

2016年7月  
(No.16)

# あこつ社協だより



地域の居場所 サロンで会いましょう	2P
まち発見! あこつ福祉ニュース	6P
社協ヘルパーのワンポイント介護 No.4 サマーボランティアスクール 2016	
ちょっといい話	7P
～あこつこのホツとな人～ No.7	8P

6月14日(火)、有年小学校において、全校児童・保護者・地域住民が参加して、福祉体験学習を行いました。

高齢者疑似体験では、疑似体験セットを着用し、2人一組になって校内を歩きました。児童からは、「腰を曲げて歩いたので、腰が痛いし歩きにくい」などの感想が聞かれ、体験を通して、高齢者への思いやりの心を育てました。

## 地域の居場所

# サロンで会いましょう

今、各地域で注目されている「ふれあい・いきいきサロン」を知っていますか？

「ふれあい・いきいきサロン」は、地域の人たちが、**身近な場所**で**気軽に**集い、**仲間**と楽しく過ごせる『**いこいのたまり場**』です。

今回の特集では、実際にサロンを実施している地域の様子をのぞいてみましょう。



茶屋会



いきいきサロンにしようね

### 地域住民が 気軽に集う場所

「ふれあい・いきいきサロン」とは、家の中で過ごしがちな高齢者などと地域住民（ボランティアなど）が、自宅から歩いていける場所に気軽に集い、みんなで企画して活動内容を決め、ふれあいを通して生きがいづくり、仲間づくりの輪を広げることを目指しています。

「サロンがきっかけで、いろんな人と知り合い、話せる機会が増えた」と、地域の方とつながることを楽しみにしている人が多いようです。その他にも、ゲームをしたり、歌をうたったりなど、サロンには楽しみがたくさん詰まっています。

### サロン実施の 効果

ご近所の友達づくり

閉じこもり防止

健康づくり

介護予防

悩みの共有  
困りごとの発見

情報収集

見守り安否確認

生きがい活躍の場



いきいきサロン千鳥



おたっしゃクラブ



## サロンを運営する人を 社協がサポートしています！

### 助成金

『開設5年以上:3万円』  
『5年未満:2万5千円』に加え、  
『月2回以上実施:1万円』を助成しています。

### レクリエーション用品の貸出

玉入れや輪投げ、唱歌カルタなど、レクリエーションで大活躍間違いなし!の用品を無料で貸し出ししています。(要事前申し込み)

### プログラム企画の相談

プログラムの組み立て、進行の相談やボランティアに関する情報提供をしています。立ち上げに向けて不安なところなどを、ぜひご相談ください。

### 仲間をつなげる

サロン運営を行っている方を対象に、交流会や研修会を開催し、日頃の悩みや思いを共有する場を設けています。



6/24 「サロン実践者交流会」の様子



サロンの設立や運営などを分かりやすくまとめた手引書を、社協にて無料で配布しています。

## 平成28年度ふれあい・いきいきサロン一覧 (自主活動含む)



地区名	No.	サロ ン 名	開催場所
赤穂	1	駅東いきいきサロン	駅東自治会集会所
	2	さくら会(さくら通り自治会)	さくら通り児童遊園
	3	愛宕会	水源池集会所
	4	寿会いきいきサロン	加里屋駅前町集会所
	5	いきいきサロン松	松区自治会館
	6	村民の会	南野中集会所
	7	駅北サロン絆	寿町集会所
城西	8	いきいきサロンしらゆり	城南集会所
	9	いきいきサロン千鳥	千鳥集会所
	10	新町サロン	新町集会所
	11	わいがやサロン公会堂	上仮屋公会堂
塩屋	12	いきいきサロン三本松	塩屋東自治会北集会所
	13	西北お楽しみサロン	塩屋西北集会所
	14	湯の内グリーンクラブ	湯の内集会所
西部	15	いきいきサロンひまわり	福浦東集会所
	16	さくらサロン	天神山集会所
	17	いきいきサロン『しおかぜ』	福浦新田集会所
尾崎	18	いきいきサロン南宮	南宮町集会所
	19	大橋町幸生会	大橋町集会所
	20	西町なかよし会	西町倶楽部
	21	サロン木ノ下	木ノ下集会所
御崎	22	いきいきサロン 陽だまり	正保橋町集会所
	23	朝日サロン	朝日町集会所
	24	ふれあいサロン元塩	元塩町集会所
	25	本水尾サロン	本水尾町集会所
	26	いきいきサロン元禄	元沖町集会所
坂越	27	汐見なぎさサロン	汐見町集会所
	28	上高谷喜楽会	上高谷集会所
	29	おたっしゃクラブ	下高谷集会所
	30	いきいきサロンさざなみ	大泊集会所
	31	寄居家和	東之町集会所
高雄	32	茶屋会	木津第一集会所
	33	サロンほほえみ会	真殿林集会所
有年	34	いきいきサロン「みつばち」	原校区コミュニティセンター
	35	いきいきサロンにうね	西有年多目的ホール
	36	榎原健康サロン	有年隣保館
	37	いきいきサロン"さんぼみち"	東有年自治会館

