



～一人ひとりが思いやり 心ふれあうぬくもりのまち～
しゃ きょう

平成31年
(2019年)

社協だより

2 月号

Vol.318

生きがい対応型デイサービスセンター

クローズアップ

いきいき体操

青竹に
片足立ちでも転ばない!
転倒防止に
バランス力UP

毎月第1火曜日の午前中に開催される定例行事「いきいき体操」。
参加者の平均年齢は76歳！講師の元気なかけ声が響くなか、
額にキラリと汗を光らせて“いきいき”体操を楽しんでいます。

青竹でステップを
踏みつつ
にこにこ笑顔で
はい!ポーズ



ミニボールで
プルプル腹筋
トレーニング



手足を
上げたままキープ!
あと3秒!!

～参加者の皆さんにうかがいました～

- ♪家で出来ないからこの体操がありがたいです。
- ♪いい汗を流したあとのランチが楽しみです。
- ♪上手にできなくても大丈夫!体力維持の為に体操をしています。
- ♪少しきつめの運動がしくて参加しました。
- ♪介護予防の為。身体の調子がよくなりました。



申込み・問合せ先

生きがい対応型デイサービスセンター

☎444-3030

主な内容

P2…介護者のつどい P3…地域福祉活動レポート P4…高校生ボランティアTKV



介護者のつどい

参加者インタビュー

人に話して泣いたら スッキリする

元々人の話を聞くのが好きで、色々ためになると思って介護者のつどいに毎回参加しています。

実際に参加してみて、妻の介護の役に立つことが学べたり、逆に自分の経験を他の人に話したり、介護者同士でお互いに助け合っているなと思います。

妻が施設に入り8か月、私がデイの日以外はほぼ毎日顔を見に行きます。施設に入れてしまっただけで申し訳ないという思いと、今からでももう一度一緒に過ごせるかもとのジレンマが絶えません。これからも、介護者のつどいや家族会などに参加して、気持ちの整理をしていきたいと思っています。

まだ参加したことのない方にもプラスになることがきっとありますので、ぜひ参加してほしいと思います。



男でこれだけ介護を頑張れるのは

すごいと言われました

80歳代 男性 介護歴22年

次回開催案内

認知症の種類と対応について

日時 3月15日(金) 13:30~15:00

場所 高砂市高砂町松波町440-35 ユーアイ福祉交流センター

講師 特別養護老人ホーム常寿園 施設長 長谷川 均 氏
地域密着型特別養護老人ホーム常寿園 ユニット型主任 長谷川 大容 氏

内容 講演及び交流会

定員 15名 参加費 無料



ここにポイント対象事業



申し込み・問い合わせ

高砂市地域包括支援センター ☎443-3723

～自分らしく、住み慣れた地域で安心して生活するために社会福祉協議会がお手伝いします!!～

日常生活自立支援事業

(福祉サービス利用援助事業)

判断能力に不安のある高齢者や知的障がい者、精神障がい者の方で、福祉サービスの利用や金銭管理などを一人で行うことが困難な方が、住み慣れた地域で安心して暮らせるように、日常生活に必要なお金の出し入れや、公共料金の支払いなどのお手伝いをします。

こんな不安にお応えします

① お金のやりとりや預金の出し入れに自信がありません

⇒毎日の生活に必要なお金を金融機関で出し入れしたり、電気やガスなどの公共料金や家賃のお支払いをします。また、自宅に送られてくる手紙等を確認し、手続きが必要なときはお手伝いします。

② 通帳や印鑑をなくしてしまいます

⇒通帳や印鑑、公的書類などを自分で管理することに不安がある場合は預かることができます。

③ 福祉サービスの利用手続きがわかりません

⇒福祉サービスを利用したいときに相談を受けたり、本人の意向をふまえて利用できるように手続きのお手伝いをします。

利用できる方は?

ご自宅やグループホーム、ケアハウスで生活され、**判断能力に不安のある**高齢者、知的障がい者、精神障がい者の方で**本人の利用意思が確認できる方**

利用料はいくらかかるの?

