

基本理念：すべての市民で支えあう福祉のまちづくり  
～つなぐ・つながる・つなぎあう～

加西市社会福祉協議会広報誌

No.371

令和3年9月1日発行

# あったかハート

キッズボランティアアウイーク

～貯金箱づくり～

7ページに記事を掲載しています。

職員募集中！

詳しくは右記QRコードで  
ご確認ください



# 理事長就任挨拶

社会福祉法人 加西市社会福祉協議会  
理事長 下村 義明



市民の皆様には、平素から加西市社会福祉協議会の活動にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

このたび、令和3年6月22日に、加西市社会福祉協議会の理事長に就任いたしました。

微力ではございますが、加西市社会福祉協議会の円滑な運営と地域福祉の推進のため、尽力してまいり所存ですので、皆様のご指導ご鞭撻のほどよろしく願いいたします。

今日、新型コロナウイルス感染症拡大の影響や少子・高齢社会の進行で、地域社会を取り巻く環境は大きく変化し、高齢者の孤立や子育てに対する不安、経済的困窮など、地域における生活課題は複雑・多様化してきています。加西市社会福祉協議会は、そのような課題に対応しつつ、「すべての市民で支えあう福祉のまちづくり」を目指した活動に重点を置き、誰もが安心・安全で暮らせる地域づくりを進めていきます。

より一層のご理解とご協力、ご支援を賜りますようお願い申し上げ、就任の挨拶といたします。

## 加西市社会福祉協議会役員・評議員が新しく選任されました

理事・監事		
役職名	名前	選任区分
理事長	下村 義明	民生委員児童委員協議会
副理事長	西岡 義信	区長会
副理事長	谷勝 公代	女性団体
理事	高井 壽郎	ボランティア
理事	山下 光昭	老人クラブ
理事	熊谷 佳代	学識経験者
理事	山下 公明	学識経験者
理事	後藤 勇	学識経験者
理事	楠田 初美	学識経験者
理事	高見 定典	学識経験者
理事	増田 正幸	学識経験者
理事	石 芳博	学識経験者
理事	小田 美千子	学識経験者
理事	内藤 能民	学識経験者
理事	高井 勝仁	行政関係者
監事	吉田 稔	社会福祉事業関係
監事	佐藤 孝一	財務管理関係

(任期:令和5年度定時評議員会終結時まで)

評議員			
名前	選任区分	名前	選任区分
高橋 晴彦	区長会	橋本 たへ子	女性団体
森川 尚登	区長会	植田 正吾	教育委員会
後藤 政博	区長会	高見 登志男	老人クラブ
羽馬 修三	区長会	蓬萊 和裕	社会福祉施設
前田 太蔵	区長会	増田 優	障がい者福祉団体
井村 貞昭	区長会	岡本 教穂	更生保護団体
志方 敏泰	区長会	小田 幸代	ボランティア
金澤 和正	区長会	安積 啓	学識経験者
大氏 悦子	民生委員児童委員協議会	丸本 晃	学識経験者
藤原 小夜子	民生委員児童委員協議会	河崎 俊文	学識経験者
衣笠 孝	民生委員児童委員協議会	藤本 浩明	学識経験者
横山 和美	民生委員児童委員協議会		
西岡 成人	民生委員児童委員協議会		
松末 立身	民生委員児童委員協議会		
長谷川 正行	民生委員児童委員協議会		
能瀬 長人	民生委員児童委員協議会		
永吉 陵子	女性団体		

(任期:令和7年度定時評議員会終結時まで)



## コロナフレイルにご注意を！

年齢とともに筋力や活力が低下していくのを「フレイル」といいます。フレイルを自分で意識し、早い段階で改善策を実行することで、健康な状態に戻すことができます。

新型コロナウイルスの感染防止は大事ですが、家でじっとしていると、筋力は低下し、食欲もなくなり、人と話さないで滑舌も悪化し、ますますしゃべりにくくなります。こうして心身がどんどん衰えて、要介護状態への坂道を転げ落ちていくのが「コロナフレイル」です。進行スピードが早いので、早めの対策が肝心です。



## こんな変化はありませんか？ チェックしてみよう！

<input type="checkbox"/> 散歩や買い物などで外出することが減った	<input type="checkbox"/> 疲れやすくなった
<input type="checkbox"/> 歩くスピードが以前より遅くなった	<input type="checkbox"/> 体重が2kg以上減った
<input type="checkbox"/> ペットボトルのふたが開けにくくなった	<input type="checkbox"/> 食事中にむせやすくなった
<input type="checkbox"/> 最近、楽しいと感じることがほとんどない	<input type="checkbox"/> 1週間誰とも話をしていない

