、または均等割であること

※ 冬期に自家にご不在でも、春に帰っていることが条件です。

#### ●申請をされる方は

申請に必要な書類は各区分長・各自治会長宅にありますので、必要事項を記入し、**11月30日(木)まで**に申請してください。



#### ●助成額について

作業員一人の時間単価のうち、1,000円を助成します。  
一世帯の助成限度額は25,000円となります。

#### ●助成金の請求は

雪おろしの費用を先に業者へお支払いください。

助成金請求書類に業者からの請求書・領収書（支払いしたことが分かる書類）を添えて、社会福祉協議会へ提出してください。

助成金請求書類の提出は**令和6年3月8日(金)まで**にお願いします。

#### ●屋根の雪おろしの依頼は

次ページの協力業者に、直接、ご依頼ください。

### 「申請から助成金支給までの流れ」

- ① 申請書を社会福祉協議会へ提出（11月30日(木)が申込期限です）  
～用意するもの～  
・ 申込書  
・ 同意書 ↓ 2種類あります  
（個人情報提供、町民税の調査に関する書類です）
- ② 社協から審査結果を申請者に通知します。  
審査結果についてはお住まいの集落の区分長・自治会長にもお知らせします。  
その際に、助成金の請求書類も同封します（助成金の請求まで保管ください）。
- ③ 雪おろしを業者に依頼・実施してください。
- ④ 業者へ雪おろし費用の支払いをしてください。
- ⑤ 社協へ助成金請求書類を提出してください（令和6年3月8日(金)までに提出してください）  
※必ず、書類と業者からの請求書と領収書を添付してください。
- ⑥ 社協から助成金を支給します。

令和  
5年度

# 屋根の雪おろし協力事業所

※ 町外の業者に依頼された場合は、助成の対象になりません。  
(町内組合・協会加入業者は対象)

※ どこに頼んだらよいか分からない場合は、社協にご相談ください。

## (市外局番0796)

### ◎小代建設業協会 2社

	会社名	住 所	電話番号
1	(株)大一興業	小代区野間谷	97-3131
2	(有)谷川工務店	小代区忠宮	97-2233

### ◎村岡建築事業組合 8社

	会社名	住 所	電話番号
1	(株)アイテック西岡	村岡区福岡	96-0874
2	(株)きたむら	村岡区長瀬	95-1032
3	(有)徳山瓦店	村岡区村岡	94-0345
4	(有)中村建工	村岡区高井	94-0640
5	西尾工務店	村岡区福岡	96-1059
6	(株)西村工務店	村岡区森脇	96-1136
7	(有)古家工務店	村岡区村岡	98-1005
8	山本工業(株)	村岡区長瀬	95-1110

### ◎旧村岡建築業組合 3社

	会社名	住 所	電話番号
1	諏訪 重義 (諏訪建築)	村岡区熊波	95-0724
2	小林 龍平	村岡区福岡	090-2110-7319
3	田中 学	新温泉町春来	92-1285

※屋根の雪おろしの依頼は、上記の業者へ各自で連絡してください。

ただし、状況によりお受けできない場合がありますので、ご了承ください。

※助成金の請求前に、必ず屋根の雪おろし費用の支払いを済ませてください。

### ◎香美町建設業協会 北支部 11社

	会社名	住 所	電話番号
1	(株)伊藤組	香住区若松	36-1231
2	毛戸工業(株)	香住区香住	36-1544
3	(有)秀和工建	香住区若松	36-3304
4	(有)セイシン創建	香住区森	36-4452
5	(有)中村組	香住区香住	36-1006
6	(株)中弥技建工業	香住区香住	36-0172
7	(株)中村建設	香住区香住	36-0864
8	(有)西本設備	香住区森	36-3324
9	(株)西山工務店	香住区森	36-0876
10	松本工務店	香住区一日市	36-0275
11	ナベヤ住設(株)	香住区下浜	36-3393

### ◎香美町建設業協会 南支部 7社

	会社名	住 所	電話番号
1	(株)今後建設	村岡区味取	95-0107
2	(株)大一興業	小代区野間谷	97-3131
3	(株)アイテック西岡	村岡区福岡	96-0874
4	大城建設(株)	村岡区寺河内	94-0356
5	(株)濱村組	村岡区福岡	96-0016
6	(株)西村工務店	村岡区森脇	96-1136
7	山本工業(株)	村岡区長瀬	95-1110