この事業の利用に関する相談・訪問は無料です。契約後お手伝いが始まると、**1時間1,200円(700円の減額有:実質500円自己負担)**の利用料がかかります。
※生活保護を受けている人は無料です。



相談・問合せ先

高砂市
社会福祉協議会
☎444-3020

▲生活支援員が定期的に訪問し、見守りとお手伝いをします。

地域福祉活動レポート

中筋校区福祉推進委員会

ふれあいお楽しみ会を開催しました!!

中筋校区福祉推進委員会では、10月30日(火)、鹿島殿において、今年で29回目となる「ふれあいお楽しみ会」を開催しました。地域で高齢者が孤立しないよう住民相互の交流と親睦を深めることを目的に毎年開催され、恒例行事として定着しています。今年は、中筋こども園の園児とのふれあいや、狂言鑑賞、ビンゴゲーム等たくさんの催しが企画され、参加された皆さんは和やかに楽しいひとときを過ごしました。



▲園児と一緒に楽しく手遊び



▲コーヒーを頂きながら談笑

高校生ボランティア“TKV”

高校生が、ボランティア活動に積極的に参加し、活動を通して仲間づくりをするとともに、地域貢献活動の大切さを仲間とともに学ぶことを目的とし、高砂市在住・在学の高校生を対象に開催しました。

5月27日からスタートした研修会も12月15日で最終回を迎え、9回の研修会の中でコミュニケーションや防災・減災、認知症について学び、まちづくりや福祉に関する活動に参加しました。

コミュニケーションの基本 ～みんなで楽しく楽リエーション～



ガリバーさん(講師)は、人を引き込むような話し方だと思いました。わかりやすい説明、相手に合わせた話し方は、こういう話し方だと自分自身で感じる事ができました。

松陽高校 3年生

キャップハンディ体験



それぞれの不自由なことがあるので、その人たちにあった環境にできたらいいと思います。でも、環境をすぐに変えることはできないので、困っている人がいたら無視するのではなく、すぐ声をかけるようにしたいです。

松陽高校1年生

認知症サポーター養成講座



認知症であっても人であることに変わりはない。接し方を変えることでより良い付き合いになることがわかりました。「フレディの遺言」を読んで、この著書を読めること自体がとても偉大だと感じました。

高砂高校 2年生

▼みんなでころみ楽リエーション



▼街頭募金活動



▼災害支援ボランティア



楽しく学ぼう!! ～手話歌「たいせつな たからもの」～



今までテレビを見たり、手話を広めたりする活動をしている人は見たことがあったけど、実際にはどんな事しているかがわからなかったから、手話歌やろうあ者のお話をきいて、知らなかったことを知ることができました。 高砂高校 1年生

「みんなでころみ楽リエーション2018」では、コーナーの運営や参加者のサポートなど、研修会で学んだことを活かし、参加者の皆さんと一緒に楽しく活動できました。

赤い羽根共同募金の街頭募金活動では、あかはねちゃんサポーターとして募金を呼びかけました。

防災・減災について、非常食の準備、災害が発生した時に判断ができるよう、普段から家族と話し合うことの大切さを学び意識を高めました。

8月21日に岡山県へボランティアバスを運行し、高砂南高校の生徒2名が参加し被災地で活動しました。

高校生ボランティア“TKV”は、来年度も開催します。
ボランティアの基本・技術を学びながら、様々な地域活動に参加し、仲間づくりや地域貢献活動の大切さを学んでいただく、機会にしたいと考えています。
たくさんの高校生の参加をお待ちしています。

生きがい対応型デイサービスセンターだより



市内在住のおおむね60歳以上で、介護保険サービスを利用していない人を対象に、介護予防を目的とした仲間づくりや交流、健康増進等の行事を下記のとおり行っています。
(※参加の際には利用登録と『地域ささえあい講座』の受講が必要です。)

わくわくフェスタ

～リラクゼーション～

お茶しま専科

煎茶&抹茶の簡単で美味しい
楽しみ方をプロに学びます

- 日 時：2月22日(金)13:30～15:30
- 場 所：交流スペース8・9
- 定 員：25名
- 参加費：350円
- 締切り：2月12日(火)



囲碁・将棋

- 午後(13:00～)
- 1日(金) ●6日(水)
- 21日(木) ●26日(火)



