

すべての市民で支えあふ福祉のまちづくり

～つなぐ・つながる・つなぎあふ～

あったかハート

No.349

平成30年1月1日発行



わたしの町の

いきいきサロンを紹介します

詳しくは、4ページをご覧ください!!

▼佐谷町いきいきサロン



▼下宮木村町ふれあいいきいきサロン



▼都染町いきいきサロン



▼芝いきいきぶら〜りカフェ



発行：社会福祉法人 加西市社会福祉協議会

〒675-2303 加西市北条町古坂1072番地の14
(加西市健康福祉会館内)

☎ 0790-42-8888 FAX 0790-42-6655

URL: <http://www.kasai-syakyo.com/>

あったかハートは、
共同募金配分金の一部で
発行しています。



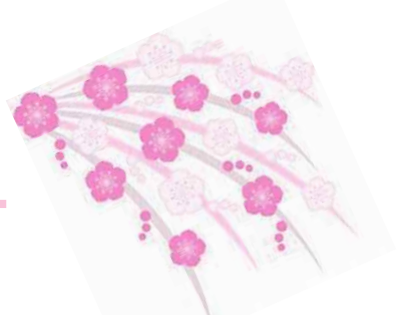
もくじ

- P2 新年のごあいさつ・歳末たすけあい運動
- P3 地域包括支援センター
- P4～5 いきいきサロン・生活支援サポートセンター
- P6～7 加西市ボランティア・市民活動センター情報
- P8 善防園・善意銀行だより・相談日のご案内



加西市社会福祉協議会
理事長 衣笠 勝弘

新年のごあいさつ



新年明けましておめでとうございます。
皆さまお揃いで希望に満ちた新しい年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。
平素は、社会福祉協議会の活動に対し、温かいご理解とご支援・ご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

当協議会は、地域福祉の推進を理念とし、「すべての市民で支え合う福祉のまちづくり」を福祉目標に、住民主体の活動を福祉関係者(機関・団体・専門等)と協働しながら、包括的な支援体制づくりを進めています。

高齢社会が進む中で、地域における福祉課題は極めて複雑かつ、多様化してきており、地域による支援、住民主体による課題解決に向けた取り組みが不可欠です。

各地域において、共同募金配分金を活用した「はつらつ委員会」「いきいき委員会」「サロン」等の交流事業を通し、人と人の絆が深まり、生活課題解決に向けた助け合い(相互支援)の輪が広がり、「すべての市民がこの町に住んで良かった」と思える地域づくりに期待しています。

本年も、社協活動に一層の深いご理解とご支援・ご協力をお願い申し上げますと共に、皆様方のますますのご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。



歳末たすけあい運動



～つながり ささえあう みんなの地域づくり～

「歳末たすけあい募金」に、自治会を通じての戸別募金・事業所や学校・各種団体等市民の皆さまにご協力をいただきありがとうございました。

集まった募金は、新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう、住民の参加やご理解を得て、様々な福祉活動に助成しています。皆さまのご協力に心よりお礼申し上げます。

加西市曹洞宗寺院 歳末たすけあい義捐托鉢

12月1日、加西市内の曹洞宗寺院約20カ寺(代表 常泉寺住職 森良彦氏)の僧侶による托鉢が行われました。この托鉢行は40年近く前から行われており、長年に渡る托鉢活動に感謝申し上げます。

当日一行は、寒さ厳しい中般若心経を唱えながら市街地を巡り、市民の皆さまから寄せられた浄財93,515円を歳末たすけあい募金に寄付していただきました。ご協力いただきました皆さま、ありがとうございました。

募金中間報告 (平成29年12月13日現在)

募金別	件数(件)	募金額(円)
戸別	12,590	1,888,500
老人クラブ	46	244,650
職域募金	40	49,138
事業所	2	48,000
学校	2	4,340
幼稚園・保育所	2	3,100
団体・その他	2	103,515
合計	12,684	2,341,243

参考：昨年度実績額 2,587,496円 (12,804件)



