

あこう社協だより



指先で文字を読む

新シリーズ ー地域を知るー	
第2回～社会参加の意義～	2P
防災士に聞く! 今からできる災害の備え	4P
赤穂高等学校 東北復興支援ボランティア活動	5P
助け合い 広がる つながる 赤い羽根	6P
「福祉のこころ」を育てようNo5	8P
まち発見! あこう福祉ニュース	9P
ちょっといい話	
社協ヘルパーの「ワンポイント介護」 No.8	12P

10月3日(月)、尾崎小学校4年生の児童77名が、点訳ボランティアグループ『赤穂点灯会』の協力のもと、点字体験学習を行いました。

点字の仕組みなどを学んだ後、普段使っている鉛筆を、点字を打つための点筆(てんぴつ)に持ちかえて、6つの点の集まりだけで文字を伝えました。打った点字はすぐに目の不自由な方に指で読んでもらい、点字の楽しさ・難しさを学びました。

シリーズ 地域を知る



第2回

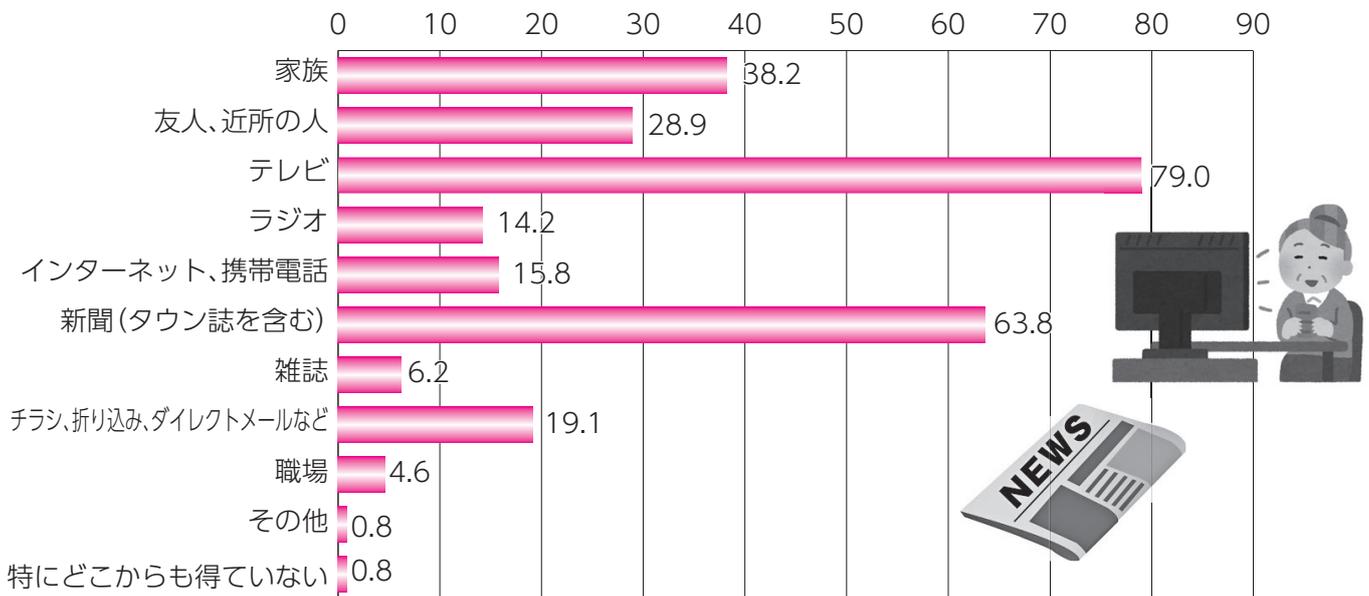
~社会参加の意義~

(前回より)

現在、家族や社会の変化によって問題となっているのが、ひきこもりや孤立死、虐待、自殺などの深刻な生活課題です。

さまざまな福祉サービスや相談窓口ができている中でも、そうした支援やサービスにつながることなく、「助けて」が言えない状況が見られます。その背景には、社会的な孤立の問題が大きく関係していると考えられます。その状況を解決するためには、サービスに結びつけるためにも、住民同士の「お互いさま」の助けあいにより、社会から孤立する前に、気軽に助けあい、気付きあいのできる関係を作っていくことが大切になってきます。

日常生活情報の情報源(3つまで回答)