2月定例行事

- 午前(10:00～)
- 5日(火) いきいき体操★
- 6日(水) 絵手紙
- 13日(水) 折り紙②
- 14日(木) スーパードライブ②(9:30～)★
- 18日(月) うたの会A(10:00～)
- うたの会B(12:00～)
- 21日(木) 折り紙③
- 22日(金) 朗読の会
- 26日(火) ゆうゆう体操
- 午後(13:30～)
- 27日(水) スーパードライブ③★

わきあいあいサロン

介護予防に役立つ体操やゲームを下記の公民館で行います。

中筋公民館 2階 集会室

2月 4日(月) 13:30～15:00

曾根公民館 2階 講 堂

2月12日(火) 13:30～15:00

米田公民館 1階 集会室

2月19日(火) 13:30～15:00

●参加費 各回50円

★の定例行事のみ、2月の新規参加申込を受け付けています。詳しくはお問い合わせ下さい。

●3月わくわくフェスタ「遠足」●

1/28(月)より申込受付。
締切は2/27(水)となります。



申込み・問合せ先 **生きがい対応型デイサービスセンター**
山陽電鉄『高砂駅』より西へ徒歩10分/『荒井駅』より東へ徒歩15分

☎444-3030

高砂市ファミリーサポートセンターです!

ファミリーサポートセンターでは、「子育ての援助を受けたい人」と「援助を行いたい人」が「依頼・提供・両方会員」となり、お互いに助け合いながら地域の中で子育ての相互援助活動を行っています。

みなさまもファミリーサポートセンターの会員になりませんか?～にここポイント対象事業(各20ポイント)～

第2回 提供・両方会員フォローアップ講座

「乳幼児の救急処置」

いざという時のため、心肺蘇生法・AEDの使い方について、実技を通して学びます。
たくさんのご参加をお待ちしています。

〈日時〉2月14日(木)10:00～11:30

〈場 所〉ユーアイ福祉交流センター2階 交流スペース7

〈講 師〉高砂市消防本部職員

〈内 容〉心肺蘇生法、AEDの使い方など

〈対 象〉ファミリーサポートセンター会員
子育て支援に関心のある人 子育て中の人

〈定 員〉20名

〈託 児〉5名(対象：1歳6ヵ月以上の子ども 要予約)

〈締 切〉2月12日(火)

第4回 入会説明会

説明会に参加されると依頼会員として登録できます。
この機会にぜひご参加ください。

〈日時〉3月9日(土)10:00～11:30

〈場 所〉高砂市ユーアイ福祉交流センター2階
交流スペース7

〈対 象〉子育ての援助を受けたい人(市内在住または在勤で、おおむね生後6ヵ月から小学校6年生のお子さんがおられる人)

〈定 員〉20名

〈託 児〉5名
(対象：6ヵ月以上の子ども
要予約)

〈締 切〉3月7日(木)



申込み
問合せ先 **高砂市ファミリーサポートセンター**
TEL 442-0555 FAX 443-0505

小地域福祉活動 写真展

～各地域では、「ふれあいいきいきサロン」や見守りが必要な方への「ゆうあい訪問活動」等が福祉委員や民生委員・児童委員の創意工夫により、活発に行われています。今回は、10～12月に開催された活動の一部をご紹介します～



