

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6年2月号

令和6年2月22日発行
(第227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

「地域福祉のために」(たじま JA 女性会)

1月30日(火)、香美町や新温泉町の方で構成するたじまJA女性会のメンバー2名が社協本所へ来所し、タオルを寄贈いただきました。

この取り組みは、「地域福祉に活用して欲しい」と、毎年女性会のメンバーに呼びかけ今年も段ボール箱いっぱいに集めてくださいました。

●● 今月の主な内容 ●●

- | | | |
|----------------------|-----------------------------|-----|
| 赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動報告 | ボランティアセンターだより…………… | 6 |
| 令和6年能登半島地震災害義援金…… | アットホームな温かい雰囲気「居場所」 | 2～3 |
| ご近所ボランティアはじまります…… | kaming・サロンほのぼの…………… | 4 |
| おうちでエクササイズVol.8…………… | 社協のけいじばん・善意銀行だより・収集ボランティア…… | 5 |
| | | 7 |
| | | 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。



▲香住高等学校 校内募金活動のようす

10月から12月まで赤い羽根共同募金運動を、11月から12月まで歳末たすけあい運動を実施しました。

この期間、区長・自治会長様をはじめ、児童生徒の皆さん、地域の職場や店舗など、町民の皆さまにご協力いただきました。

**ご協力いただき
ありがとうございます
ございました**



赤い羽根共同募金

お寄せいただきました大切な募金は、令和6年度の地域福祉活動に活用させていただきます。募金額については左記のとおりです。

募金方法	募金額(円)	件数
戸別募金	3,962,952	4,165
法人募金	553,120	123
学校募金	53,117	15
職域募金	254,578	93
イベント募金	1,264	1
個人募金	55,358	24
その他の募金 (募金箱)	22,018	49
合計	4,902,407	4,470

募金箱設置先事業所(敬称略)

香住区

鉄板焼かわ田、ゴダイドラッグ香住店、香住観光協会、CRUMB bread & coffee、麻布十番、海鮮マーケット海の蔵、a o i t e . a z u k i . b a s e、TEEDA、プライジユ、KANICHI、白龍、華和ぬ香住本店、ほかほか弁当、海岸通り前食堂きん魚、レンタルスペース岡見、まつおか食料品店、(旬)北村書店 MARKS、白鳩書房、旨いもんや笑ら、あらかわ食料品店、旬彩 dining 膳、佐平治の蔵、夕風の丘、山珍飯店、低糖質のお菓子 loving、TOTOMA、チコマート佐津、道の駅あまるべ、焼き菓子と珈琲のお店時と、かすみ矢田川温泉

村岡区

道の駅あゆの里矢田川、ドライブイン春菜、JINENAN、

小代区

ドライブイン日本海、森ちゃんのお隠れ家、旬鮮海畑御殿、道の駅村岡ファームガーデン、天下無敵、ゴダイドラッグ村岡店、ナカケー村岡店、うづかの森、いっせーのーで、道の駅八チ北、但馬高原植物園、水舟、マロニエ、ハバタック(株)

小代観光協会、ふれあい温泉おじろん、チコマート美方店、手打ちそば藤村、ひさご



▲香住高等学校ボランティア部が中心となり楽しく活動しました。

歳末たすけあい運動

お寄せいただきました募金は、援助や支援を必要とされるご家庭、障害者施設・団体へ配分しました。

募金方法	募金額(円)	件数
戸別募金	2,327,219	4,069
職域募金	154,798	54
個人募金	1,000	1
その他の募金	6	1
令和4年度繰越金	487,637	
合計	2,970,660	4,125

配分先	金額(円)	件数
障害者(児)サービス事業所・障害者(児)親の会助成	160,000	5
要保護・準要保護世帯へのお年玉支給事業	88,000	44
要支援世帯への見舞金贈呈事業	1,255,000	59世帯(133人)
在宅要介護者等見舞金贈呈事業	1,210,000	242
光るチャイム設置一部助成事業	40,000	4
配分合計	2,753,000	354
事務費	110,000	
次年度への繰越金	107,660	

能登半島地震 義援金情報

令和6年1月1日に発生した能登半島地震の義援金を社協窓口(本所・支所)で募集しています。
また、ゆうちょ銀行口座でも受け入れをしています。
いただいた義援金は、中央共募基金を通じて、被災された方へお届けします。

受入口座：ゆうちょ銀行

口座番号：00150161515791

口座名義：中央共募令和6年能登半島地震災害義援金

※郵便局窓口からの送金手数料は無料です。



赤い羽根共同募金配分事業
中学生が高齢者疑似体験に奮闘中!!
(小代中学校)



歳末たすけあい運動配分事業▶
ひまわりの森では、クリスマス会を行うことができました



赤い羽根共同募金配分事業
村岡区ひとり暮らし高齢者のつどいでは、演劇を楽しみました。

：ご近所ボランティアとは：

～お互いに支え合う地域を目指して～

集落内で、困りごとを解決するための仕組みです。

自分が「できること」をボランティアとして登録し、登録者の一覧を集落内に全戸配布。

手伝って欲しいことがある時には、一覧を見て、できる人に連絡をします。

集落内の人であれば、年齢や身体状況等に関わらず、誰でも登録・利用をすることができます。

香美町社協では、モデル地区を決め、令和6年度にかけてご近所ボランティアの仕組みづくりを、住民のみなさんと一緒に考えながら進めていきます。



全身をストレッチして 健康な毎日を送ろう！



寒い季節になりましたね。「雪が降るから外に出られない」「寒くてあまり動きたくない」と言う方がおられると思います。そんな方へ、お家で出来る簡単なストレッチをいくつか紹介していきます。