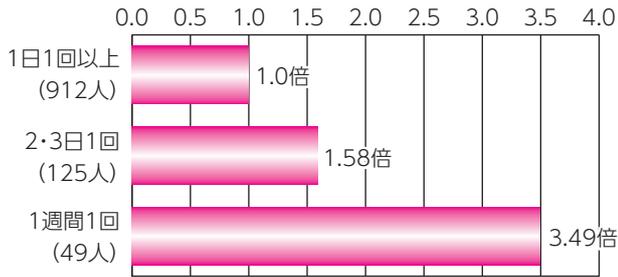
資料:内閣府「高齢者の日常生活に関する意識調査」(平成26年)抜粋
(注)対象者は60歳以上の方



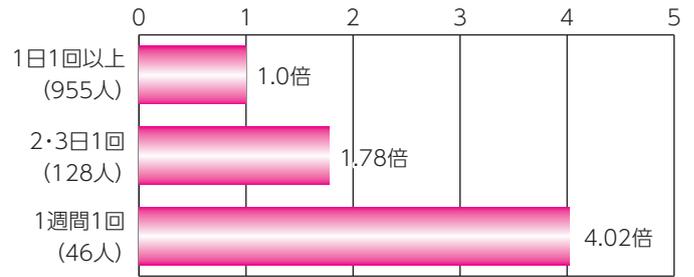
上記の国の調査によると、「テレビ」や「新聞(タウン誌を含む)」が圧倒的に多くなっています。一方で「友人・近所の人」は、「テレビ」「新聞」の半分にも届かず、近所の人と話をすることなく、家にながら情報を得ることができない現代社会は、生活の「個人化」が進んでいると言えます。

災害発生時なども含み、いざというときに住民同士で助けあえる関係を築いていくためには、日頃からの助けあいや近所づきあい、情報交換が重要な役割を果たしてくれると考えられます。

外出頻度と認知症の発生リスク



外出頻度と歩行障害の発生リスク



(資料)財団法人東京都高齢者研究・福祉振興財団 東京都老人総合研究所 [第93・95回老年回公開講座 第三のキーワード!]より

**引きこもり
孤立状態**



高齢者をはじめ、支援を必要としている人が地域のさまざまな活動に参加することは、生活のハリが生まれ、歩行障害や認知症などの発生リスクが低いという調査結果があります。つまり、社会参加することは、健康維持・増進や介護予防にも大きな効果があると言われています。また、参加することで人とのつながりが生まれ、ひきこもりや孤独死などの社会問題の解決にもつながります。



健康づくり



**1歩出れば、
ココロとカラダも
いきいき！**

**趣味で
仲間づくり**



**近所の人と
おしゃべり**

次号では
『自分らしい生活』
について取り上げます。

活動に参加して外出の機会が増えたり、人と交流すること、その中で日常生活の情報を交換したり、自分ができるところを役割として担い、誰かに必要とされたり、感謝されたりといったことが、心身の健康にとって大切なことです。人によってさまざまな「社会参加」の方法があります。テレビや新聞などで情報を集めるだけでなく、まずはお隣近所の方と話してみましよう。

防災士に聞く!

今からできる災害の備え ～正しく恐れ 正しく備える～

10月21日に鳥取県中部を中心とする地震が発生するなど、災害はいつ起こってもおかしくはありません。何をどのように備えるのか、防災士の方にお話を聞きました。

その1 家庭・地域での防災についての話しあい

災害はいつ起こるか分かりません。家族がバラバラの時に起こることもあります。そんなとき、避難場所(集合場所)を決めておけば安心です。場所は小学校や公民館など、指定された避難場所が望ましいと思いますが、決めるだけでなく、一度家族みんなで歩いてみるのが大切です。

また、地域では倒れてきそうな塀や消火栓の場所、目印などを日頃から確認しておく、避難の時に安心です。



※ローリングストックとは

食品を備蓄するときに、長期保存できる食料を定期的にチェックし、期限が切れる前に普段の食事で消費し、買い置きしていくこと。



その2 非常用食料などの備蓄

災害が発生して、救急体制が整うまでには、少なくとも3日はかかると言われていています。まずはその3日間を自力で乗り切るために、食品や生活用品を備蓄しましょう。



特に食品は、非常食を備蓄していても、いざという時に賞味期限が切れている場合もあるので、ローリングストックを心がけましょう。また、アレルギーのある方や乳幼児のいる家庭などでは、身体の状態に合わせた備蓄が必要になるので、注意しましょう。

