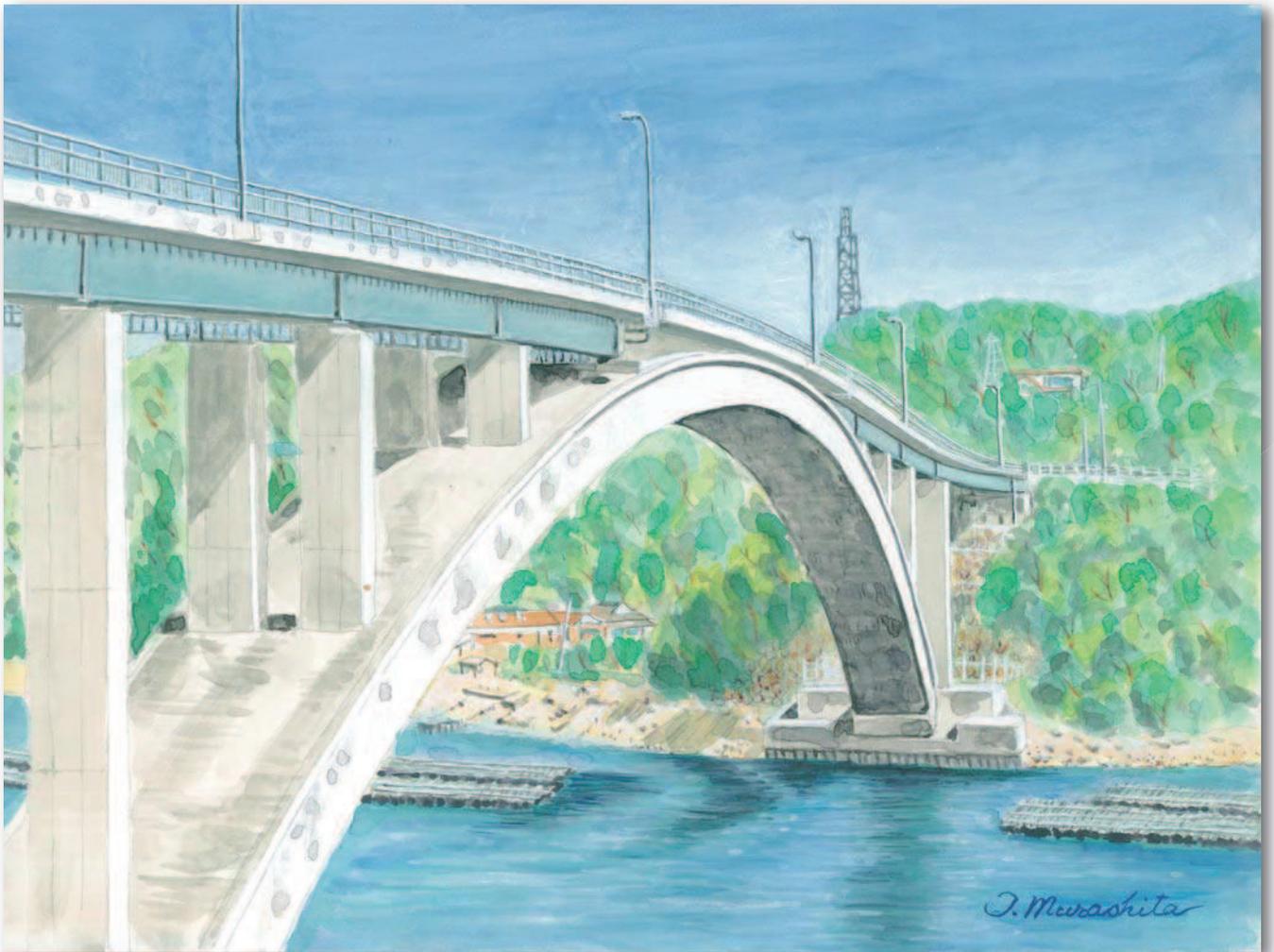


# あこう社協だより



—敬老月間特集— 長寿の輝き .....	2 P
上高谷パートナーサービス .....	4 P
「福祉のこころ」を育てよう! .....	5 P
心と心 つなごう 手と手 .....	6 P
みんなが集まる居場所をつくろう! ～身近な地域の「サロン」というところ～ .....	8 P
あこう福祉ニュース .....	9 P
各種講座等おしらせ .....	10 P