～地域に明るい“陽”が差す～

## いきいきサロン陽だまり (正保橋町)



左から2人目が長田

6月26日(日)のサロンでは、集まった約20名が、折り紙で作ったアサガオや金魚などを貼り付け、オリジナルのうちわ作りを楽しみました。その後は、スタンプ手作りの牛乳寒天で涼しさを感じながら、夏の歌をうたったり、今まで行ったところで良かった場所の話題が飛び交うなど、終始穏やかな時間が流れました。

いきいきサロン陽だまりの開設は、平成14年10月です。当時、自治会の支援を受けて老人会会員が立ち上げ、回覧板で会員を募集し、役割を決めてサロン活動をしていました。

現在代表を務める長田さんは三代目になります。「最初に打診があったとき、できるかな」という不安がありました。でも、顔見知りの人が増えていくにつれ、子どもから大人まで、町内で会って話すことが多くなってきました。また、周りのスタッフが支えてくれるので、安心して活動できています。「顔見知りが増えたことにより、協力が次々に増え、サロンで特技を披露してくれる人がたくさんいます。」

「予定していた内容ができなくても、みんなの笑顔があれば良しとなります。」と話す長田さんの持ち前の明るさが、たくさんの人をつないでいます。

～自然に生まれた役割分担～

## いきいきサロン南宮(尾崎)



左から  
兼任さん  
岡嶋さん・平井さん

6月25日(土)、南宮町集会所に続々と人が集まり、サロンが開催されました。この日は、約30名が参加し、演芸大会とおしゃべり喫茶で楽しみました。

演芸大会は、普段サロン運営を支えているスタッフなどが歌やマジックを披露し、参加者が一緒になって楽しむ行事です。

このように、参加者とスタッフたちが一緒になって楽しむことを、代表の兼任さんは大切にしています。

「高齢者が気軽に集まれて、楽しい時間を過ごしながら、安否確認ができればいいな」という思いから、当時民生委員をしていた兼任さんは、平成20年6月にサロンを開設しました。

そんな思いに賛同し、「やってみよう！」と背中を押してくれたのは、岡嶋さんと平井さんです。「来てくれてありがとう。」と笑顔で参加者を迎える岡嶋さんと、縁の下を力持ちで支える平井さん。その2人の他にも、たくさんの方のスタッフが「参加者にも感謝されるけれど、自分たちが楽しんで参加しているんです。」と笑顔で話していました。

みんなが自分のことができることをやりながら、いきいきサロン南宮は地域に根付いています。





～駅北に新しいサロンが誕生～  
**駅北サロン絆**



6月19日(日)、寿町集会所において、『駅北サロン絆』が初めて開催され、「人、集まるかな?」という不安をよそに、30名を超える住民が集まりました。茶話会では、コーヒーや紅茶が振る舞われ、「道で会ってもあいさつするくらい。ゆつくり話ができる場が欲しかった。」

「こういう場には、積極的に参加していきたい。」  
「みんなで一緒に食事をして、楽しいだろうな。」  
という参加者の声が聞こえてきました。

サロンの名前は、「駅北

の住民が、世代を超えて手と手を取りあって、絆を深めていこう!」という思いを込めて、金谷美憂さん(小6)美玲さん(小5)姉妹が命名しました。

「誰が〇〇する」という役割を決めてしまうのではなく、『できることを、できる人がする』サロンにしていきたい。」と、中心メンバーの大西さんは話していました。

今後は、名前のようにいろいろな世代が参加し、地域の絆を深めるサロン運営を目指していきます。

掲載サロン情報

**いきいきサロン陽だまり**

- 開催日：毎月第4日曜日  
午前10時～11時30分
- 場 所：正保橋町集会所

**いきいきサロン南宮**

- 開催日：毎月第2・4土曜日  
午前9時30分～11時30分
- 場 所：南宮町集会所

**駅北サロン絆**

- 開催日：毎月第3日曜日  
午後1時30分～3時
- 場 所：寿町集会所

**出前講座もやっています!**

- ・いきいきサロンって何?
- ・どんな効果があるの?
- ・どうやって始めようか?