その3 家具などの安全な配置

倒れてきた家具や落下物で大げがをしたり、出入口をふさがれたりしないよう、家具などの転倒を防ぎ、安全を確保しましょう。



赤穂防災士の会
会長 金井 貴子 さん

大災害が発生した時、消防や警察、行政職員がすぐに駆けつけられるとは限りません。まずは「自分の命は自分で守る」ことを考えておく必要があります。

また、近隣住民との助けあいの気持ちを一人ひとりが持ち、災害に対する正しい知識を身に付け、備えておくことも大切だと思います。

顔を合わせて、伝える“気持ち”

キツカケは違っても想いは同じ

9月22日～25日までの4日間、赤穂高等学校の定時制課程生徒会を中心とする17名と全日制課程8名の生徒有志と教員等、合わせて33名が、「東北復興支援ボランティア」として、宮城県気仙沼市を訪れました。

昨年已经连续して2回目の今回は、震災から5年が経過した今、自分たちに何ができるのかを一人ひとりが考え、「復興

祈願」の想いを込めたオリジナルの復興祈願ひょうたんと、赤穂の塩220個を、復興支援住宅などで配布しました。また、気仙沼高校との交流会や、ひょうたんの絵付け教室などを通して、赤高生、パワーを届けました。

これからも、赤穂と気仙沼をつなぐ懸け橋として活動を続けていきます。



活動に参加した方たち。
(後列左から) 菅本智之先生・横山昇一さん
機谷惟誓さん・上内伸郎先生・中野裕和教頭
(前列左から) 吉森千賀さん・鎌島愛巳さん
金井貴子さん・西本美歩先生



岩井崎塩づくり体験館にて、参加生徒が現地の方にひょうたんの絵付けの方法を説明

聞きました 参加者の想い

横山昇一さん(定時制課程4年:生徒会会長)

「昨年初めて東北に行き、被災者の皆さんの笑顔を見て『来てよかった』とやりがいを感じ、思い入れが強くなりました。今年は、昨年お世話になった現地の方に何か形になるものを渡したいということで、アルミ缶を集めてお金に換える活動をしました。少ないお金でしたが、『お金ではなく、その想いがうれしい』と言ってもらい、胸が熱くなりました。」

あいみ

鎌島愛巳さん(同4年)

「昨年行った人の話を聞いて『自分も力になりたい』という気持ちになり、今回は絶対に参加しようと考えていました。ひょうたんの絵付け教室をしている時、被災された方が当時のことを話してくださいました。とても大変な思いをされたにもかかわらず、私たちに『ありがとう』と言ってくださいました。その方と名前を呼びあえたことが、とても心に残っています。」

吉森千賀さん(同4年:生徒会副会長)

「昨年も参加しましたが、今年の私の目標は『笑顔を届けること』でした。しかし現地に行くと、私の倍以上、皆さんから笑顔をいただきました。その中で印象に残っているのは、語り部の方から『ガレキは被災物』と聞いたことです。私たちが普段から使っているモノは、津波で流された時にガレキと呼ばれてしまいます。ガレキと呼ばれるモノの全てに、思い出が詰まっていることを知ることができました。」

はただに ゆいせい

機谷惟誓さん(同2年)

「2年続けて参加し、やはりいくら復興が進んだと言われていても、震災の爪痕はまだ残っていました。そんな状況でも、懸命に生きておられる姿がとても印象に残りました。来年はできれば僕が生徒会長になり、先輩方の意志を受け継ぎ、活動の輪を広げていきたいです。」



高雄小学校(高雄ふるさとまつり)



塩屋小学校(主婦の店塩屋店)



有年小学校(田園まつり)



赤穂西小学校(J R天和駅)



原小学校(J R有年駅)



尾崎小学校(主婦の店尾崎店)



赤穂中学校(イオン赤穂店)



御崎小学校(主婦の店尾崎店)



赤穂小学校(イオン赤穂店)



赤穂西中学校(主婦の店塩屋店)



坂越小学校(J R坂越駅)



城西小学校(ラ・ムー赤穂店)



助け合い広がる つながる赤い羽根

街頭募金運動に、児童・生徒のみなさんをはじめ、
多くの方々にご協力いただきました。





てんとうむし(イオン赤穂店)



関西福祉大学(イオン赤穂店)



赤穂東中学校(主婦の店尾崎店)



ボーイスカウト(イオン赤穂店)



民生委員児童委員



坂越中学校(JR坂越駅)



共同募金委員



ボランティア協会(イオン赤穂店)



有年中学校(ファミリーマート赤穂ちくさ川店)
(ローソン赤穂西有年店)



社協職員



介護者の会(主婦の店赤穂店)



赤穂高等学校(JR播州赤穂駅)



奉仕者 延べ524人
総額 501,546円
たくさんのあたたかいご支援を
ありがとうございました。

「福祉のこころ」 No.5

を育てよう!