かしらじまおおはし

## 『頭島大橋』(備前市)

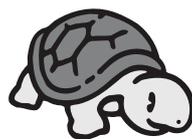
4月半ば、日生から陸続きになった頭島。定期船で訪れていた懐かしい島です。絵にしたいと数回通い、鹿久居島海辺からの“複合アーチ橋・頭島大橋”の眺望に心打たれました。

(広報委員長 村下)

— 敬老月間特集 —

# 長寿の輝き

多年にわたり社会に尽くしてきた  
老人を敬愛し、長寿を祝う



9月1日(火)、社協では市内におられる百歳の方を訪問し、長寿のお祝いをしました。  
今年度対象の7名に、長寿のヒケツなどのお話をうかがいました。いつまでもお元気で、長生きしてください。



※対象者は、大正3年9月17日  
～大正4年9月16日生まれの方です。



その他にも、市内84歳の方41  
4名に、橋寿のお祝いとして記念  
写真を贈呈します。(対象者は、  
昭和5年9月17日～昭和6年9  
月16日生まれの方)  
また、市内最高齢男性・女性、  
夫婦の方に記念品の贈呈を行い  
ました。

## “毎日のご飯で幸せ満杯”

團 アサさん(尾崎：大正4年1月15日生まれ)

ニコニコ笑顔を決やさない團さん。家族をいつも笑顔に変えています。この日は、ひ孫さんと一緒に写真に納まってくれました。

「家族や周りの人、みんなにお世話になっています。特にご飯がおいしくて幸せ」と話すとおろ、家族が驚くほど、一日三度の食事をしっかりと食べています。昔から健康には人一倍気をつけ、今まで大きな病気をしたことはありません。

家族は「これからもかわいいおばあちゃん、元気に長生きしてもらいたいです」と話していました。



## “良いと言われれば、とりあえず試してみる”

川崎 宗太郎さん(清水町：大正3年12月17日生まれ)

「一日の終わりに、1合のお酒を飲むことが楽しみです。暴飲暴食は避け、しっかり噛んで毎食いただきます」と話す川崎さん。なんと入れ歯は1本もありません。

また、「声を出すことは健康に良い」ということを聞き、毎日カラオケをして声を出すように心がけています。なかでも「俵星玄蕃(たわらぼし げんば)」は、歌詞を見ないで歌えるほど歌いこんでいます。

「これからも自分のできることをしていきたい」という言葉のとおり、歌声を響かせながら毎日を過ごしていきます。





“家族に支えられながら、ともに生きる”

田中 玲造さん（浜市：大正4年2月18日生まれ）

長年にわたり、大工の仕事をされてきた田中さん。少しやせたものの、まだまだ鍛えられた握力は健在です。毎日規則正しい生活をし、新聞もメガネなしで欠かさず読んでいます。食事也喜欢いなく、3食しっかり食べます。

家族と一緒に生活され、今の楽しみは、デイサービスで他の利用者さんと話をすることや、近くに住む孫・ひ孫に会うことです。

長男の良成さんは、「健康で長生きしてもらえるように、これからも家族で支えていきたい」と話していました。

ききょう

“桔梗の花のように強く生きる”

柴田 志津さん（目坂：大正4年4月25日生まれ）

根っから明るい性格の柴田さん。カメラを向けると、いたづらな笑顔で照れ隠しをされていました。

昔から花を育てることが好きで、特に秋の七草である桔梗の花がお気に入りです。「魚や肉、野菜も大好きで、好き嫌いはほとんどない。腹八分目に食べるのが、長生きのヒケツかな」と話していました。

「何気ない幸せ」を大切にしながら、これからも毎日笑顔で過ごしていきます。



“くよくよ考えないで、楽しく過ごす”

中山 美佐代さん（東有年：大正4年3月5日生まれ）

「週2回のデイサービスで、他の利用者さんとお話をしながら、お互いに情報交換をするのが一番の楽しみです」と話す中山さん。昔から編み物などの手先を使うことが得意で、今でも折り紙で部屋に飾る作品を作っています。

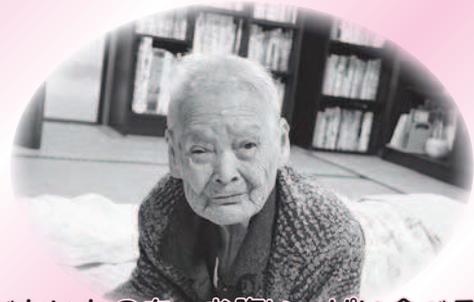
毎日の日課は、手押し車を使ってする散歩です。食事は残さずたくさん食べ、好き嫌いもありません。