～みんなが安心して暮らせるように 地域全体で一人ひとりの権利をまもっていきましょう～

加西市地域包括支援センターでは、高齢者が安心して地域で暮らしていけるよう、高齢者虐待の早期発見、防止に取り組んでいます。

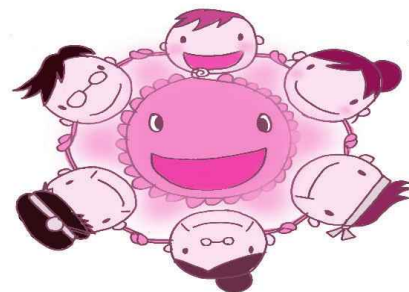
兵庫県では、家族・親族・同居人等から虐待を受けたと判断された事例が1,478件（H27年度）あり、加西市でも26件（H28年度）の事例がありました。

少子高齢が進み、介護を社会全体で支える現代において、虐待は誰もが直面する課題のひとつです。みんなが自分自身の問題としてとらえ、虐待を予防し地域全体で支え合っていくことが必要です。

虐待は「虐待者が悪者だから」起こるものではありません！

【虐待の発生要因】

- 第1位 虐待者の介護疲れ・介護ストレス（25.0%）
- 第2位 虐待者の障害・疾病（23.1%）
- 第3位 被虐待者の認知症の症状（16.1%）
- 第4位 経済的に困窮している（14.4%）
- 第5位 被虐待者と虐待者との関係の悪化（12.6%）



ご近所にこんな高齢者はいませんか？ ～虐待チェックリスト☑～

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 家から怒鳴り声や泣き声が聞こえたり、大きな物音がする | <input type="checkbox"/> 暴力を受けている、怒鳴られる、年金を取られるなどと訴えている |
| <input type="checkbox"/> あざや傷があるのに理由を聞いてもはっきりしない | <input type="checkbox"/> 介護が必要なのに、サービスを利用している様子がない |
| <input type="checkbox"/> 家族が介護でとても疲れていたり、高齢者の悪口を言っている | <input type="checkbox"/> 高齢者の服が汚れていたり、お風呂に入っている様子がない |
| <input type="checkbox"/> 介護や病気について相談する人がいないようだ | <input type="checkbox"/> 家の周囲にゴミが放置されたり、異臭がする |
| <input type="checkbox"/> 一人暮らしや高齢者夫婦世帯で、最近、姿を見かけなくなった | <input type="checkbox"/> 暑い日や寒い日、雨の日なのに高齢者が長時間外にいる |
| <input type="checkbox"/> 高齢者を訪ねると家族に嫌がられたり、最近、姿を見かけなくなった | <input type="checkbox"/> 高齢者が道路に座り込んだり、徘徊していることがある |

チェックがついたり、気になることがあったら、下記の相談窓口までご連絡ください。

相談窓口

加西市地域包括支援センター（健康福祉会館内）
加西市役所 長寿介護課

☎ 42 - 7522

☎ 42 - 8728

虐待に気づいた人には通報義務があります ～虐待がエスカレートしないように～

地域のいきいきサロンって どんなところ



身近にあって気軽に歩いて行ける場所！それがサロン♪
現在加西市内で、95町1地区（平成29年11月末現在、社協把握数）で、
孤立や不安を解消し、「仲間づくり」や「出会いの場づくり」を提供する
ことを目的に「ふれあいいいきいきサロン」が開催されています。
加西市社会福祉協議会では、あなたのまちでの居場所づくりや「ふれあ
いいいきいきサロン」活動を応援しています。

いきいきサロンの効果♪

- ①つながりづくりと社会参加
- ②心と体の健康維持が図れる
- ③適度な刺激と、生活にメリハリができる
- ④情報発信・情報共有ができる

その他、人によって様々な効果が出ています。

『佐谷町いきいきサロン』の様子♪

12月10日に「ちぎり絵で干支の色紙づくり」が行われました。

21名の参加者は、楽しいおしゃべりと笑いに包まれるひとときを過ごされていました。ちぎり絵は「簡単に、指先を動かして脳の活性化にもなる」と、参加者の方にも大好評でした。

『芝いきいきぶら〜りカフェ』

～参加者の声～

- ・サロンは気持ちが前向きになり元気になるところです。
- ・楽しみで、生活の張りになっています。
- ・絵画作品を皆さんに見てもらい賞賛されると、とても嬉しくなります。
- ・サロンに参加してから病院に行くことも少なくなり、とても元気になりました。