### ◎個人事業主等

	会社名	住 所	電話番号
1	西谷 友	村岡区福岡	090-7483-9379
2	濱田 幸男	村岡区長瀬	090-2285-1638
3	美建	小代区貫田	080-6132-1452



## 声の広報カプリア録音ボランティア (香住区)

朗読ボランティアと一緒に作文や新聞記事の録音体験をしました。  
録音したものはCDとなり、見えにくく、文字を読むことが難しい  
方のもとへお届けします♪



夏休みに香美町内の小中高生が取り組んだボランティア活動の後半の様子をご紹介します。

# 体験教室 2023 サマーボランティア

## しいの木荘デイサービス体験 (香住区)

車いすや入浴機械の体験、利用者の方とレクリエーションで楽しくふれあいました。



## 村岡ダブルフルウルトラランニング 応援メッセージカード募集

出走ランナーの方への完走祈願のお守りに  
入れるメッセージカードを作りました。



## お弁当のオリジナル包装紙づくり (小代区)

高齢者給食サービスのお弁当の包装紙づくりに、小代  
中学校の全校生が取り組みました。  
かわいいイラストやメッセージが描かれたオリジナル  
の包装紙を添えたお弁当は、9月の高齢者月間に利用  
者へ届けられ「みんな上手だなあ、元気が出るわあ」  
と大変喜ばれていました。



## 笑顔の森むらおか お仕事体験 (村岡区)

笑顔の森むらおかで「さをり織り」など  
のお仕事体験と利用者の方とレクリエー  
ションを通して交流しました。





# 理想の体を目指して!

最近「歩いているときにふりつく」「体を起こしにくい」といふことはありませんか?そんな方にお勧めの体操を紹介いたします。

今回紹介する体操は、腹筋と背筋の体操です。腹筋と背筋は体を支える筋肉であり、体操することにより姿勢で立つことができます。逆に弱くなると内臓の働きが低下し、脂肪がつきやすくなります。腹筋、背筋の体操をしてお腹周りをスッキリさせ、理想の体型に近づきましょう。

呼吸を止めないために、数を数えながら行ってください。

## 体操のポイント



呼吸を止めないために、数を数えながら行ってください。

## 最初に腹筋の体操を行います。

①まず、足を横に開き、腕を真横に伸ばします。



②次に右手の指先で左足首の外側を触ります。



③一度起き上がって①の姿勢に戻り、今度は左手の指先で右足首の外側を触ります。



20回が目安です。届かない、倒れそうという方は、足首に指先が届くくらいで大丈夫です。

## 次に背筋の体操です。

①まず、椅子の前半分に座り、両腕を前に伸ばします。



②背筋を伸ばしたまま身体を前に倒します。その時に両腕は床と並行のまま保ってください。



③そのまま体を起こします。



10回を2セット行うのが目安です。

普段の生活習慣に少し体操を取り入れるだけで、日常の動作が楽になり、長い間自分の力で生活していくことへつながります。

大勢の人と一緒に体操することや意欲が高まり、要介護状態への進行を予防することができます。地区の『元気体操サークル』や『元気デイサービス』という体操教室もあるのでぜひ参加してみてください。

これからも皆さんの生活が少しでも楽になるよう、家でも気軽にできる体操をいろいろ紹介していきますので、お試しください。



## 認知症の理解を広げるために…

認知症啓発映画「ケアニン」  
あなたでよかった〜」の上映会  
を9月8日(金)、9日(土)  
に町内の3会場で計4回開催し  
ました。

約5年ぶりの再上映でした  
が、但馬各地から130人を超える  
方に参加いただきました。

この事業は、地域の中で認知  
症についての正しい理解を広  
め、認知症になっても安心して  
暮らせる地域づくりを目指して  
取り組んでいます。今回上映し  
た「ケアニン」は、実在する施  
設や職員の声をもとにストー  
リーが作られています。

映画を観た方からは「認知症  
だった母のことを思い出しまし  
た」「自分に何ができるのか改め  
て考えるきっかけになりました」  
「介護の仕事は大変だが、と  
てもやりがいのある素晴らしい  
仕事だと感じました」などの感  
想をいただき、職員や家族の想  
い、支え合つことの大切さに共  
感が広がりました。



香美町社協では、上映会以外  
にも介護の悩みや工夫などの情  
報交換、安心して一息つける場  
として毎月第1月曜日に認知症  
カフェ『えんがわ』を開催して  
います。認知症の方や介護され  
ている家族、認知症について知  
りたい地域の方など、どなたで  
もお気軽にご参加ください。  
(開催日時の詳細は、8ページの  
社協のけいじばんに記載してい  
ます)