「年を取ると良いこともあるけど、苦勞も増えるなあ」と明るく笑いとばしながら、ニコニコと一日一日を楽しんで生活されています。



“おいしいものを食べて、よく寝ること”

鍛治 徹夫さん（坂越：大正3年11月22日生まれ）



“食べたいものを、お腹いっぱい食べること”

矢竹 あき子さん（坂越：大正3年10月12日生まれ）

## ～いつまでも住み慣れた地域で生活するために～ 上高谷パートナーサービス（坂越地区）

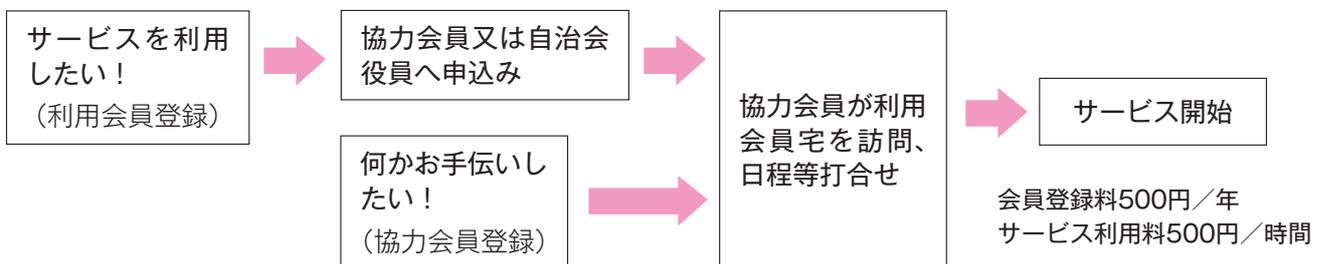


上高谷自治会は、上高谷パートナーサービス（代表 橋本睦男）を平成25年に発足し、現在協力会員15名が活動の担い手となり、12名の利用会員を支えています。

「ちょっと助けてほしい。」という声はもちろん、日常のさりげない見守りや声かけを通して、顔の見える関係づくりを進めています。

今年の台風11号接近の際には、利用会員の近くの協力会員の方が、「大丈夫？困りごとはない？」と安否確認を兼ねた連絡を行いました。市内のご家族の方の所へ一時避難した利用会員の方より、「今から息子の所に行きます。」「息子の所から帰ってきました。」という連絡が入り、一方通行でない関係性が出来上がっています。

### サービス利用までの流れ



## こんな事やってます（サービス紹介）

### ● 利用会員より依頼のあった庭の草ぬきを実施

（利用会員より）

今まで自分で出来ていた事ができなくなるのは寂しいですが、みなさんに助けて頂いて感謝の毎日です。この仕組みの良いところは、地域の方・顔見知りの方が来てくれるという事。安心できるし、心が休まります。（草ぬきは）一緒にできませんが、気持ちはみなさんに混ざって活動しています。



（協力会員より）

- ・会社を定年退職しやっとな時間が空いたので、ちょっとでも役に立てるならと思って仲間に加わりました。
- ・もしかしたら数年先には、自分が助けてもらう立場になるかもしれない。無理せず、できる範囲の事を続けていきたいと思う。



### 上高谷がパートナーサービスで目指すもの

自分のことは自分でする（したい）と思うのが、誰しもの願いです。

上高谷地区でも高齢化は進んでいますが、年齢を重ねるのはお互いさまです。

今は、自分で出来るから何もやらなくて良いというのではなく、これから先のことを考えて、必要になった時にその人を地域で支えられる、その人の“心の支え”になれる仕組みであり続けることを目指しています。

あなたのお住まいの地区でも、たすけあい活動を始めてみませんか？

詳しくは、社協までご連絡ください。

パートナーサービスモデル事業は平成23年より実施し、現在市内9自治会でモデル実施しています。

# 「福祉のこころ」 No.2 を育てよう!

## ～アイマスク学習について～



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。

今回は、アイマスク学習をご紹介します。

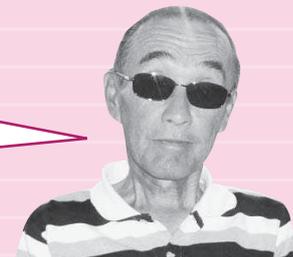
### 障がいを知り、どう行動するか

アイマスク学習では、視覚障がい者の生活について当事者から話を聞き、その話の中から、障がい(バリア)をどのように乗り越えて生活されているのか、生活での工夫などを知り、私たちは何をお手伝いすれば良いのかを考えます。