加西市社会福祉協議会は どんな支援をしてくれるの？

「サロンを立ち上げたいが、どうしたらいいんだろう？」「サロンを運営する上での悩みがある。」「余興のボランティアってどんな団体があるのかな？」など、サロンに関する相談がありましたら、お気軽にご連絡ください。



◆活動助成

（事業計画・予算書を申請いただくと加西市共同募金審査委員会で認められたサロンに、各町1回2,000円、最大10回20,000円までの助成が受けられます。）

- ◆レクリエーションの貸出
- ◆余興ボランティアの紹介
- ◆サロンに関する相談 など



『都染町・下宮木村町いきいきサロン』

～担当された方の声～

- ・自分たちも楽しんでできています。
- ・お金がかからずにできるゲームや工作を工夫しています。
- ・参加者が協力的で、準備や片づけを手伝ってくれて助かっています。
- ・サロンに来られてない人にもサロンだよりを渡してお知らせしています。

【問合せ先】 地域福祉課

☎ 43-1281





生活支援サポートセンター通信



第2回 生活支援サポーター養成講座修了



9月から10月にかけて全5日の日程で、第2回生活支援サポーター養成講座を開催し、16名の方が受講されました。

養成講座では、整理収納アドバイザーによる掃除のコツの伝授や、生活に役立つ情報が満載で、受講生からは「家でも実践したい!」という声がありました。

講座の最終日には、修了証授与を行い、修了証を手にした受講生からは笑顔があふれ、活動への意欲がうかがえました。



会員さんの声は…?



◆援助する側にとっては?

(生活支援サポーターの活動の感想)

- ・話し相手として自分も楽しくおしゃべりしています (70代女性)
- ・自分の生活に張りが出て充実している (60代男性)
- ・ありがとう、の言葉が嬉しくて活動を続けています (60代女性)

◆地域の高齢者にとっては?

(依頼会員の利用の感想)

- ・腰が痛くお風呂の掃除が大変で困っていたのですが、綺麗にさせていただいて助かっています (70代女性)
- ・掃除も丁寧にしていただけるし、毎週来てもらってお話するのを楽しみに待っています (90代女性)
- ・自分で重いごみ袋を持ってゴミステーションへ行くのが難しくなり、助けてもらっています (70代女性)

あなたも会員になりませんか?

会員募集中♪

【問合せ先】生活支援サポートセンター ☎43-1281

管理栄養士の

♪冬におすすめレシピ♪

疲れにくい体を作る! 風邪をひきにくい! 集中力をアップする!!

体や脳を動かすエネルギー源のぶどう糖は、食べ物の糖質を分解して作られます。

そのときに欠かせないのが、疲労回復ビタミン・頭脳ビタミンともいわれているビタミンB群。

豚肉、青魚、うなぎに多く含まれています。さらに緑黄色野菜を中心とした野菜を加えると、免疫力を高めるビタミンA、C、Eがとれ、風邪をひきにくくなります。

ぶりのカレーソテーのせご飯

《材 料 (4人分)》

ぶりの切り身	4切れ
温かいご飯茶碗	4杯
ミックスベジタブル (冷凍)	120g
塩、こしょう各適量、小麦粉、カレー粉	小さじ1
サラダ油、バター	各大さじ1
ケチャップ	大さじ4



- ①ぶりは厚さ7mmのそぎ切りにし、塩、こしょうを少々ふる。小麦粉、カレー粉を混ぜ合わせ、ぶりにまぶす。
- ②フライパンにサラダ油を強火で熱し、ぶりをこんがりと焼いて取り出す。フライパンを拭きバターを入れ、ミックスベジタブルを凍ったまま入れて炒め、塩、こしょうを少々ふる。
- ③ボウルにご飯を入れ、炒めたミックスベジタブルを混ぜ、皿に盛る。その上にぶりをのせてケチャップをかける。

フライパン
ひとつで
簡単クッキング!!

≡ No.131 ≡



加西市ボランティア

市民活動センター

ボランティアと作るボランティアの為の情報誌!