～車いす体験学習について～



社会福祉協議会では、子どもから高齢者まで全ての世代が福祉について学び、ともに支えあい・ともに生きる社会を実現するために、福祉体験学習を推進しています。

アイマスクや車いすなどの貸し出しも行っており、ボランティアや当事者の方にご協力いただいて取り組みが行われています。

今回は、車いす体験学習をご紹介します。

～夢を持つこと～

車いす体験学習では、車いすで生活されている枝川さんから普段の生活を聞いたり、車いすの介助方法を学び、実際に体験することで車いすへの理解を深めていきます。車いすの生活で困ってしまうことだけではなく、できること、努力することでできるようになったことについても話してもらい、夢や目標に向かって努力を続けること、頑張ろうと思う気持ちの大切さについても学んでもらいます。

(主な学習の内容)

- 車いすでの生活の話
- 車いすの介助方法
- 車いすに乗ってみよう
- 車いすでキャッチボール など

障がい者スポーツについて知ってもらいたいです。まずは知ること興味を持って身近に感じてもらいたいです。

現在、東京パラリンピック出場に向けてトレーニングを積み重ねています。夢は叶うかどうかはわからないけど一歩でも近づくことができるように頑張りたいです。そして、みんなも夢に向かって努力を続けてもらいたいです。



車いす体験学習にご協力くださっている
枝川 哲也さん

(学習を終えて ～受講者の感想より～)

- おばあちゃんの車いす以外で初めて車いすを押ししました。
- 思っていたよりも車いすが重たくて、大変だなと思いました。

(ともに原小4年生)



◎ボランティア出前講座も実施しています!お問い合わせは、社協(☎42-1397)まで

6点で文字を伝える

10月6日、「やさしい点字講座」を開催し、7名が参加しました。点字は縦3点、横2点の6点からなる音標文字で、組み合わせは53通りあり、それぞれが五十音や記号を表しています。今回は、点字の読み方・打ち方を体験し、点字に触れるきっかけとなる講座になりました。



淡路の魅力“ぎゅっ”とまるごと

10月18日、重度心身障がい者(児)激励事業として、日帰りバス旅行で淡路島へ行き、25名の参加がありました。「淡路夢舞台・国営明石海峡公園」では、一面に広がる秋の植物を、「ジョイポート南淡路」では、世界一のうず潮を見ました。参加者から、「初めて参加させていただきましたが、コースや行程もゆっくりで良かったです。」という声をいただきました。



地域の困りごと応援隊発足!!

10月28日(金)、9月に実施した「生活支援サポーター養成講座」の受講者を対象とした、地域の困りごと応援隊の1回目の会議を行いました。

応援隊には30名が参加し、今後は研修や情報交換などを通して、自分たちの地域をもっと住みやすい地域にすることを目指して、できる範囲でのお手伝いを考えていきます。



まち発見!



あこう福祉ニュース

“ふれあい喫茶” オープン!!

10月23日(日)、パートナーサービスを推進している「たすけあい横尾」が主催となり原校区コミュニティセンターにて“ふれあい喫茶”を開き、当日は地域住民20名の参加がありました。

今後は月1回開催し、お互いの近況や困りごとなど気軽に話し合える場として、地域で支え合える有年横尾地区を目指していきます。

有年横尾地区のみなさん、ぜひ参加してみたいでしょうか?(次回開催:11月27日)



笑顔あふれる 交流の場

10月23日(日)、尾崎小学校運動会等において、磯釜自治会による「三世代交流ふれあいグラウンドゴルフ大会」が行われました。

磯釜地区全体でふれあい、交流を深め、楽しむことを目的として開催され、参加していた66名の皆さんが、グラウンドゴルフやピンゴゲーム、お茶会で大変盛り上がり交流を深め、充実した時間を共有することができました。



～サロン紹介～ さくらサロン

10月26日(水)に行われたサロンには、計9名の参加があり、参加者手作りのケーキを食べながら、刺しゅうを楽しみました。

サロンでは、手芸を中心とした作品づくりや、家でも手軽に作ることでできる料理など、毎回バラエティに富んだ内容を実施しています。作った作品の一部は、ふるさとまつりにも出品しました。