また、二人一組になり、ガイドする側・アイマスクをする側を交代で体験します。普段の生活で何気なく通っている道が、アイマスクをして歩くことでどのように感じるのか、どのようにガイドすれば安心して歩くことができるのかを、体験を通して学んでいきます。

視覚障がい者のことをあまり知らない、という方も多いと思うので、アイマスク体験をきっかけとして知ってもらいたいと思います。

最近では、市内を歩いていると小学生の子や、その親から声をかけられることが増えてきました。声をかけられると、とても嬉しい気持ちになります。これからも、誰もが安心して暮らせる社会づくりが広がれば良いと思います。



アイマスク体験にご協力くださっている  
三宅 秀和 さん



### (学習を終えて ～受講者の感想より～)

- ぼくは、目の不自由な人に声をかけたいです。あと、信号があったら青になったとか赤になったとかを知らせてあげたいです。  
(城西小4年生)
- ガイド役は普段通りに歩いているのかもしれないが、アイマスクをしていると早く歩いているみたいで怖かった。  
(民生委員)
- まちで見かけた時、「声をかけていいのかな」と迷うことがあったが、話を聞いて次からは声をかけようと思った。  
(民生委員)

アイマスク学習をはじめ、福祉体験学習を希望される自治会や団体・グループの方は、下記にご相談ください。

《問い合わせ》 赤穂市社会福祉協議会(☎42-1397)

～介護事業所紹介～

# 心と心 つなごう 手と手

住み慣れた地域で自分らしい生活を実現しましょう！

## ホームヘルパー

ホームヘルパーが要介護高齢者や障がいのある方の自宅を訪問し、日常生活の中での困りごと、生活援助（掃除、洗濯、買い物など）、身体介護（入浴介助、排せつ介助、食事介助など）のお手伝いをさせていただき、自宅でその人らしい生活ができるように支援しています。



足浴は  
気持ちいいなあー



トロミをつけると  
飲み込みやすい！

身近な食材で  
手早く簡単にできる  
“おいしい食事”  
“楽しみな食事”  
を目指して



官公庁などの各種手続き



雨にも負けず  
安全に外出



ガイドヘルパーやホームヘルパーが障がいのある方の外出支援を行います。



ポストへ投函

## 訪問入浴サービス

# おうちにお風呂屋さんがやってくる

あきらめていませんか？

『自宅でお風呂に入る』という夢、かなえます。



楽しくお話ししながら  
お風呂に入っています。  
お風呂の時間が  
楽しみです♪



### 訪問入浴とは…

自宅にシャワー付き簡易浴槽を持ちこみ、お部屋でゆっくりと浴槽に浸かっただけのサービスです。

## ケアマネジャー

介護や支援が必要であると介護認定された方（要支援1から要介護5）は、介護計画（ケアプラン）作成を依頼することが可能です。介護支援専門員（ケアマネジャー）が専属で相談をお受けし、介護保険サービスの調整・連絡を行います。

