

みんなが安心して暮らせるまちに!

CONTENTS

- ・特集 介護者のつどい・・・2
- ・ボランティアセンターより・・・3
- ・ご案内・活動報告・・・4、5
- ・善意銀行・福祉パズル・・・6

ふくし
ねつと
多可

発行日
平成21年4月1日
第27号

「ボランティア入門教室」



～自分ができること、自分がしてほしいことを見つけよう～

発行／社会福祉法人多可町社会福祉協議会

- | | | |
|--------------------|------------------------------|---------------------------|
| ◆ 本部・中支部地域福祉推進センター | 〒679-1133 多可郡多可町中区糀屋434番地11 | Tel. 32-3425 Fax. 32-4162 |
| ◆ 加美支部地域福祉推進センター | 〒679-1327 多可郡多可町加美区市原41番地 | Tel. 30-8151 Fax. 36-1099 |
| ◆ 八千代支部地域福祉推進センター | 〒677-0121 多可郡多可町八千代区中野間131番地 | Tel. 37-0360 Fax. 37-1547 |

特集

介護者のつどい

～介護者の情報交換、リフレッシュの場～

日頃、介護をされていてお困りのことはありませんか。

☆「介護者のつどい」ってなに??

現在、介護をされている方や以前介護をされていた方が月に1度集まって、介護に関する苦勞や悩み・体験談などを話し合ったり、また、ゲームや軽い運動・料理教室などを行ってリフレッシュする場が「介護者のつどい」です。

ほとんどは中区・加美区・八千代区がそれぞれ区ごとに開催していますが、年に数回、3区一緒に開催する時もあります。



☆「いつ」「どこで」「どんなこと」をしているの?

中 区	と き ところ	毎月第4木曜日 おもいで荘
加 美 区	と き ところ	毎月第3月曜日 かみ交流会館
八千代区	と き ところ	毎月第3月曜日 ささゆりふれあいセンター



内容例

- ・囲碁ボール大会
- ・施設見学
- ・リフレッシュ体操
- ・料理教室
- ・茶話会
- ・手 芸
- ・アロマセラピー
- ・アレンジフラワー
- ・クリスマス会
- ・新年会 など

※日程や場所は内容によって変わる場合があります。

☆参加費はいくら必要なの?

開催内容によって変わりますが、100円～800円程度です。

☆どれくらいの人に参加しているの?

各区によってさまざまですが、8名～20名くらいの方が参加されています。

☆あまり交通の便がよくないので、開催場所へ行きにくいんだけど・・・。

自宅から開催場所までの送迎を行っています。お気軽にご相談ください。



介護者のつどいは、かたくるしい会・むずかしい会ではありません。介護している仲間同士が集まって、一緒に学んだり、語り合ったりすることで、“日々の介護にゆとりができるよう”気軽に集える会です。

今までつどいに参加したことがない方も、以前は参加していたけど最近お休みされている方も、また、毎月参加して下さっている方も、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

介護者のつどいに関することはお気軽に社協各支部へお問い合わせください。

・中支部 32-3425 ・加美支部 30-8151 ・八千代支部 37-0360



ボランティア センターだより

☆ ボランティア募集のお知らせ ☆

多可町ボランティアセンターでは、**地域の力**となっていただけるボランティアを募集しています。みなさんの**経験**と**人と人のつながり**を生かしてみませんか？

ボランティアには、先月に紹介した分以外にも、さまざまな種類があります。自分に合ったボランティアと一緒に見つけましょう！

- 給食サービス調理
- 給食容器配送・回収
- 地域活動支援センター小規模作業所での交流
- 朗読
- 託児
- 要約筆記

3月号
紹介分



その
他にも...

- 手話
- 点訳
- 絵本の読み聞かせ
- 手芸
- おじゃみの指導
- 古切手収集
- 災害救済
- 見守り
- 給食容器洗浄
- 行事手伝い など



- ボランティアをして
みたい！
- ボランティアに
興味がある！

という方はお気軽にご連絡ください。



多可町社協

- 中支部ボランティアステーション
☎32-3425
- 加美支部ボランティアステーション
☎30-8151
- 八千代支部ボランティアステーション
☎37-0360

ボ ランティア連絡会総会・交流会のご案内

日 時 4月18日（土） 午前10時～

場 所 アスパルアリーナ

☆ 総会終了後、グラウンドゴルフ（雨天時：囲碁ボール）の交流会

朗 読ボランティアとリスナーの交流会

2月27日（金）、加美区寺内のかみ交流会館と加美特産品開発センターで、朗読ボランティアとリスナーの方が交流をしました。この交流会は、広報たかやふくしねっと多可等をテープに録音しているボランティアとそのテープを聴いている視覚障害者が、要望や普段疑問に思っていることを話し合い、朗読テープをより良く作るために開催しています。