サロン作りのお手伝いをします。  
お気軽にご連絡ください!

受講者募集!

**ふれあい・いきいきサロン作り方講座**

- 日 時 8月5日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場 所 総合福祉会館
- 内 容 ・いきいきサロンって何?  
・実践者に聞いてみよう! ほか
- 定 員 15名
- 参加費 無料
- 締 切 7月29日(金)



お問い合わせは、社協(☎42-1397)まで

## 幸せの黄色いレシート



6月15日、イオンリテール(株)イオン赤穂店様より、「幸せの黄色いレシートキャンペーン」の一環として、車いす1台が寄贈されました。

寄贈された車いすは、市民の皆さんへ無料で貸し出しを行い、活用させていただきます。

ありがとうございました。



## 声で情報を伝える

6月27日、赤穂朗読ボランティアグループ来夢と、毎月広報などの録音CDを利用している視覚障がい者(リスナー)との交流会が行われ、29名が参加しました。

普段はCDを通して情報を伝えていますが、この日は顔を合わせて日頃の情報交換を行い、また、お昼からはゲームなどをして交流を深めました。

## まち発見!



# あこう福祉ニュース



## セカンドライフ 計画的に

6月6日・13日・20日・27日の4日間、「セカンドライフ応援セミナー」を開催し、延72名が参加しました。

セカンドライフを自分らしく生きていくために、健康やお金について学び、これからの生活のヒントが浮かんできました。

あなたのやさしさを善意の窓口へ

## 善意銀行だより

あたたかい善意をありがとうございました

預託状況(6月1日~6月30日受付分)

赤穂市善意銀行  
マスコットキャラクター



ぜんい君 こころちゃん

### ●委任預託

(敬称略)

住 所	預 託 者	金 額	預 託 内 容
	匿 名	4,900	お誕生日に感謝して
塩 屋	匿 名	7,476	福祉のために
上 郡 町	三上 芳範	12,000	福祉のために
中 広	善意の募金箱	11,282	赤穂市福祉のつどいに善意に
尾 崎	匿 名	10,000	福祉のために
中 広	匿 名	5,000	福祉のために
尾 崎	ヘルシーガーデン	5,000	福祉のために
塩 屋	綿田 勝治	50,000	亡妻(ツナ子)満中陰志
新 田	岩本 隆志	100,000	亡父(建一)満中陰志
	匿 名	5,000	車椅子借用御礼
高 野	高原 さかゑ	100,000	亡夫(昭夫)供養のために
坂 越	大西 悠真	3,000	車椅子借用御礼

◎善意銀行受付窓口・・・赤穂市社会福祉協議会◎

## 賛助会費ありがとうございました(敬称略)

【個人】八木 圭吾 山本すみ子 山家 光代 小島 愛子  
西濱 守 松本 賢仁 大田 登 千崎紀美子  
浅野 宣江 伊東 康子 濱本 昌宣 船曳真紀子  
井上 郁子 木村 繁満 有田 勝美 富永萬代子  
西角 正志 田端 昭男 赤穂市議会議員互助会  
室井 久夫 谷 正行 木本 吉郎 小松 剛  
酒谷 明良 橋本富美香 豆田 一子 古森智恵美  
匿名2名

【法人】(株)田原文具センター 東洋紙業(資) (株)関工務店  
御崎タクシー(株) 前田石油(株) (株)ハトヤ  
播磨屋 大木産業(株) (特養)桜谷荘 (株)赤松工業  
中村印刷(有) やの写真館 石川眼科 (有)小國商店  
(株)ジョイハシモト あこう傾聴の会  
三木内科 関西福祉大学 泉友彩 くいどうらく  
アズビル(株) かんぽの宿赤穂 赤穂仁泉病院  
(有)つづれや 三菱電機(株)系統変電システム製作所  
アース製薬(株) (株)目木組 (有)富士工業所 匿名1件

