

 みんなが安心して暮らせるまちに!

## CONTENTS

- ・特集 介護者教室・交流事業・・・2
- ・ご案内・・・・・・・・・・・・・・3
- ・ボランティアセンターより・・・4
- ・活動報告・・・・・・・・・・・・・・5
- ・善意銀行・福祉パズル・・・・・・6

ふ く し  
ね っ と  
多 可

発行日  
平成21年3月1日  
第26号



「オニは外、福は内!

今年1年、これで元気に過ごせるよ!」



就学前の乳幼児(在宅)の親子と高校生の豆まき交流会

「あわてんぼうのオニさん登場!」

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 多可郡多可町中区花屋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

# 介護者交流事業・家族介護教室

～日帰り旅行、1泊旅行でリフレッシュ。介護教室でより介護しやすく。～

### ☆『介護者交流事業』ってなに？

高齢者を介護している家族に対して、介護者相互の交流をはかったり、また介護者の心身のリフレッシュのために1泊旅行や日帰り旅行を企画し、支援を行っています。

### ☆誰が参加できるの？

高齢者を介護されている方が参加できます。

### ☆いつ実施しているの？

年に2回実施しています。1回は日帰り旅行、あと1回は1泊旅行です。  
社協広報紙「ふくしねっと多可」でお知らせさせていただきます。

### ☆参加費はいくらいるの？

必要に応じて徴収いたします。



### ☆『家族介護教室』ってなに？

高齢者を介護している家族やこれから介護することになると思われる家族などに対して、介護方法や介護者の健康づくり、予防やリハビリ等についての知識・技術を習得するための教室を開催するものです。

3月14日には、介護を題材にした心温まる映画「折り梅」の鑑賞会を開催しますので、ぜひご参加下さい。

### ☆誰が参加できるの？

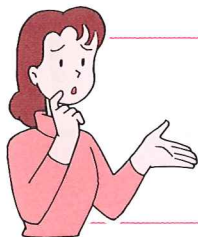
高齢者を介護している家族や近隣の援助者、また介護に関心のある方などが参加できます。

### ☆いつ、どこで実施しているの？

家族介護教室は、年に2回実施しています。  
社協広報紙「ふくしねっと多可」でお知らせさせていただきます。

### ☆参加費はいくらいるの？

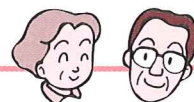
無料です（必要に応じて実費徴収いたします）。



“普段は介護があってなかなか遠くへ出掛けるきっかけがない”  
“介護のコツなどを教えてもらうところはないかな”  
“家の人もだんだん高齢になってきて、介護に不安がある”



介護に関する疑問のある方や参加しようかなと思われた方はお気軽に社協へお問い合わせ下さい。



# 聞

## こえないってなに？

### 「読話」について学ぼう！

(平成20年度 多可町における難聴者等のつどい)

補聴器の活用だけでは話が聞き取れない、と難聴者はみんな同じ悩みを抱えています。

聞き取りの有効な手助けとなる、話者の口の形から話を読み取る方法＝読話を学んでみませんか？また、簡単な聴力測定や個別相談にも応じます。お申し込みの際に内容などをお知らせください。