参加者の方は、「毎回楽しんで参加しています。サロンで習った料理を家族に出したら、とても喜んでくれるので嬉しいです。」とのこと。

「参加者それぞれが得意な事を教えたり、教わったりすることで、一人ひとりに活躍の場ができていますので、みなさんいきいきとされています。サロンに来ることで、参加者の方の今まで気付かなかった才能に驚かされたことも。年齢に関係なく、人の役に立つことで、自分も元気になれる。そんな相互の関係づくりを目指していきます。」と代表の金丸さんは話していました。



さくらサロン

- 開催日：毎月第1月曜日・第2水曜日・第4木曜日 午前10時～午後3時
- 場 所：天神山集会所

兵庫県知事表彰受賞

第65回兵庫県社会福祉大会(10月15日小野市民会館)において、共同募金運動の奉仕団体として永年にわたり率先して活動し、社会福祉の向上に顕著な貢献をされている団体に表彰状が贈呈されました。

被表彰団体の皆さまに感謝いたします。

共同募金運動奉仕功労団体(敬称略)

兵庫県立赤穂高等学校(全日制)
兵庫県立赤穂高等学校(定時制)
兵庫県立赤穂特別支援学校



賛助会費ありがとうございました(敬称略)

【個人】 栗井 鐵芳 原田 芳彰 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。

受賞のお知らせ

平成28年度ひょうご県民ボランティア活動賞表彰式(11月6日 兵庫県公館)の席上において、長年のボランティア活動を通じて、こころ豊かな地域コミュニティづくりの向上に顕著な功績をあげられた団体に表彰状が贈呈されました。

ひょうご県民ボランティア活動賞

あじさい(平成元年6月設立)



毎月2回、主に桜谷荘での布団・シーツ・枕カバー・防水シーツなどの交換をされています。

受賞おめでとうございます。
今後ともよろしく願いいたします。

レクリエーション用品好評貸出中♪

社協では、ふれあいいきいきサロンや自治会、子ども会などの行事に活用していただくため、レクリエーション用品の貸出を無料で行っています。

貸出予約は、使用希望日の3カ月前から受付しています。

新しく入った射的以外にもたくさんのレクリエーション用品をそろえていますので、ぜひ社協までお問い合わせください。

※個人的な貸出、営利目的や市外での使用はお断りしています。



スマイル射的

付属の輪ゴムでカードを倒します。

ともに考える市民のつどい

12月3日(土) 午後1時30分～4時
赤穂市総合福祉会館

オープニング 赤穂笛の会 羽音色

記念式典 表彰 福祉作文入賞者
発表 福祉作文大賞
(小学生の部・中学生の部・高校生以上の部)

記念講演 「笑えば未来は好転する
～発達障がいのある双子の子育て～」
イラストレーター 森山 和泉 氏

「ストップ・ザ・無縁社会」全県キャンペーン協賛事業
障がい者週間 12月3日～9日



講師プロフィール

1969年熊本県生まれ。立命館大学経営学部卒業。98年に双子を出産。

発達障がいの双子の娘たちに社会の仕組みや人との関わり方、自分の考えが他とは少し違うことを理解してもらおうと、07年から独学で漫画を描き始めた。

11年より琉球新報に、14年より神戸新聞でまんがエッセイを連載中。

同時開催

赤穂精華園・赤穂特別支援学校・さくら園・手をつなぐ育成会・さんぼみち・わかば園・げんぶ・はくほう
ワーキング西播磨作業所による展示、即売会

サンタクロース衣裳を貸し出します☆

- ◆貸出期間 12月1日～12月28日の間の最長4日間
- ◆利用料 無料
- ◆対象 市内の保育所、幼稚園、福祉施設
福祉団体、いきいきサロンなどの団体
- ◆申込方法 社協窓口にて申請書を提出
(電話での仮予約もできます)
- ◆申込・問合せ 社会福祉協議会
(☎42-1397)



※セット内容

帽子・上着・ズボン・ベルト・ひげ

レクリエーションボランティア講座

実技をとおして、さまざまなレクリエーションを覚える講座です。
施設やサロンなどで、笑顔を届けましょう♪

○日 時 ①11月28日(月) ②12月5日(月)
午前10時～正午

○場 所 総合福祉会館

○内 容 ①人をつなぐレクリエーションゲーム
講師：NPO法人生涯学習サポート兵庫
榎本 英樹 氏

②タネまでしっかりわかる!
わくわくマジック教室

講師：(株)マジックピエロ
瀧川 一紀 氏

○対 象 市民 30名

○参加費 無料

○申込締切 11月21日(月)