## 香美だしけえKamiっ展ねん

香美町障害者地域自立支援協議会地域づくりグループでは、町内の何らかの障害がある方の「社会参加できる環境づくり」として、絵画や書、工芸、音楽作品などいろいろな道具を使って自己表現された作品展示会を開催します。



### 日時と場所 ※全会場入場無料です

#### ■香住会場

令和5年11月1日(水)～11月5日(日) 9:00～22:00 ※3日(金・祝)はお休みです。  
香住文化会館(香住区香住100-2)

#### ■小代会場

令和5年11月7日(火)～11月13日(月) 10:00～17:00 ※土日はお休みです  
小代いこいの里(小代区忠宮287)

#### ■村岡会場

令和5年11月15日(水)～11月22日(水) 10:00～17:00 ※土日はお休みです  
村岡老人福祉センター(村岡区村岡305-1)

主催：香美町障害者地域自立支援協議会  
後援：香美町、香美町社会福祉協議会



# 『ボランティアのつどい』開催 ～笑って、話して、楽しくつながろう～

レクリエーションを楽しみながら、活動に役立つお話を聞いたり、日頃の思いを語り合しましょう!!

みなさんの参加をお待ちしています♪



**とき** 11月11日(土)13:00受付 13:30開始

**ところ** 村岡老人福祉センター  
※香住区、小代区より送迎バスを運行します

**講師** 栗木 剛 さん(mottoひょうご事務局長)

**対象** ボランティアグループの方、個人ボランティア、ボランティアに興味のある方

**申込み** できるだけ11月1日(水)までに、下記へお申込みください。

## お申込み・お問合せ

香美町ボランティアセンター(香美町社協内)

本所 TEL (0796) 39-2050

村岡支所 TEL (0796) 98-1000

小代支所 TEL (0796) 97-2202

## 賛助会員紹介

社協賛助会費にご協力いただきありがとうございます。

(9月分、行政区順、順不同、敬称略)

### ◆香住区

一日市▼(株)三輪清商店

香住▼(有)中村硝子、三輪一三、森脇修

森▼小西自動車整備

矢田▼谷原登

隼人▼インテリア森田

下岡▼安田里美、山本利蔵

藤▼藤本須美代

余部▼川本ゆきえ

### ◆村岡区

村岡▼吉岡照江、村岡石油(有)、田村畳店

鹿田▼古家猛

市原▼上田昌司

福岡▼藤原博文

和田▼北但西部森林組合

熊波▼愛植男

味取▼徳田千代栄、(株)今後建設

### ◆小代区

秋岡▼小滝良徳

城山▼(株)出石モーターズ小代田渕オートセンター

鍛冶屋▼井上弘子

※その他にも匿名で多くの方にご協力いただきました。

## 教育資金にお悩みの方はご相談を! (生活福祉資金 教育支援資金貸付)

子どもさんの進学費用の捻出が難しい一定所得以下の方が対象となります。

なお、日本学生支援機構、国の教育ローンや自治体独自の奨学制度など他の公的な貸付制度利用が優先となります。

貸付は無利子ですが、返済期間は最長20年以内で、期間後の返済には延滞利子が加算されます。

### 就学支度費 (貸付限度額 500,000円以内)

< 進学する時に必要な費用 >

入学金・制服・準備品などの購入費用・寮や下宿の入居費など



### 教育支援費 (貸付限度額 ・高校生35,000円/月 ・短大生や専門学校生60,000円/月 ・大学生65,000円/月)

< 高校、大学などの在学中に必要な費用 >

授業料・修学(研修)旅行や実習などの積立金・通学のための定期券代・寮費や下宿費など

### 借入に必要な書類は

世帯全員分が記載された住民票、県民税・町民税の課税証明書、合格したことが分かる書類、学費などが分かる書類、連帯保証人の県民税・市町民税証明書など

問合せ・相談は…香美町社協まで

# 社協のけいじばん



令和5年 11月

日時	内容	場所	備考
6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)
9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(水) 12:00~15:00	かあちゃん 食堂	みんなの家 (香住区七日市249)	600円/1食 予約をしてお越しください
16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)
24日(金) 13:00~16:00	法律相談	村岡老人福祉センター (村岡区村岡305-1)	無料(予約が必要。1人30分、6名) 担当: 野崎 佑也 弁護士
30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)

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。

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5年9月1日~30日)  
(行政区順・敬称略)

\*収集ボランティア

(令和5年9月1日~30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。