難聴の方、またそのご家族、お知り合いの方、気軽にご参加ください。

**と き** 3月15日(日)  
午後1時30分～午後3時30分

**と ころ** 稲荷コミュニティセンター  
第1会議室

**内 容** 「聞こえ」や補聴器、難聴者のコミュニケーションについて難聴のコミュニケーション方法の1つ、「読話」を使って交流。

**締 切 日** 3月10日(火)

**講 師** 兵庫県立聴覚障害者情報センター  
職員(言語聴覚士)

**申込方法** FAXもしくは窓口にて、1.氏名、2.年齢、3.性別、4.住所、5.電話・FAXまたは、メールアドレス、6.送迎が必要かどうか、7.聴力測定の申込や、個別相談の内容をお知らせください。

☆要約筆記(話の内容を文字にして映し出す)がつきま  
すので、聞き取りに心配のある方もご安心下さい。

申込、問い合わせ先

多可町社会福祉協議会

多可町中区菰屋434-11

Tel 0795-32-3425 Fax 0795-32-4162

E-mail taka-wel@taka-syakyo.or.jp

# 多

## 可高校福祉ボランティア類型の皆さんの絵手紙

2月12日(木)の給食サービスの弁当のチラシに、多可高校福祉ボランティア類型の皆さんが、杉原紙を使った絵手紙を描いてくれました。

節分にちなんだ絵とあたたかいひとことが添えられていました。

弁当を受け取られた方は、「こんなかわいい絵を描いてくれて嬉しいですね。大切に残しておきます。」と言われていました。



# 子

## 育て支援ボランティア養成講座

乳幼児の親を対象にした行事等の開催時に、一時的に乳幼児を預かる託児ボランティアがあります。

子どもの好きな方、託児ボランティアに興味のある方、是非お越し下さい

**と き** 3月11日(火)  
午前10時～11時30分

**と ころ** 稲荷コミュニティセンター

**内 容** 子育て支援の現状レクリエーション等

# ボ

## ランティア入門教室

ボランティア活動をしてみようと思われている方やボランティア活動に興味のある方は是非お越し下さい。

あなたの「笑顔」を地域のために役立ててみませんか。

**と き** 3月7日(土)  
午後2時～3時30分

**と ころ** 交流会館(加美区)

**内 容** ボランティアの心構え等

### 稲荷コミセン

・本部・中支部  
・ボランティアセンター

32-3425

### かみ総合福祉センター

・加美支部 ・介護相談センター  
・デイサービスやすらぎ

30-8151

### ささゆりふれあいセンター

・八千代支部

37-0360

### グループホームやすらぎの郷

ヘルパーステーション 30-8153  
おもいで荘 30-7110  
おもいで荘 32-0069  
春蘭荘 36-1381

# ボランティア センターだより

## ボ ランティアセンターより

こんにちは。

2月号では多可町ボランティアセンターのことを紹介しましたが、今月は多可町内のボランティア活動の内容を紹介します。

### 給食サービスボランティア

30以上のグループが交代で活動しています。週に1回、給食サービスを利用されている高齢者の方の夕食のお弁当を調理しています。

### 配送・容器回収ボランティア

給食サービスボランティアが作ったお弁当を利用者宅や近くの民生委員宅まで届けています。また、再利用可能な容器を使っている方に対しては、お宅まで伺い容器を回収しています。

### 地域活動支援センター 小規模作業所でのボランティア活動※

月に1回～2回、それぞれの区にある施設に行き、昼食を作っています。

園生さんと一緒に買い物や料理を体験していただいています。また、一緒に食事をしたりゲームをしたりすることで、障害についての理解を深めています。

### 朗読ボランティア

ふくしねっと多可や広報多可、議会だより等の広報誌を朗読してテープに録音しています。録音したテープは視覚障害のある方のお宅へ郵送で送っています。広報誌を読むことのできない視覚障害のある方にとっては、とても貴重な情報源となっています。

### 託児ボランティア

乳幼児の親を対象とした講座や勉強会、保育所等の行事が開催されるときに、乳幼児を会場の近く（隣の部屋等）であずかり、乳幼児の親が安心して勉強会や保育所や幼稚園の行事に参加できるよう支援する活動を行っています。

### 要約筆記ボランティア

会議の話を聞いてその場で要約し紙に書く等の方法で、聴覚障害のある方でも会議に参加できるよう支援する活動をしています。

聴覚障害のある方の参加するイベントや会議等様々な場所で活動しています。

多可町内には、本当に様々なボランティアさんが活躍されています。今月だけでは紹介しきれないので、また来月も紹介しますね。

#### ※地域活動支援センター（小規模作業所）とは

障害者が、地域の中で自立した日常生活や社会生活を送ることが出来るように、働く場や地域社会との交流促進を行う場です。障害者、親、職員をはじめとする関係者の共同の事業として地域の中で生まれ、運営されています。特に、NPO法人格を取得した作業所を地域活動支援センターと言います。

参考資料 社会福祉用語辞典、障害者自立支援法に基づく地域活動支援センターの設備および運営移管する基準



# サロンスタッフ研修会

1月20日（火）、中央公民館においてサロンスタッフ研修会を開催しました。サロンスタッフ、民生委員児童委員、地域福祉推進委員など56名の参加がありました。

研修会では、講師のNPO法人白ゆり会藤原隆宏さんからお話しいただいた後、参加者は5つのグループに分かれ、自分たちのサロンで行っていることや工夫されていること、サロンを運営するうえで困っていることなどを話し合いました。

また、サロンの対象者は依然として高齢者になりがちですが、今後は各区にある子育て学習センターとサロンが一緒になって進めていけたら・・・という意見も出ました。

今回の研修会では、困っていることや悩んでいることについての具体的な解決策は話し合えませんでした。地域のみなさんにサロンを細く長く続けていただくために、また開設されていない集落でもサロンが立ち上がるように社協も支援していきます。サロンに関するご相談はお気軽に社協へお問い合わせください。

## 問題点

- ・内容がマンネリ化してきて、毎年同じ内容になっている。
- ・スタッフも勤めがあるので、なかなかサロンが開けない。
- ・助成金をもう少しほしい。
- ・サロンに本当に出てきてほしい人が参加してくれない。 など

## 工夫点

- ・季節の食材をみんなで持ち寄って経費節減！
- ・地域で活動されているボランティアなどと一緒にサロンを開催！
- ・サイレンの鳴る日（毎月1日）をサロンの日と決めて集まる！ など



# 豆まき交流会

節分には、豆をまいてオニ（邪気）を払い、福を呼んで年の数の豆を食べます。そうすることにより、一年を健康に過ごせると言われています。

この伝統行事を就学前の乳幼児の親子（38名）と多可高校生（14名）が1月31日（土）中央公民館で行いました。高校生は、絵本の読み聞かせをしたり豆まきのオニになったり。突然のオニの登場に、子どもたちはびっくりしていましたが、元気にオニを追いかけて豆をぶつけていました。