ケアマネジャーは、利用者さんの思いに耳を傾け、その人らしく生活するためのお手伝いをし、利用者さんに寄り添い、愛を込めた対応を心がけています。



介護保険のサービスを使って生活をされている村坂さん夫婦。ご主人は今年90歳を迎えられ、短歌を詠むことが趣味です。

目をさまし ゆっくり朝の 陽をあびる  
このささやかな 平和消ゆるな

村坂 正吾

介護に関するお問い合わせは、お気軽に！  
赤穂市社会福祉協議会介護事業所  
☎45-3073

### 臨時職員 募集

現在、社会福祉協議会では、わたしんち（小規模  
デイサービス）の介護職員を募集しています。  
詳細は、☎42-1397 までお問い合わせください。

「気軽に」「無理なく」「楽しく」「自由に」

# みんなが集まる居場所をつくらう！

～身近な地域の「サロン」というところ～

なぜサロンなの？

①何といても交流

コミュニケーションがとれる場、世代を超えて住民同士の距離が近くなる。

②見守りや気にかけて関係作り

顔見知りが増え、ちょっと気になる人も住民同士が自然な形で支え合える。そのつながりは、自然災害の時に命を守ることになる。

③相談できる、情報が手に入る

いろんな情報がいきかい、ためになる話を聞けたり、ちょっとした心配ごとを互いに相談できる。

④生きがいつくり

楽しくすごせる場所があることの安心感、閉じこもり予防。



「こんなことをやりたい！」という「アイデア」や一緒に活動してくれる「仲間」、集まれる「場所」があれば始められます。



社会福祉協議会では8月6日(木)に、サロン作り方講座を開催。

サロン実践者の発表や、サロン開設に興味のある参加者と実践者との情報交換が活発に行われました。

受講の動機は？

- 地区の中で、何かしてほしいとの声があったので。
- 男性のサロンを作りたいと思って。

サロン実践者からのメッセージ

案ずるよりも生むがやすしです。

みんなと一緒にしているという意識があれば、協力者が増え、内容についても良い案が出てきます。

社会福祉協議会では、サロン立ち上げの相談から、レクリエーション用品貸出や助成金などの運営支援を行っています。

「サロンをやってみたい。」「サロンの事、じっくり聞いてみたい。」そんな方は、ぜひ社協までご一報ください。

## サロンでこんなことやってます

年齢・体力に関係なく、笑いたいと思ったら誰でもできる、笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた「笑いヨガ」を体験。

集会所内が大きな笑いに包まれました。

(いきいきサロン元祿)



最近注目されている「腸の健康」についての研修会。在宅介護支援センター職員と訪問看護師を講師としてお招きし、お通じの様子や食事・生活習慣の振り返りや簡単な体操を行いました。

(いきいきサロンしらゆり：城南)



## 『驚きのコップ作り』



7月18日、おもちゃライブラリーで恒例の「手作りおもちゃ教室」を開催し、40名が参加しました。今年はおもちゃライブラリーにご協力いただいているボランティアグループ「キャンディー」の皆さんの指導により、飛び出すびっくりコップ作りを行いました。出来上がったコップに、子どもたちも大満足の日でした。

## まち発見!

# あこう福祉ニュース

## 『夏の体験をこれからにつなげる』



8月5日・12日の2日間、「サマーボランティアスクール2015」を開催し、延べ55名が参加しました。

今年、1日目に防災について学び、2日目に車いすバスケット体験を行いました。参加者は、それぞれの体験を通して楽しみながら学びました。

## 『善意の思いを車いすに込めて』



8月7日、兵庫信用金庫様より、昨年に引き続き車いす2台を寄贈していただきました。今回寄贈された車いすは、福祉用具貸与事業の備品として、市民の皆さんへ無料で貸し出しし、活用させていただきます。

## 『三世代交流で楽しむ夏休み』



8月8日、有年西部農村多目的共同利用施設において、「西有年地区三世代交流事業」が実施され、69名が参加しました。参加者は、木材や紙粘土を使った工作や流しそうめん、スイカ割りを通して夏を満喫しました。



8月26日、有年公民館において、有年高齢者大学主催による「夏休みの宿題を通じた三世代交流事業」が行われました。高齢者大学生による宿題のお手伝い、カレーパーティー、男女対抗けん玉競争を行い、参加した27名の皆さんは交流を深め、充実した時間を過ごしました。

# ボランティア出前講座 始めました

社会福祉協議会では、地域住民や企業の皆さまを対象として、ボランティア活動の理解と関心を深めていただくための出前講座を実施します。

わたしたちの「まち」を、住みよい「まち」とするために、地域住民が「ともにあゆむ」ことを考えるきっかけづくりとして、また企業の研修として、ぜひご活用ください。

出前講座のメニューは下記のとおりです。お気軽にご相談ください。

	内 容	所要時間
1	くらしの中のボランティア（ボランティア入門） ボランティアの基本的な考え方、赤穂市の活動について学ぶ	30分～
2	高さ1mから見える社会（車いす体験） 車いす体験を通して、車いす利用者の目線を知り、支援方法を学ぶ	60分～
3	見えにくさを体験しよう（アイマスク体験） アイマスク体験を通して、視覚障がい者の不便さを知り、支援方法を学ぶ	60分～
4	高齢者の体の状態を体験しよう（高齢者疑似体験） 高齢者疑似体験を通して、高齢者の不便さを知り、支援方法を学ぶ	60分～
5	手話で話してみよう（手話体験） 聴覚障がい者のコミュニケーション手段である手話を学ぶ	60分～
6	点字を知ろう（点字体験） 視覚障がい者のコミュニケーション手段である点字を学ぶ	60分～
7	“おたがいさまの地域づくり”を考えよう 普段の生活の中でできる、ちょっとした助けあいについて学ぶ	30分～
8	リクエスト講座 上記以外の内容も、ご相談に応じます	応相談