KVC²情報

Kasai Volunteer Center for Civilactivities
加西市 ボランティア 市民活動センター

〒675-2303 加西市北条町古坂1072番地の14 (市健康福祉会館内)

ハイミミより情報
☎43-8133 FAX42-6655

新企画
予告

福祉のこころを育む
映画鑑賞会
を開催します。

日時:平成30年3月25日(日)
場所:加西市地域交流センター

※詳細は3月号にてお知らせします。
この事業は、共同募金の配分金を
活用して実施します。



受賞おめでとうございます

(当センター登録者のみ。)



◆ 20年以上ボランティアの功績を称えられ受賞されました。

【厚生労働大臣表彰】 辻 美千代さん

◆ 11月8日、兵庫県公館において長年のボランティアの功績を称えられ受賞されました。

【ひょうご県民ボランティア活動賞】 菅野 トシさん

◆ 11月25日、三木市文化会館で開催の「北播磨ふるさとフェスタ」において長年のボランティアの功績を称えられ受賞されました。

【くすのき賞 (団体)】

- ・お話の会「ぶらんこ」
- ・加西手話サークル「どんぐり」

【こうのとり賞 (個人)】

- ・高橋 妙子さん
- ・豊田 倫子さん
- ・西村 美千代さん
- ・正井 祥子さん
- ・山本 陽子さん

ボランティアアドバイザー研修を実施しました!

11月17日、多可町社会福祉協議会にて、加西市のボランティアアドバイザー9名と、多可町のボランティアアドバイザー8名でそれぞれの市・町での活動について情報交換し、お互いの良いところや今後の活動に繋げる工夫点等を話し合う交流会を開催しました。



ボランティアアドバイザー ってな〜に?

「ボランティア活動をしたい」
「ボランティアを紹介してほしい」
等、お誘い役、後押し役がボランティアアドバイザーです。ボランティアアドバイザーが経験を活かして相談を受けています。
お気軽にご相談ください。

アドバイザーによる
ボランティア相談日
☆1月27日(土) 11:45~14:00
ボランティアのついでにて
☆1月4日(木)・2月1日(木)
3月1日(木) 13:30~15:30
健康福祉会館にて



秋のクリーンキャンペーン

11月12日、親子連れや学生、企業など179名のボランティアの参加があり、市役所を出発後、6コースにわかれ、道路周辺のゴミを拾いました。

皆さまのご協力ありがとうございました。





第19回 ボランティアのつどい

～みんなでつなく加西のきずな～

☆このつどいには手話通訳・要約筆記がつきます☆

兵庫県では、阪神・淡路大震災から20年以上が経過しました。また、風水害などのさまざまな災害により、各地でボランティアが活躍され、ボランティア活動は今日の社会にとって極めて重要な活動になっています。

そこで、市民全体にボランティア活動への関心を高め、輪を広げることを目的につどいを開催します。

日時 平成30年1月27日(土)
受付 午前9時00分～
開会 午前9時30分～

場所 加西市健康福祉会館
(加西市北条町古坂1072番地の14)

※駐車場が混み合う恐れがありますので、乗り合わせてご参加ください。

【内容】

開会(9:30～)

○オープニングセレモニー
北条高等学校吹奏楽部

○式典・表彰
加西市社会福祉協議会理事長表彰・感謝

○体験発表(10:15～10:35)
テーマ「ボランティアを体験して」
下里小学校・北条中学校・播磨農業高等学校・
ボランティア活動者

○わくわくスタンプラリー(11:45～14:00)
朗読・点字・手話・アイマスク・健康体操
車いす・応急手当、何でも相談室、手作りグッズ
★体験3つでぜんざい又はポップコーンをプレゼント。
さらに運動ポイントもプレゼント!!

○昼食(11:45～14:00)
カレー・焼そば・たこ焼き 各 200円
フランクフルト・ポップコーン・ぜんざい 各 100円
綿菓子 50円

○講演(10:40～11:40)
演題：転倒予防3つの習慣
～災害時のエアリハ活用術～

講師：お笑い理学療法士
日向亭 葵氏
(ひなたてい あおい)

落語とりハビリを合わせた
楽しい体操!
TVや雑誌・新聞にも数多く出演!!



ぜひ一緒に
わろこんが～!

【催し物】

○バザー出店(11:45～14:00)
すみれの会・さくらの家・希望の郷・たんぼぼの会・ト
ゥルーカラース加西・更生保護女性会・善防園・庵の上

○その他(11:45～14:00)
・はしご車、まめQ、なりきり子ども消防隊員!
・防災グッズ等の展示
・福祉車両展示(車いす車両・訪問入浴車)
・盲導犬啓発コーナー・ゲームコーナー
・着ぐるみのキャラクター登場!