ストレッチをすることで体が柔らかくなり、動きやすくなります。他にも体調を整えたり、リラクゼーション効果や姿勢を正す効果もあります。

お家でストレッチをして、寒い冬を乗り越えましょう！

※呼吸を止めないように、数を数えながら行ってください。

首

①まずは首を横に倒します。倒す方向の手で軽く手助けします。少し突っ張るくらいがちょうどいいです。20秒が目安で、両方行います。



②次は首の後ろを伸ばします。両手を首の後ろで組み、そのまま顔を前に倒します。少し突っ張るくらいがちょうどいいです。20秒が目安です。



体の側面

①体の横を伸ばしていきます。両手組んだまま上に伸ばします。



②そのまま真横に倒します。伸びているのを感じられたらちょうどいいです。20秒が目安で、両方行います。



寒くなってくると身体が固まりやすくなり、急に動いて怪我をする事もあります。雪かきなど体を動かす前にストレッチをする。と怪我の予防にもなりますので、ぜひ行ってみてください。

一人で体操をするよりも皆で一緒にすることで意欲も高まり、要介護状態を予防することができます。集落の『元気体操サークル』や社協が行っている『元気アイサービス』という体操教室もあるので、色々な方と交流しながら楽しく体操をしてみたいかがでしょうか。

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

お尻

①イスに座った状態から、片足を両手で抱えます。



②抱えた足を、反対の足の方に引っ張ります(右足なら左方向に、左足なら右方向に)。20秒が目安です。



お尻のあたりが突っ張るくらいがちょうどいいです。

ボランティアセンターだより

ボランティア大募集

令和6年4月より、一緒に活動してくれる仲間を募集しています。
見学や体験はもちろん、話を聞くだけでもOK。ぜひお気軽にご相談ください。
今月は、香住区と村岡区の団体を紹介します。

(香住区)

声の広報カナリヤ編集者

【活動内容】

読み手のボランティアが録音した音声データの編集

【活動場所】

香住文化会館（定例会）・自宅

【活動頻度】

月に1回

声の広報カナリヤ読み手

【活動内容】

目の不自由な方へ広報等を音声にして伝える活動（定例会で原稿の分担をし、自宅で録音作業をします）

【活動場所】

香住文化会館（定例会）・自宅

【活動頻度】

月に1回・定例会他

(村岡区)

朗読サークル そよかせ

【活動内容】

目の不自由な方に広報を音声にしてお届けする活動や、施設等での読み聞かせ音声データを編集する「編集ボランティア」も募集！

【活動場所】

村岡老人福祉センターもしくは自宅等

【活動頻度】

月1～2回・定例会他

点字サークル スバル

【活動内容】

点字を必要とされている方の学習サポート、小説などの点訳本作成と貸し出し、福祉学習の点字指導

【活動場所】

村岡老人福祉センター

【活動頻度】

月1回程度

村岡手話サークル

【活動内容】 勉強会の実施や講演会の手話通訳、福祉学習での手話指導

【活動場所】 村岡老人福祉センター

【活動頻度】 月2回程度

アットホームな温かい 雰囲気の「居場所」

Kaming・サロンほのぼの

Kaming

Kamingは、「Coming」（来る）べき・次の・新進の等の意味）と「香美」をかけたあわせて名付けました。社会参加がしにくい方たちが、自分のやりたいこと、得意なことを見つけて、安心して参加できる場として、平成28年から活動しています。

内容は、参加者の皆さんがそれぞれ好きな本などを持って来て過ごしたり、布製品づくりや畑作りをし、作ったものは、参加者と一緒に地域のイベントやバザーに出店・販売しています。



▲今年度もたくさん収穫できました！



▲イベント出店の様子です！
ぜひ見に来てくださいね♪

その他にも、DVD鑑賞会やスポーツなど、やりたいこと、挑戦してみたいことを取り入れています。当日は、支援機関の職員が会場にいますので、本人はもとより、ご家族の方も気軽にご参加ください。

●開催日時

毎月最終火曜日
10時から12時

●場所

みんなの家
(香住区七日市249)

●参加費

1人 100円



▲お魚料理教室のようす

サロンほのぼの

村岡区小代区の精神障害者の方や地域・社会に参加しにくい方が安心して、ゆっくり過ごせる居場所として「サロンほのぼの」を月に1回開催しています。

内容はおしゃべりや、レクリエーション活動です。時には調理やお出かけをし、一緒に楽しい時間を過ごしています。

背中を押すことも、セカすこともなく、「ただ居

るだけ」でいい。否定や批判されることなく安心していられるアットホームな温かい雰囲気の「居場所」です。気になる方は村岡支所へ問合せください。
サロンほのぼのは、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を継続していきます。

●開催日時

毎月第2火曜日
13時半から15時半

●場所

村岡老人福祉センター
(村岡区村岡305-1)
※送迎あり

●参加費

1人 100円

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。(1月分・敬称略)

小代区 神水 田中正一

※この他にも匿名で多くの方に協力いただいています。



社協のけいじばん

令和6年 3月

日時	内容	場所	備考
4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)
7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)
14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(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)
22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 奈央子 弁護士
27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

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

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。

*善意銀行だより

行政区順
敬称略

(令和6年1月4日~31日)

*収集ボランティア

行政区順
敬称略

(令和6年1月4日~31日)