複数あてはまった人は要注意！感染症予防対策をするとともに、フレイル予防をしましょう！

## コロナフレイルを防ぐための3つのポイント

### 運動

日ごろからの運動が大切です。座ってできるストレッチなど、できることから始めてみましょう。

### 栄養

筋肉を作るタンパク質をはじめ、さまざまな栄養素をバランスよく摂り、筋肉を減らさないよう心がけましょう。

### 人とのつながり

安心して暮らすためには人とのつながりは大切です。外出しにくい今の時期は、電話やメールなどを利用するのもいいですね。



# 赤い羽根共同募金にご協力ください

## 10月1日から3月31日

共同募金運動は、戦後間もない1947（昭和22）年に「国民たすけあい運動」として始まりました。現在は「社会福祉法」に基づき、「**じぶんの町を良くするしくみ**」として、地域福祉の推進に役立てられています。

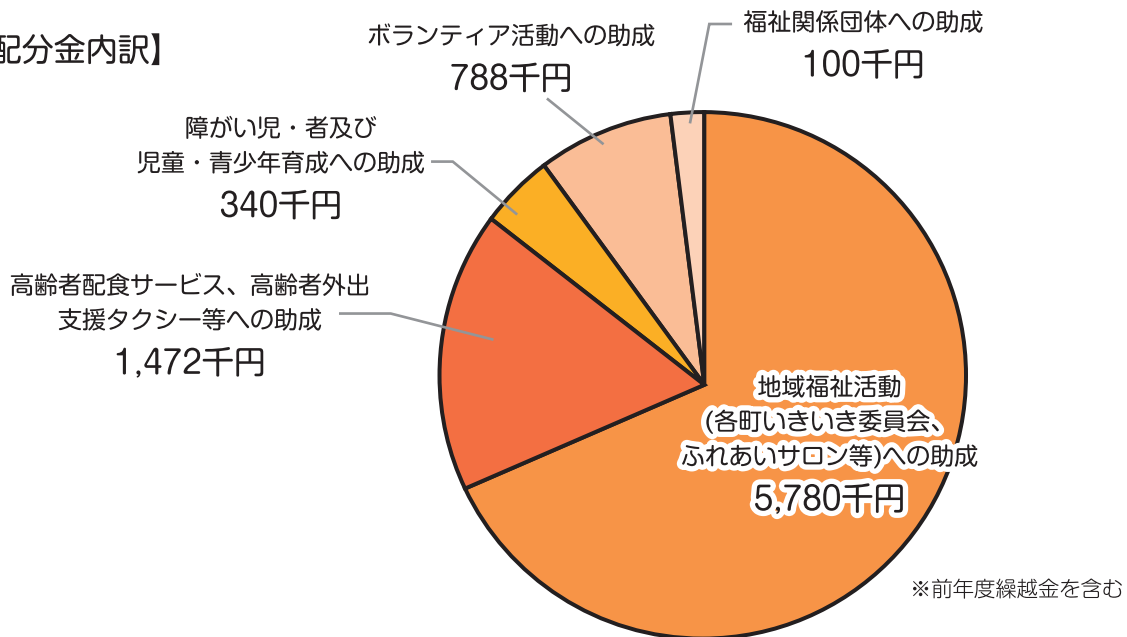
今年も共同募金運動にご理解とご協力をお願いします。



## 赤い羽根共同募金のつかいみち

昨年度、皆さまから寄せられた共同募金は、総額8,063,175円で、このうち県共同募金会から加西市共同募金委員会へ7,261,000円の配分があり、加西のまちを良くするために次のような活動に活かしました。また、災害時の被災地支援にも役立てられています。

### 【配分金内訳】



富合地区福祉委員会活動(認知症について理解を深める講座)