○申込・問い合わせ 社会福祉協議会(☎42-1397)



心配ごと相談所のご案内 (11月16日～12月7日まで)

生活をしていると、色々な困りごとに直面することがあります。その困りごとを一人で、あるいは家族や身の回りの人と解決できないこともあります。

ちょっとした困りごと、大きな困りごと、一人で抱え込まず「心配ごと相談所」をご利用ください。

※弁護士相談・こころの相談は予約が必要です。ご注意ください。

※相談は無料です。相談のご予約・お問い合わせは社協(☎42-1397)まで。

【一般相談】 11月30日(水) 12月 7日(水)

【弁護士相談】(要予約) 11月16日(水)

【カウンセラーによるこころの相談】(要予約)
11月30日(水) 12月 7日(水)

※時間はいずれも午後1時～5時までです。

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(10月1日～10月31日受付分)



●委任預託

(敬称略)

住 所	預 託 者	金 額	預 託 内 容
中 広 匿	名	15,000	福祉のために
さつき町 匿	名	3,000	福祉のために
福 浦 匿	名	2,000	善意で
上 郡 町	三 上 芳 範	10,000	福祉のために
中 広 川 原	おさよ	100,000	亡夫(只好)満中陰志
	匿 名	3,000	福祉のために

◎善意銀行受付窓口・・・赤穂市社会福祉協議会◎

◎私の知り合いのおばあさんは101歳です。週に2回デイサービスに通っています。杖もつかず自分で歩いて、食事もトイレも自分でできます。

デイサービスでお風呂からあがって、ポーチを取り出し何がでてるのかなと思っで見ていると、化粧水と乳液を出して顔につけ、櫛で髪を整えています。

「女の人はね、いくつになってもおしゃれを忘れたらだめだよ。特に身だしなみは大切。今日のブラウスも自分でアイロンがけしてきたの。」と言われました。

すごい、すばらしい！すばらしい私には耳が痛い言葉。そして、「施設に入りたいけど、要支援だからまだまだ入れないわ。」と笑っています。

おばあさん、まだまだ元気でいてね。
(まだまだ半人前)

社協ヘルパーの ワンポイント介護 No.8

～お家での介護、
困っていませんか？～

※今回のテーマ※

“オムツ交換①”

「どれを選べばよいのか分からない」「漏れるけれど、どうしたらいいの」と悩まれる方も多いと思います。今回、次回の2回に分けてオムツの選び方、種類、交換の仕方のコツを紹介します。

選び方のポイント

- 「外側のオムツ」のみもしくは「外側のオムツ」+「内側のオムツ」を組み合わせる。
- ぴったりのサイズを選ぶ。⇒「大は小を兼ねません(漏れの原因になります)」
- 尿量や交換できる時間の長さ、性別、便の状態などを考慮する。

オムツの種類

※その他、布の失禁パンツ、布のオムツ(オムツカバー)やフラットタイプなどもあります。

外側のオムツ



パンツタイプ
(はくパンツ)

- ウエスト部分にゴムが入り、下着のように上げ下げできます。
- 立ち座りの動作が多い人に最適。
- 「薄型」「長時間用」「夜用」などがあります。



テープ止め
タイプ

- 寝て過ごすことが多い人向き。
- 両サイドのテープを剥がすことで、平らな状態で交換できます。
- テープを止める位置を調整することで、幅広い体型に合わせられます。

内側のオムツ(パッド)



男性用パッド

筒状、円錐状に組み立てて陰茎に巻きつけて使用。



夜用パッド

たっぷりの尿を素早く吸収。漏れにくく、通気性もよい。



昼用パッド

男女用、パンツタイプ用、長時間用などのタイプがあります。



フラットタイプ

ギャザーがないのでパッドや防水シートとして体に合わせて使用できます。

■ 編集後記 ■

先月から掲載が始まった『シリーズ 地域を知る』は読んでいただけましたか？住んでいる地域をちょっと見渡していただき、「何ができるのか」を考え、ちょっとした助けあいにつながる内容にしていければと思います。地域の主役は、この広報紙を見てくださっている皆さんです。赤穂を『もっと好きになる』地域にしていきましょう。
(荒)

ご意見・問い合わせは

👉 ホームページもぜひご覧ください！

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
E-mail ako-shakyo@ako-shakyo.jp



赤穂市社協

検索 🔍