今回はかみ特産品クラブのみつばグループを見学し、加美区の特産品について理解を深めました。とりめしの具は材料を切るのも炒めたり煮込んだりするの、全て手作業にこだわり調理されていました。また、午後はテープについて意見交換を行いました。テープに吹き込める時間よりも記事の量が多いため、ボランティアは記事を取捨選択しリスナーが必要と思われる記事を中心に吹き込んでいますが、毎回悩みながらテープを作っています。そのため、リスナーと直接意見を交換できる貴重な時間となりました。

初級手話講座開講

2月のふくしねっと多可でお知らせしていた初級手話講座の日程が決まりました。

今年度は講師に辻井秀樹さんをお招きしています。手話に興味がある人、手話を学んでみたい人、手話の出来る人でもう一度基本を学びたい人、何かしたい人、ぜひ申し込みしてください。

日時 4月28日(火)～7月7日(火) 毎週火曜日
全10回。ただし、5月5日(火)はお休みです。
PM7:30～9:00

場所 加美公民館 楓の間(多可町加美区豊部)

講師 辻井 秀樹 氏

参加費 無料

募集人数 20名

申込〆切 4月21日(火) ※定員になり次第締め切ります。

申込先 多可町社会福祉協議会

・中支部 32-3425

・加美支部 30-8151

・八千代支部 37-0360

辻井 秀樹氏プロフィール

- ・多可町加美区的場出身 ・小野市在住
- ・小野市聴覚障害者協会副会長
- ・小野市障害者福祉協会事務長
- ・北播磨聴覚障害者協会生活福祉対策部長
- ・2児の父親して日々奮闘中です。

趣味 好奇心旺盛なのでなんでもかじります。
・映画鑑賞 ・読書 ・PC ・バイク ・旅行 等
インドアからアウトドアなんでも挑戦します。

中町南小学校より車イス寄贈

3月9日(月) に中町南小学校から車イス1台を寄贈していただきました。

中町南小学校では、平成2年から児童の皆さんや地域の方がアルミ缶を集めて、社会福祉協議会に毎年車イスを寄贈していただいております。今回で25台目となりました。貸出や福祉学習等に使用させていただきます。ありがとうございました。



八千代北小学校よりペットボトルキャップ寄贈 ありがとうございました。

「世界の子供達にワクチンを届けよう!」と六年生の呼びかけから始まったペットボトルキャップ集め。六年生から全校へ、そして、保護者や地域へとこの運動の輪が広がり126,211個が集まりました。

これは約157人分の命が救える数にあたります。いったん多可町社会福祉協議会が3月10日に贈呈式で預かり、神奈川県のエコキャッププロジェクト係に発送させていただきます。



ボランティア災害共済説明会とボランティア入門教室

3月7日(土)、かみ交流会館でボランティア災害共済説明会とボランティア入門教室を行いました。社協には500名を超えるボランティアの方々が登録されており、ボランティア活動中の万が一の事故に備えるためボランティア災害共済に加入しています。今回の災害共済説明会では、来年度の災害共済の説明をし、メンバーの確認、災害共済への申込みなどをしていただきました。

また、引き続き行った入門教室には44名のボランティアが参加され、平成20年度の活動を、写真を見て振り返っていただきました。さらに、講師にはNPO法人白ゆり会の藤原隆宏氏をお招きし、カードを使ったボランティア活動の疑似体験や阪神・淡路大震災におけるボランティア活動のお話など、ボランティアの方々にさまざまな発見をしていただくとても良いきっかけになりました。ボランティアの方々には、今後も無理のない程度に末永く社協にご協力をお願いします。



家

族介護教室 映画「折り梅」上映会 大盛況に終了!

3月14日、(土)ベルディホールにて映画「折り梅」を上映しました。当日は、ほぼ満席と盛況でした。多数のご来場ありがとうございました。

映画の内容は、アルツハイマー型認知症を発病した同居の母と家族とのぶつかり合い、特に義母と妻との葛藤を軸にして「老い」を描き、義母の生い立ちや心の悲しみを知り理解を深める妻の姿が印象的で、「老い」の悲しみとともに豊かさを語る映画で、ホールの中からはすすり泣きの声もあり、感動と希望を与えてくれた映画でした。

絵

本の読み聞かせ講座

2月18日(水)と3月2日(月)に姫路市で活躍されている伊藤恵美氏をお招きし絵本の読み聞かせ講座を開催しました。普段、絵本の楽しさを伝える活動をされているボランティアを対象に募集をしたところ、延べ21名の参加者が集まりました。読み聞かせのポイントは以下の3つです。

- ① 音を明確に出す ② 早口に気をつける ③ 声を通るように

腹式呼吸を意識すると、聞きやすい声になるそうです。子どもたちがもっと聞きやすくなって、本の好きな子どもが増えるといいですね。



朗

読レベルアップ講座

1月23日(金)・2月20日(金)・3月13日(金)と3回にわたり、現在活動中の朗読ボランティアを対象に「朗読レベルアップ講座」を開催しました。滑舌(かつぜつ)・アクセント・イントネーション等の指導を受けた延べ37名の参加者は、講座終了後、「自己流になってしまっていたが、講座を受けて勉強になりました。」「意識しながら活動していきます。」と話していました。講師の松下由美先生は、「一人一人の意識の向上が全体の向上につながるので、今回の講座を活動に反映されれば嬉しいです。」と言われていました。朗読ボランティアの皆様、細く長く続けていただきますようお願いいたします。