福祉の拠点をみんなで支えてください。  
(法人会費：5,000円、個人会費：2,000円、一般会費：500円)

賛助会費は、社会福祉協議会の貴重な財源です。安定した地域福祉事業の充実や発展を図るためにも、皆様のあたたかいご援助が必要です。ご協力をお願いいたします。

## 社協ヘルパーの ワンポイント介護 No.4

### ※ 今回のテーマ ※ “ベッド上での洗髪”

暑くなるとたくさんの汗をかき、頭皮がかゆくなったり、髪の毛が脂ぎったり…

「頭がかゆいのを我慢する」ことは、かなりの苦痛です。そんな時、頭を洗うとすっきり爽快、気持ちもシャキッとします。

寝たきりの方でも寝たまま簡単に洗髪ができますので、ぜひチャレンジしてみてください。

#### 《準備物》

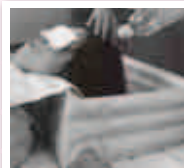
- ・(先月ご紹介した) シャワーボトル 2~3本  
※ 1本しかない場合は少し熱めの湯を入れたバケツを手もとに用意
- ・タオル 2~4本
- ・くしやブラシ
- ・ビニールシート  
(大きいゴミ袋やビニール風呂敷) 1枚
- ・シャンプー、リンス(必要があれば)
- ・『大人用紙オムツ』または『ケリーパット(洗髪器)』
- ・バケツ(ケリーパットの場合)

#### 【オムツ】

少ない湯で洗髪できる。  
準備・片付けが簡単。  
首の負担が少なく、ベッド上  
安静の方に適している。



大きめの紙オムツ



#### 【ケリーパット】

たっぷりの湯で洗髪できる。  
髪の毛の長い人に適している。

それぞれの方法に長所・短所がありますので、する方される方双方にとって一番良い方法で洗髪してみてください。

また必要な備品の準備をしっかりと行い、できるだけ短時間で洗ってあげてください。

## サマーボランティア スクール 2016

- と き：①8月1日(月) ②4日(木)の2日間  
対 象：小学3年生以上の市民 30名  
場 所：①総合福祉会館・イオン赤穂店  
②赤穂市民総合体育館 副競技場  
内 容：①車いすorアイマスクで買い物をしてみよう！  
②障がい者スポーツを体験しよう！  
参 加 費：無料  
申込方法：電話(☎42-1397)  
またはご来館のうえ、お申込み  
申込締切：7月22日(金)



◎月に一度訪れるその人は、見た目はクールで口数は少ないけれど、一杯のお茶を飲む間、2、3言葉を交わす。  
仕事帰りや平日休みの日に立ち寄っては、部屋の空気をホッと温かにしていく。善意の定期便をありがとう。  
(ほっと)

ちよつと  
らぶらぶ  
話

### ～広報委員紹介～

社協では、毎月1回広報委員会を開催し、社協の広報活動について議論・検討を行っています。広報委員は以下の方々です。(敬称略)

(任期：平成28年6月18日～平成30年6月17日)

- |          |          |
|----------|----------|
| 委員 浜野 好正 | 委員 荒尾 慎平 |
| 〳 西側 禎男  | 〳 辻本 麻弥  |
| 〳 古森智恵美  | 〳 内波 恵   |
| 〳 金井 貴子  |          |

### 心配ごと相談所のご案内 (7月13日～8月10日まで)

- 【一般相談】 7月13日(水) 7月27日(水)  
8月 3日(水) 8月10日(水)
- 【弁護士相談】(要予約) 7月20日(水)
- 【カウンセラーによるこころの相談】(要予約)  
7月27日(水) 8月 3日(水)

※時間はいずれも午後1時～5時までです。



# ～あここのホツとな人～

No. 7



7回目の今回は、「赤穂市ねたきり・認知症・重度障がい者の介護者の会（介護者の会）」が実施している、介護特別食の責任者として活動している中島さんにお話を聞きました。