◆高砂町
第2福祉部会(11月18日)
ビンゴゲームやレクリエーションで笑いが絶えず、楽しいひとときを過ごす



◆高砂町
第4福祉部会(10月29日)
お喋りを楽しみながら、お正月、クリスマスなどで使える置物を作成



◆荒井町
東本町福祉部会(11月9日)
吹き矢的当てなどのゲームを楽しんだ後、食事を頂きながら歓談



◆荒井町
紙町・紙町労金地福祉部会(11月28日)
マジックや皿回しを鑑賞後、皆でお喋りをしながら食事を楽しむ



◆伊保町
伊保中部福祉部会(11月15日)
来年の干支の壁掛けを制作後、お茶とお菓子で楽しく談笑



◆中筋校区
時光寺町福祉部会(11月16日)
皆で食事を頂いた後、牛乳パックで小物入れを製作



◆曾根町
南之町福祉部会(12月2日)
正月の花かざりを製作後、昼食をいただき、輪投げを楽しむ



◆米田町
米田新福祉部会(11月14日)
食事をいただき、脳活性化ゲームや胃腸について学ぶ



◆米田町
塩市福祉部会(11月23日)
防災をテーマに講師をお招きし、災害対策について学ぶ



◆米田町
米田団地福祉部会(11月8日)
ヤクルト三木工場を見学、普段見ることができない工場を見学し、大満足



◆阿弥陀町
中所福祉部会(11月21日)
バス旅行を開催、大いに食べて、笑い、楽しいひとときを過ごす



◆阿弥陀町
南池福祉部会(11月15日)
食事を楽しんだ後、ビンゴゲームで盛り上がる

紙面の都合上、一部の活動のみ掲載しています。この他にも、活動されている地区がたくさんあります。ぜひ、お近くのいきいきサロン等へご参加ください。



善意銀行預託状況



～あたたかい善意をありがとうございました。高砂市の福祉活動に役立てます～

一金銭の部

地区名	氏名	金額(円)	備考
高砂	十輪寺名誉住職 西田 光衛	100,000	版画カレンダー売上金 高砂市視覚障がい者福祉協会へ30,000円
	布えほん なかよし	5,000	
	加古川友の会	5,000	
	玉野 俊行	2,000	
荒井	サントリープロダクツ(株)高砂工場	20,551	
	キッコーマン高砂 紫会	22,400	チャリティーゴルフ募金として
	匿名	52,621	
	匿名	30,000	
米田	匿名	200,000	「いるかの会」へ50,000円 「子いるかの会」へ50,000円
	匿名	6,649	
阿弥陀	ヘアーステージハニー	10,000	お年寄の為に
北浜	匿名	1,000	
その他	国際ソロプチミスト加古川	50,000	チャリティーバザー収益金

一物品の部

H30.12.1～12.31

※敬称略

布えほん なかよし…手作り布えほん2冊
 (株)メディカルケア…車いす5台
 松野 高吉…車いす1台、匿名…パジャマ3着
 匿名…ゆかた2枚、くつ下5足、バスマット1箱、タオル35箱

一物品の部(外国コイン・古切手・使用済カード等)

(株)優和、(株)加納工務店、加古川ガス(株)、(株)貝塚工務店、
 ハーモニー園、サントリープロダクツ(株)高砂工場

 松本 奈津子、石黒、匿名

※善意銀行への寄附金は税額控除が適用されます。

義援金 ありがとうございます

被災地の一日も早い復興をお祈りしますとともに、ご協力いただきました皆様に心からお礼申し上げます

平成30年7月豪雨災害義援金 寄付者名簿
 ※平成30年9月1日～12月17日

義援金BOX…… 1,366円

※中央共同募金会を通じて、被災地の共同募金会に1,366円が送金されます。

平成30年北海道胆振東部地震災害義援金 寄付者名簿
 ※平成30年9月16日～12月17日

匿名 …………… 6,346円

義援金BOX……… 15円

※北海道共同募金会を通じて、被災地の共同募金会に6,361円が送金されます。



◀国際ソロプチミスト 加古川

登録型ホームヘルパー・ガイドヘルパー募集!!

- 職 種** ①ホームヘルパー ②ガイドヘルパー (同行援護)
- 資 格** ①ホームヘルパー2級または初任者研修、介護福祉士
②同行援護従業者養成研修課程修了者
- 勤 務 体 系** ①②直行直帰 登録型 (希望の曜日・時間)
- 賃 金** ①生活援助 1,308円~/時給
身体介護 1,700円~/時給
②1,230円~/時給
①②共、処遇改善手当込み
※早朝、夜間、日祝/割増
※別途、移動手当、有給休暇有り
※経験年数・資格により昇給
- 条 件** 週3日程度働ける方 (時間は相談に応じます)
- そ の 他** ①ホームヘルパーの活動範囲は高砂市内です
※まずは、電話でお問い合わせください



申込み・問い合わせ先 ふれあい訪問介護事業所 ☎443-3408

～「もの忘れ」気になりませんか?～

あたまの健康チェック 相談のみ も可

もの忘れが気になる方、ご家族の認知症の相談もお受けします。お気軽にお越しください。

日時：2月19日(火)