- 人数は何人からでも、土日祝もOK！
  - 費用は無料です（会場はご準備ください）
- （問い合わせ）社会福祉協議会（☎42-1397）



## 賛助会費 ありがとうございました（敬称略）

- 【個人】 浜野 好正 西山 温子 匿名1件  
 【法人】 樋口クリーニング店 大崎瓦工業(株)  
 宮本印刷 (株)オオキコーポレーション  
 (株)デイリーエッグ (資)金川工作所  
 泉友彩 (株)とみはら

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。

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（8月1日～8月31日受付分）

赤穂市善意銀行  
 マスコットキャラクター



●委任預託 (敬称略)

住 所	預 託 者	金 額	預 託 内 容
上 郡 町	三 上 芳 範	10,000	福祉のために
中 広	溝 口 真 吾	5,000	福祉のために
西 有 年	河 本 憲 昭	100,000	亡父(幸夫)満中陰志
有 年 横 尾	庵 原 喜 助	80,000	金婚祝金を福祉のために

◎善意銀行受付窓口・・・赤穂市社会福祉協議会◎

## 兵庫県共同募金会会長《表彰・感謝》

兵庫県共同募金会会長より、共同募金運動に顕著な功績がある方に表彰状並びに感謝状が贈呈されました。

被表彰者の皆さんに感謝いたします。(敬称略)

### 《表彰》

(推進委員) 門田 昌弘

(協力員) 米谷 豊彦・前田 護・西角 正志・池田 勝芳

### 《感謝》

(推進委員) 大田 登・丑田 洋二・亀井紀代子  
米田 絹子

(協力員) 鍋島 充・山下 周治・藤本 紀彦  
山下 豊行・内波 義隆・桃井 理  
西村 正勝・簗下 直紀・虎津 禎一  
真殿 澄江・高力 久枝・溝口 将  
川西 絹子・戸田 一子・中田 宣

## 防災士資格取得にかかる 経費の一部を助成します

地域のリーダーとして、地域や職場における被害を最小限に抑える取り組みや、避難所の運営などの活動を行うことができる市民を養成し、地域防災力の向上を図ることを目的として、「防災士」資格取得にかかる経費の一部を助成します。

### 1. 助成対象経費

- 「平成27年度ひょうご防災リーダー講座」受講にかかるテキスト代
- 防災士試験受験料(上記講座の最終日に試験があります)
- 日本防災士機構への登録料(受験合格者の登録料)以上経費を対象に、1万円を上限に助成します。

### 2. 申請方法

「防災士資格取得事業助成金交付申請書」を社協に提出してください。



### 3. 申請締切 9月30日(水)

### 4. その他

「平成27年度ひょうご防災リーダー講座」の内容については、兵庫県のホームページをご覧ください。

(<http://www.fire-ac-hyogo.jp/bosaileader.html>)

## ワードでササっとチラシづくり (小地域福祉活動実践講座)

行事案内や募集などのチラシを作成するにあたり、必要な情報を伝えるためには、どのような工夫が必要か?



ワードでササっと作れて、見やすく・分かりやすいチラシ作り講座を開催します。

● 日 時 10月13日(火)、19日(月)、26日(月)  
13時~16時

福祉会館 2階研修室

● 参加費 500円(資料代他)

● 参加対象

- ① 市民の方で現に地域活動を行っている方、または地域活動に興味があり、今後活動したい方
  - ② word(ワード)が入っているノートパソコンを持参できる方
  - ③ 3回とも参加できる方
- ※①~③の全てにあてはまる方



● 定員 20名

● 申込締切 9月30日(水)

参加希望者多数の場合は、抽選となります。



## 文字でコミュニケーションを しよう!

### ～ 初級要約筆記講座 受講生募集 ～

耳の不自由な人のコミュニケーションの手段として、「要約筆記」があります。

「要約筆記」とは、話の内容や情報を文字で伝えて『聞こえ』の手助けをする方法で、耳の遠い高齢者等とのコミュニケーションにも使うことができます。

どなたでもお気軽にご参加ください!