桃子野子育てサロン



古坂2丁目いきいきサロン

### つどいの場立ち上げ支援 **募集中**

住民主体の地域福祉活動の立ち上げに助成します。

**助成額20,000円(1団体1申請のみ)**

※助成対象となる活動や実施団体の要件等がありますので、詳細はHPをご覧ください。

加西市社協

検索



# 加西ではこのような取り組みも行っています

## めぐる・つながる・赤い羽根スタンプラリー

10月 1日 ▶ 11月 30日

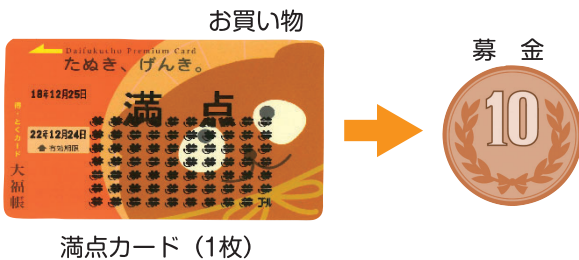
市内の店舗・地域住民・共同募金委員会が協同し、コロナ禍の地域活動や地域住民の交流の機会を促進するためにスタンプラリーを実施します。協力店舗で500円以上の買い物等をする  
とスタンプがもらえます。スタンプを3つ集めるとお得な特典があります。みなさんふるってご参加ください。  
※協力店舗等の詳細は10月発行（隣保回覧）の「あかはねちゃん通信」でお知らせいたします。



## 「満点たぬきカード使用」で募金 ～募金百貨店プロジェクト～

このプロジェクトには、加西市商店連合会に加盟する40店舗にご協力いただいています。

10月の期間限定で、「満点」のたぬきカードを1枚使用することにより、10円が赤い羽根共同募金へ寄付されます。この期間中、「満点カード」でお買い物をして、募金にご協力をお願いいたします。



## ふるさぽ募金

～インターネットで募金ができます～

ふるサポは、加西市で!!

※「寄付する」ボタンを押して、必要事項をご記入ください。



加西市社協 インターネット募金 検索

## 募金付き自動販売機 ～設置協力者募集中～

自販機の売上の一部が共同募金に寄付される「赤い羽根の募金付き自販機」を設置していただけるお店や施設なども募集しています。



すべて業者(メーカー)にお任せ

- ・自販機の設置や管理
- ・売上金の回収
- ・共同募金への寄付金送金など

※自販機の電気代はご負担いただきます。

あなたの募金が何に役立てられているのか、ホームページでご覧いただけます。

はねっと 検索

問い合わせ先：加西市共同募金委員会

TEL 42-8888

FAX 42-6655

7月  
**6日**

## ノエビアビューティスタジオ環× きずなカフェ

コラボ

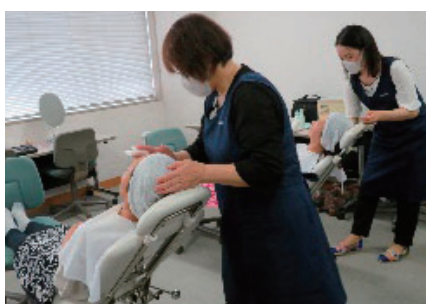
「ノエビアビューティスタジオ環」代表の平石さんは、ご自身も介護経験があり「介護されている方に癒やしの時間を届けたい」との思いから、きずなカフェとのコラボが実現しました。

参加者は、プロのスタッフから手や顔などトリートメントケアを受け、身も心もリラックスし、癒やしのひとときを共有しました。

この日の売上金は、善意銀行に寄付していただきました。



お茶を飲みながら、会話もはずみました。



フェイシャルトリートメント



ハンドトリートメント

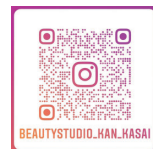
### ノエビアビューティスタジオ環

住 所：加西市北条町横尾 472-1

営業時間：10時～19時

定休日：不定休

T E L : 35-9123



BEAUTYSTUDIO.KAN.HASAI



Instagram

【きずなカフェの予定】 次回のコラボ企画もお楽しみに!!

◆ 9月7日㊤ 午前9時30分～11時30分

◆ 10月5日㊤ 午前9時30分～11時30分

◆ 11月2日㊤ 午後1時30分～3時30分

◆ 12月7日㊤ 午後1時30分～3時30分

ところ：健康福祉会館1階 ふれあいの間2

7月  
**14日～16日** 高齢者夫婦記念撮影63年目  
～通算2,820組～

敬老月間の記念事業として、高齢者夫婦(数え年の合計が159歳または160歳)宅を訪問して記念撮影し、写真を額に入れてお贈りしています。この事業には、写真撮影ボランティアとして、昭和34年から「栄光社」の宮本さんが親子2代にわたり取り組んでおられます。