①10時 ②11時 ③13時 ④14時 ⑤15時

場所：ユーアイ福祉交流センター1階 相談室1

人数：各時間1名 費用：無料

対象：高砂市内在住の65歳以上の方

実施方法：対話形式で、簡単な質問に答えていただきます。(15分～30分程度)

申込方法：電話又は来所にて予約が必要です。

申込締切：2月12日(火)

ここに
ポイント
対象事業

申込み・問合せ先

高砂市地域包括支援センター ☎ 443-3723

認証認知症カフェ

カフェの名称	問い合わせ先	活動日程	2月の開催
カフェ de のじぎく	特別養護老人ホームのじぎくの里 Tel 079-247-9200	月1回 第1水曜日 13:00～15:00	2月6日(水)
かしま～ず カフェ	鹿島の郷 Tel 079-446-4166	月1回 第2日曜日 10:00～12:00	2月10日(日)
めぐみカフェ	特別養護老人ホーム めぐみ苑 Tel 079-449-0111	月1回 第3水曜日 10:00～12:00	2月20日(水)
心まちカフェ	小規模多機能ホーム 心まち Tel 079-431-0361	月1回 第4金曜日 13:30～15:30	2月22日(金)

※参加費あり

地域支え合いの担い手(ボランティア)をしてみませんか。

地域支え合い活躍塾

日時：①3月12日(火) 14:00～16:00

②3月18日(月) 14:00～16:00(2回コース)

内容：①「地域の支え合いづくり」

・介護予防/日常生活支援総合事業について

・自分ができる支え合い活動(グループワーク)

②「安全」と「安心」の地域支え合い型移送サービス

・移送サービスについて

場所：ユーアイ福祉交流センター 1階 交流スペース1,2

対象：概ね50歳以上の方

地域活動、ボランティアに興味がある方

参加費：無料 締切：3月5日(火)

ここに
ポイント
対象事業

申込み・問合せ先

ボランティア活動センター
☎ 442-4047 FAX 443-0505

災害時支援ボランティア研修会

人に優しく、災害に強い、コミュニティづくりに向けて

日時：3月9日(土) 14:00～16:00

場所：ユーアイ福祉交流センター 1階
交流スペース1,2,3

対象：高砂市災害時支援ボランティア登録者
高砂市ボランティア活動センター登録団体(者)
民生委員・福祉委員の地域で活動されている方
災害支援やボランティアに関心のある方

参加費：無料 締切：2月25日(月)

ここに
ポイント
対象事業

申込み・問合せ先

ボランティア活動センター ☎ 442-4047



～どなたでも気軽にご参加ください～

認知症の人を ささえる家族の会「いるかの会」

～家族のための介護相談～

日時：2月4日(月) 14:30～15:30

場所：ユーアイ福祉交流センター1階研修室

内容：会員による介護相談

～ワイワイがやがやお話会～

日時：2月18日(月) 13:30～15:30

場所：ユーアイ福祉交流センター1階研修室

内容：日頃の介護について介護者同士で気軽に話し合うお話会

若年性認知症と「子いるかの会」 ともに歩む

～家族の日～

日時：2月4日(月) 10:00～12:00

場所：ユーアイ福祉交流センター 1階 研修室

内容：介護する家族が日頃の思いを語り合い、情報交換する場です。

参加費：100円

～みんなで楽しむサロンです～

日時：2月17日(日) 13:30～15:30

場所：ユーアイ福祉交流センター2階 交流スペース8.9

内容：子いるかサポーターMさんの話

参加費：300円

申込み・問合せ先

高砂市社会福祉協議会 ☎ 444-3020

第11期福祉委員の 香囀について

～ご理解とご協力をお願いいたします～

地域で活動していただいている第10期福祉委員が、平成31年3月31日をもって任期満了となります。

次期、第11期福祉委員(任期：平成31年4月1日～平成34年3月31日)の推薦について自治会長に依頼をさせていただいております。

誰もが安心して暮らせるまちづくりを推進するために、福祉委員活動についてご理解とご協力をお願いいたします。