- 日 時 10月31日(土)、11月7日(土)  
午後1時30分~3時30分 <全2回>
- 場 所 総合福祉会館
- 対 象 要約筆記に興味のある方
- 定 員 市民10名
- 受講料 無 料
- 講 師 要約筆記サークル「赤穂イヤモード」
- 申込締切 10月16日(金)



## 在宅重度心身障がい者(児) 激励事業 城崎マリンワールドへの旅

日頃外出の機会が少ない在宅重度心身障がい者(児)とその家族(介護者)のリフレッシュと、仲間との交流を深めることを目的として、バス旅行を企画しました。

バスはリフト付きなので、車いすの方も安心してご参加ください。



- 日 時 10月16日(金)  
【午前8時出発、午後6時半到着予定】
- 内 容 城崎マリンワールド・海鮮せんべい但馬
- 募集人員 24名(定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。)  
\*新規申込者優先となります。
- 対 象 在宅重度心身障がい者(児)※とその家族  
※身体障害者手帳1・2級、または療育手帳Aの方
- 参加費 ひとり 2,500円
- 受付日 9月14日(月)から9月25日(金)  
【電話可】午前9時から午後5時まで



申込・問い合わせは、社会福祉協議会(☎42-1397)まで

## ～正規職員募集～

職 種	人員	受験資格
専任職員 (事務職)	1名	昭和60年4月2日以降に生まれた人(平成28年4月1日における満年齢が30歳までの人)で、社会福祉士資格を有する又は平成28年3月までに同資格を取得見込の人

### ◎採用試験

日 時 10月30日(金) 午前9時から  
場 所 総合福祉会館 2階研修室  
内 容 教養試験・作文・面接

### ◎受付期間

9月14日(月)～10月23日(金)  
午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

### ◎申込方法

当社協指定の履歴書に必要事項を記入のうえ、社会福祉協議会まで持参してください。(郵送不可)

### ◎問い合わせ先

社会福祉協議会 (☎42-1397) まで

## ～あここのホッと なる人～

No. 4

### Q. 活動を始めたきっかけは？

A. 女性だけの集いを開いて、今年で41年目を迎えます。10年程前に「男性も参加できるものも作れたらいいのに」という声が出て、「気軽におしゃべりができ、お茶を飲んだりする所があれば良いなあ」と考え、いきいきサロン「茶屋会」を開設しました。

また、社協主催のレクリエーションボランティア養成講座を受講し、そこでできた仲間と一緒に、レクリエーションボランティア「あいうえお」を立ち上げました。

### Q. 活動をしていて嬉しかったことは？

A. 世代や性別に関係なく、色々な人とふれあえることです。デイサービスに行っている人が、サロンに参加するために日程を調整して来てくれた時は、とても嬉しかったです。

### Q. これからの目標は？

A. サロンに参加してくれる人や会員はもちろん、自分自身も楽しみながら活動を続けていけたらと思います。



多田憲子さん(木津)



毎月のサロンの案内状。毎回必ず、脳トレの問題をつけています。

## 心配ごと相談所のご案内 (9月16日～10月14日まで)

【一般相談】 9月30日(水) 10月7日(水)  
10月14日(水)

【弁護士相談】 (要予約) 9月16日(水)

【カウンセラーによるこころの相談】 (要予約)  
9月30日(水) 10月7日(水)

※時間はいずれも午後1時～5時までです。

※相談は無料です。

※9月23日(水)は祝日のため、お休みです。

### ■ 編集後記 ■

フォトニュースで紹介した、西有年地区の三世代交流事業に取材で行かせて頂いたとき、木工教室で子ども達が思い思いに作品を作っている横で、私も竹の箸作りを少し体験させて頂きました。

小刀を使うなんていつぶりか…あまりの不器用さに、周りの方にイチから指導いただく始末…

それはさておき、その後の素麺流しやスイカ割りなど、「夏休みといえは？」というイメージにぴったり行事の中で、大人は子どもの感性の豊かさに、子どもは大人の経験や技術に触れる事ができた一日になったのではないのでしょうか。(團)

### 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