### Q. 活動を始めたきっかけは？

A. 平成15年5月に介護者の会に入会し、介護者同士の情報交換などの機会を得ることができました。その後、「介護者の負担を軽減しよう」と始まっていた介護特別食に関わるようになり、現在まで活動してきました。

### Q. 活動をしていて嬉しかったことは？

A. 介護特別食は、管理栄養士の石橋先生が作成してくださったレシピを見て、調理ボランティアがレシピ通りに調理しています。また、配達もボランティアで行っています。1食450円をもらって配食しているので、その責任を常に感じながら、協力してくださる方がいるということが、とても嬉しいです。また、利用者さんの喜びの顔や声に元気もらっています。

### Q. これからの目標は？

A. 何も特別なことはできないので、今まで通り利用者さんのことを第一に考え、周りの皆さんと協力して活動していきたいです。



中島文栄さん（尾崎）

## 社協新役員決定！

社協は、地域福祉の推進を図ることを目的とした民間の団体です。この度、社協の事業方針や意思決定に参画する理事16名・監事2名、重要事項について意見を述べ審議を行う評議員40名が決定しました。よろしくご支援・ご協力をお願いいたします。（敬称略）

### 社会福祉協議会理事・監事

（任期：平成28年6月18日～平成30年6月17日）

役職	氏名	選出団体
理事長	西元男	学識経験者
副理事長	木村音彦	自治会連合会
〃	水野亮	民生委員児童委員協議会
理事	中村隆彦	医師会
〃	木村繁満	民生委員児童委員協議会
〃	清水政幸	自治会連合会
〃	後藤和子	婦人共励会
〃	木村佳史	身体障害者福祉協会
〃	矢野隆	ボランティア協会
〃	有吉一美	老人クラブ連合会
〃	立坂守	老人福祉施設協議会
〃	折原和彦	市行政（福祉事務所長）
〃	萬代由希子	学識経験者（関西福祉大学）
〃	山田和子	学識経験者
〃	中村文代	〃
常務理事	小寺康雄	〃（事務局長）
監事	高田裕弘	学識経験者
〃	高山康秀	〃

### 社会福祉協議会評議員

（任期：平成28年6月18日～平成30年6月17日）

氏名	選出団体	氏名	選出団体
涌元雅代	民生委員児童委員協議会	材木敏夫	ボランティアセンター登録団体
丑田洋二	〃	原田芳彰	赤穂特別支援学校
中道昭之	〃	藪中康司	赤穂精華園
亀井紀代子	〃	中野裕和	赤穂高等学校
出口卓	〃	安井誠治	中学校長会
山崎道夫	〃	大河龍生	小学校長会
桐谷宙佳	〃	小谷貴美子	幼稚園長会
萬代新一郎	自治会連合会	橋本圭司	中央公民館
村下龍彦	〃	瓢敏雄	市議会
沖知道	〃	今井眞治	商工会議所
大野重徳	〃	守岡正彦	赤穂ライオンズクラブ
住所知之	〃	杉山匡行	赤穂ロータリークラブ
三宅健	〃	山崎貴正	青年会議所
前田護	〃	隅野裕一	労働者福祉協議会
赤井高之	歯科医師会	坂本由規子	介護支援専門員連絡協議会
長谷部隆司	手をつなぐ育成会	霜尾孝紹	保護司会
竹谷政弘	遺族会	中井加和恵	学識経験者
山根匡人	子ども会連絡協議会	橋本捷一郎	〃
高本登	人権擁護委員会	長谷起世子	〃
松本十代子	介護者の会	松本久典	市行政（社会福祉課長）

## ■ 編集後記 ■

6月2日～7日まで、熊本県阿蘇郡西原村へ災害ボランティアセンターの運営支援に行かせていただきました。高齢者夫婦のお宅に訪問した時のこと。「集落の半数以上の世帯が被災し、ほとんどの被災者が避難所や遠方の身内宅へ身を寄せているので、夜になると周りの家の明かりが灯らずにさみしい。近所の人と会い、前みたいに笑って話がしたいなあ」と話されました。その集落のつながりの強さを感じるとともに、日常の生活のありがたさと、当たり前で生活することの難しさを感じました。

特集で掲載したように、社協ではサロン作りをはじめ、地域のつながり作りをお手伝いしています。一緒にはじめてみませんか？  
(だ)

## ご意見・問い合わせは

社会福祉法人 赤穂市社会福祉協議会  
〒678-0232 赤穂市中広267番地

電話 0791-42-1397  
FAX 0791-45-2444

赤穂社会福祉協議会 検索

赤穂市社会福祉協議会で検索してください