今年も、66組のご夫婦の笑顔に出会えました。

※お贈りする写真の額縁は、共同募金配分金を活用しています。



7月  
**19日** 寺コン in 西福寺  
～ふくしの出張相談会～

東高室の西福寺さんとのコラボで、出張相談会とオカリナコンサートを開催しました。



7月  
28日

## 企業・学校とのコラボによるスマホ講座



ドコモショップ加西店と播磨農業高校の学生さんが講師となり、スマートフォンの基本操作やSNSの活用方法について、参加者に学んでいただきました。



## キッズボランティアウィークを開催

～真夏の大冒険～

8月

2日

8月

6日

地域のボランティアさんにご協力いただき、夏休みに子どもたちが参加しました！



アイマスク体験



車椅子体験



毛糸で小物づくり体験

※その他の活動はInstagramで情報発信しています。8ページのQRコードからご覧ください。

参加者  
募集中

### 「みんなの広場」

民生委員OB・OGの福友会が体操や茶話会など気軽に通える集いの場を設けられることになりました。どなたでも参加可能です。お友達を誘ってご参加ください。お待ちしております！

【活動日】 9月 6日◎ 10月 5日◎  
11月 2日◎ 12月 6日◎  
1月 11日◎

【時間】 午前10時から11時

【場所】 健康福祉会館1階  
ふれあいの間1

【問い合わせ先】

TEL 43-8133

参加者  
募集中

### 生活支援サポーター養成講座・ 地域活動者応援講座

	日 時	内 容	定員
共 通	10月11日◎ 13:30~15:30	見守り活動のヒントを学ぼう 講師：あそびの工房もくもく屋 事務局長 田川雅規氏	40
	10月13日◎ 13:30~15:30	認知症サポーター養成講座 講師：キャラバンメイト	40
サ ポ 	10月20日◎ 10:00~12:00	生活支援サポートセンターの 活動について 修了式・登録会	20
応 援	10月20日◎ 13:30~15:30	貸出備品体験会 つどいの場の情報交換会	20

【場所】 健康福祉会館2階 研修室1

※サポ…生活支援サポーター養成講座 応援…地域活動者応援講座

## お気に入りの散歩コース



善防園の近くは自然がいっぱいです。善防園から1km北にある「善防公民館」の周辺は、利用者さんたちのお気に入りのお出かけスポットです。



池の周りを散歩したり、東屋でティータイムを楽しんだりとよく利用しています。

園内での活動もちろん大切ですが、自然にふれる体験が人を豊かにすると考えます。まだまだ制約も多いですが、季節の移ろいを感じられるよう、これからも園外活動を実施していきます。



## 愛のエコキャップ運動



西日本高速道路サービス関西(株)の社員の皆さんが、エコキャップ運動に取り組まれています。今回は76kg (30,400個分) ありました。ご協力ありがとうございました。

## 善意銀行だより

令和3年6月16日～令和3年8月15日の受付分 (順不同 敬称略)

氏名	金額
<b>【一般預託】</b>	
高井(2回)	6,000円
ファミリーマート西村書店お客様募金(2回)	6,366円
大西	10,761円
48T.U	3,000円
ノエビアビューティスタジオ環	1,800円
匿名	50,000円
<b>【給料端数預託】</b>	
柏原歯科医院一同(2回)	2,038円
株式会社邦栄堂社員一同(2回)	1,995円
加西市社会福祉協議会職員一同(2回)	10,791円
<b>【指定預託】</b>	
西村久子(加西市立善防園へ)	10,000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。

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。

### ●心配ごと相談のご案内

生活上の困りごとや悩みごとに関する相談所を無料で開設しています。

■開設日：9月9日☎・10月14日☎・11月11日☎

■時間：13:30～15:30

■場所：加西市健康福祉会館

■問い合わせ先：TEL 43-0303 月～金(祝日除く)9:00～17:00

### ●認知症相談窓口のご案内

■開設日：9月7日☎・10月5日☎

■時間：9:00～17:00

■場所：加西市健康福祉会館

■問い合わせ先：TEL 42-7522



### ●きずなカフェのご案内

■開設日：9月7日☎・10月5日☎(第1火曜日)

■時間：9:30～11:30(11月から午後開催)

■場所：加西市健康福祉会館

■問い合わせ先：TEL 43-1281(6ページ関連記事掲載)

### ●ボランティア交流会(相談)のご案内

■開設日：10月7日☎

■時間：13:30～15:30

■場所：加西市健康福祉会館

■問い合わせ先：TEL 43-8133

加西市社会福祉協議会公式インスタ  
「KASAI\_SYAKYO」