なかよし広場移転

5月から中区おもいで荘で開催します。
詳しくは次号にてお知らせします。

介護ワンポイントアドバイス

家の中、外での転倒を防止する10か条

転ばない足腰づくりと同じように、大切なのが転ばない生活環境づくりです。

家の中や外出先には意外な危険ポイントがあります。少し注意をはらうことで転倒が防げるケースも少なくありません。

家の中で工夫したいこと

1. 部屋、廊下などの通り道には物を置かない。
・コンセント類は束ねる。カーペットは四隅を固定し、毛足の短いものを敷く。
2. お風呂場はマットなどを活用して滑り止め対策を徹底。

- ・バランスを崩しやすい浴室には手すりや滑り止めマットを取り付けて安心感アップ。
- 3. トイレのポイントはめまい防止。できれば洋式に。
・急な立ち上がりはめまいのもと。手すりをつけて立ち上がりを補助。
- 4. 子ども・ペットが転倒の原因になることも。
・子どもやペットが飛びついてきて思わず転倒してしまうケースがある。十分注意を。

外で気をつけたいこと

1. 服装は常に軽装で。
・動きやすい服装で。リュックなどを使い、手は自由にしておく。
2. 足のサイズに合った靴を選ぶ。
・かかとが安定し、靴底は滑りにくい工夫がされているものを選ぶ。
3. 時間の余裕をもって外出。
・バスや人ごみの中ではあわてず、急がず、ゆっくり行動。



善意銀行への預託

みなさまからのあたたかい善意、ありがとうございました。

平成21年2月16日～

平成21年3月15日預かり分

合計 **152,488円**

団体・個人名	内訳
奥中観音寺仏教婦人会(中区奥中)	一般預託
古来 悟(八千代区赤坂)	供養預託
岸本 周夫(八千代区中野間)	供養預託
開拓松葉園のみんな(中区)	一般預託
人類愛善会(中区)	一般預託
生命の貯蓄体操普及会西脇支部 金高(中区)	一般預託

団体・個人名	内訳
三・八会(中区)	一般預託
門脇 寿美(八千代区中野間)	供養預託
門脇 洋三(八千代区中野間)	供養預託

(受付順、敬称略)

社会福祉協議会では、みなさまからお寄せいただく善意銀行への預託金が、福祉活動をすすめる中で大きな財源となっております。

心配ごと相談のお知らせ

民生委員児童委員が相談に応じます。

・八千代区

午後1時30分
～3時30分まで

4月15日(水)

・藤田 智・藤田 正勝

ささゆり

ふれあいセンター

・中 区

午前9時～正午まで

4月2日(木)

・岸本 東洋明・宮崎 博行

5月7日(木)

・真鍋 勉・新田 昌美

アスパル

・加美区

午前9時～正午まで

4月14日(火)

・上郡 隆司・小林 照

加美地域局

4月の予定

- 2日(木) 給食サービス
- 9日(木) 給食サービス
- 14日(火) 買い物ツアー(八千代)
- 16日(木) 給食サービス
- 18日(土) ボランティア連絡会総会
- 20日(月) 介護者のつどい(加美、八千代)
- 21日(火) 買い物ツアー(中)
- 22日(水) 買い物ツアー(中)
- 23日(木) 給食サービス
- 24日(金) 介護者のつどい(中)
- 28日(火) 買い物ツアー(加美)
- 初級手話講座(かみ交流会館)
- 30日(木) 給食サービス

福祉パズル

①～⑦の問題に答えると横一列の太枠の中にある言葉になります。

その言葉を見つけてください!

答えのわかった方は ①パズルの答え ②郵便番号と住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥「ふくしねっと多可」についての感想、社協への要望などをご記入の上、【はがき】または【メール】で下記までお送りください。たくさんのご応募お待ちしております。

宛先

はがき
Eメール

〒679-1133 多可町中区靴屋434-11

多可町社会福祉協議会

fukuspuzzle@taka-syakyo.or.jp
(題名に福祉パズルと入れてください)

タテの
カギ

- ① 「きつねうどん」の略。
- ② 草木を植えて国土を緑にすること。
- ③ 使い始めたばかりの新品。
- ④ モーターをつけた小型自動二輪車。
- ⑤ 会に入ること。
- ⑥ 油、石油。英語で?
- ⑦ うわさ話、またその記事。〇〇〇〇記事。

第25号
答えと
当選者

答え : いどうしえん
当選者 : 藤井 隆(中区)
: 吉田 錦之助(加美区)
: 伊藤 賢二(八千代区)
(順不同、敬称略)

締め切りは21年4月15日(消印有効)。

抽選で3名の方に賞品を進呈します。

※ハガキやメールに記載された情報は、福祉パズルでの賞品発送のみに使用し、他の目的では使用しません。当選者は氏名と市町名を紙面に掲載します。また、いただいた感想・要望は紙面で紹介する場合があります。