豆まきの後、グループに分かれて、なが〜い巻き寿司作りに挑戦し、1cmでも長く巻こうとみんな協力していました。その後、みんなでなが〜い巻き寿司を食べました。巻き寿司の下ごしらえ・託児にご協力いただいたボランティアさん（3名）ありがとうございました。



みごと1位になったグループは4m52cmでした。

# 介護ワンポイントアドバイス



## ☆気をつけて！家庭内の転倒事故

年をとると、若い頃よりも足腰の筋肉が衰えるだけでなく、バランス感覚や反射神経が鈍くなります。また、視力や聴力も低下し、自分の足元をしっかりと把握できなくなっています。そのため、若い頃は何でもなかったような、家の中の階段で足を踏み外したり、敷居につまづいたり、床に置いた雑誌や新聞で滑って転ぶなど、家庭内での転倒事故が多く発生しています。

また、夜中にトイレに起き、暖かい寝室から移動する間に体が冷え、血管が収縮して脳卒中や心臓発作を起こし、転倒する事故もあります。家庭内の部屋の温度差にも気をつけましょう。

年をとると、骨粗しょう症で骨がもろくなることも多く、骨折しやすくなっています。太ももの付け根（大腿骨頸部）を骨折したことが原因で寝たきりになってしまうケースもあります。

## 予 防 法

- ・階段、段差のある所、滑りやすい所などをチェックし、手すりや滑り止めテープをつける。
- ・廊下などは明るくし、足元を照らす。
- ・カーペットのめくれにつまづかないように、縁を固定する。
- ・家電品のコードは、床や壁面に接着する。
- ・床に、雑誌、新聞など物を置かない。部屋の整理整頓も必要。

高齢者の場合、骨折しても痛みをそれほど感じなかったり、頭部を打って数週間後に症状が出るケースもあります。転倒したら医師の診察を受けることも大事です。（かいこの学校より）



# 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1月1日～平成21年2月15日預かり分 合計 456,801円

◎1月1日～31日受付分

| 団体・個人名                | 内訳   |
|-----------------------|------|
| 生命の貯蓄体操普及会西脇支部 金高(中区) | 一般預託 |
| 伊藤 博和(八千代区中野間)        | 供養預託 |
| 繁縄 玉保(八千代区坂本)         | 供養預託 |
| 人類愛善会(中区)             | 一般預託 |
| 開拓松葉園のみんな(中区)         | 一般預託 |
| 極楽寺金剛講(加美区)           | 一般預託 |
| 安海寺寒行托鉢浄財(八千代区中村)     | 一般預託 |

(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。

◎2月1日～15日受付分

| 団体・個人名               | 内訳   |
|----------------------|------|
| 人類愛善会(中区)            | 一般預託 |
| 開拓松葉園のみんな(中区)        | 一般預託 |
| 松本 勝子(中区安坂)          | 一般預託 |
| 福井 敬朗(中区安坂)          | 一般預託 |
| 高見 栄子(八千代区中野間)       | 供養預託 |
| 今中 敏幸(加美区)           | 供養預託 |
| 橋詰 雅博(加美区鳥羽)         | 供養預託 |
| 命の貯蓄体操普及会西脇支部 笹倉(中区) | 一般預託 |
| 安藤 政義(加美区西脇)         | 供養預託 |

(受付順、敬称略)

## 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  
ささゆり ふれあいセンター

3月18日(水)

・岸本 忠信 ・宇高 成一

・中区 午前9時～正午 アスパル

3月5日(木)

・芦田 守 ・小西 京子

・加美区 午前9時～正午 加美公民館

3月10日(火)

・廣畑 雅司 ・柴田 幸男

## 3月の予定

- 5日(木) 給食サービス
- 10日(火) 買い物ツアー(八千代)
- 12日(木) 給食サービス
- 14日(土) 介護講演会映画「折り梅」鑑賞会(ベルディーホール)
- 15日(日) 読話教室(稲荷コミセン)
- 17日(火) 買い物ツアー(中)
- 18日(水) 買い物ツアー(中)
- 19日(木) 給食サービス
- 24日(火) 買い物ツアー(加美) 介護者日帰り旅行(大阪)
- 26日(木) 給食サービス

## 福祉パズル

①～⑥の問題に答えると横一列の太枠の中が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 はがき 〒679-1133 多可町中区靴屋434-11  
多可町社会福祉協議会  
先 Eメール 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 年下の女きょうだい。
- ② 鉱山などの坑内の通路。
- ③ ちりやごみなどを掃く用具。
- ④ 今年の干支。
- ⑤ 和服をかけてつるす短い棒、〇〇〇かけ。
- ⑥ 彫刻「考える人」の作者。

締め切りは21年3月16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。

第25号  
答えと  
当選者

答 え : デイサービス  
当 選 者 : 金 高 八千代(中区)  
一 色 美 和(中区)  
久 保 美耶子(加美区)  
(順不同、敬称略)