ボランティアのつどい開催におけるボランティア大募集!!

🍀 炊き出しボランティア 🍀

日時：1月26日(金)
13時30分～16時
1月27日(土)
9時～14時

場所：健康福祉会館内

内容：炊き出しの準備及び調理

年齢：中学生以上



★ つどい盛り上げ隊 ★

日時：1月27日(土)
8時30分～15時

場所：健康福祉会館内

内容：会場の設営・撤収・販売など

募集人数：15名

年齢：中学生以上

🍷 炊き出しの材料の提供に ご協力をお願いします 🍷

・にんじん (8kg)
・たまねぎ (30kg)
・じゃがいも(23kg)

【申込・問合せ】
加西市ボランティア・市民活動センター
☎43-8133

善防園だより

みんなで楽しむ「ガーデンパーティ」2017

11月3日、毎年恒例の地域交流事業を開催し、地域や関係者の皆さま303名に参加いただきました。当日は晴天に恵まれ、当園利用者による播州よさこい踊りで開幕し、楽しいダンスや歌、お楽しみ抽選会など行いました。カレー、フランクフルト、フライドポテトなどを用意し、来園の皆さまとともに楽しいひと時を過ごしました。

参加者からは「誰でも気軽に参加できる楽しいイベントですね。利用者さんの生き生きとした姿が微笑ましかったです。是非、来年も来たいな。」との声をいただきました。

なお、参加協力金は61,461円でした。ご協力ありがとうございました。



愛のエコキャップ運動

今回紹介させていただくのは、長年に渡って社会貢献活動に取り組まれている「小さなポケット」の皆さんです。

会員でエコキャップを持ち寄り、困っている方に役立ててほしいと始めたこの活動も、今では支援のあったかい輪が広がり、多くのエコキャップが集まっています。会員の皆さんは、被災されて困っている人が、少しでも早く元の生活に戻れるようにと願いを込めて収集活動を続けられています。

今回は約46kg(エコキャップ18,400個相当分)いただきました。小さなポケットの皆さんご協力ありがとうございました。



平成29年度 エコキャップ回収状況 4月から11月:回収件数51件 回収量825kg

加西市立善防園 (多機能型障がい福祉サービス事業所)
加西市西笠原町172-142 (加西特別支援学校隣) ☎48-3999

善意銀行だより

平成29年10月16日～平成29年12月15日の受付分 (順不同 敬称略)

氏名	金額
【一般預託】	
美心(2回)	4,000円
家庭倫理の会加西市	5,371円
特定非営利活動法人全日本実践空手道真武会館(2回)	1,096円
加西市立中学校ボランティア(北部公民館ふるさとの祭典)	10,310円
JA多加野支店	8,860円
高井	3,000円
北部公民館料理教室	4,900円
岡崎 りつ子	200,000円
神田 絹子	825円
【給料端数預託】	
柏原歯科医院一同(2回)	2,351円
株式会社邦栄堂社員一同(2回)	2,187円
加西市社会福祉協議会職員一同(2回)	11,270円
【物品預託】	
故 藤原重利 体操服(ジャージ等)93点・運動靴等44足	
匿名 紙おむつ等7点	

予約制 無料相談所のご案内

生活上の困りごと・悩みごと、弁護士による法律相談、ボランティアに関する相談所を開設しています。

★法律相談は予約制で10名まで。

内容	心配ごと相談	法律相談・心配ごと相談	ボランティア相談
時間	13:30~16:00	9:00~11:00	13:30~15:30
1月	11日(木)	25日(木)	4日(木)
2月	8日(木)	22日(木)	1日(木)
3月	8日(木)	22日(木)	1日(木)

問合・予約先 ☎43-0303 月~金曜日(祝日除く)の9時から17時まで

○秘密は厳守します。

【場所】加西市健康福祉会館

氏名	金額
【共同募金災害たすけあい義援金会計受付分】	
かさいよしだ時計店(熊本地震災害義援金へ)	4,358円
加西市社会福祉協議会職員一同(台風21号災害義援金へ)	21,011円

👉 温かい善意をありがとうございました 👉

福祉団体及び、ボランティア団体等への指定預託も可能です。