

Takasago

社協だより

211号

主な内容

- P2 高砂市地域包括支援センターだより
- P3 ボランティア団体紹介
- P6 高砂市ファミリーサポートセンターです！
- P10 善意銀行寄附状況

平成22年2月1日発行 社会福祉法人 高砂市社会福祉協議会

編集・発行 高砂市高砂町朝日町1-2-1福祉保健センター内
電話 079-443-3720 FAX 079-443-0505
ホームページ <http://www.takasago-syakyo.or.jp/>



『ご近所福祉の底力でまちづくり』

▼ いきいきサロン（曽根町西之町福祉部会より）



▲ ゆうあい訪問でお渡しする巻き寿司を作成（荒井町蓮池福祉部会より）

各地域では、高砂市社会福祉協議会が委嘱した福祉委員によって「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」等が行なわれています。

また、福祉活動を行なう上で必要な知識を深めるための研修会も開催し、同じ地域に住む人たちが安心して暮らすことができるように、福祉のまちづくりのリーダーとして活躍しています。



▲ 研修会（北浜町福祉推進委員会より）

● 地域福祉活動セミナー ● ～福祉委員研修会～ 開催!!

テーマ：『ご近所福祉の底力～地域福祉活動で地域の連携力をアップ!!～』

日 時：平成22年2月12日（金）13：30～15：30

場 所：福祉保健センター2階 中ホール

講 師：美作大学 生活科学部 福祉のまちづくり学科 教授 小坂田 稔 先生





高砂市地域包括支援センター

だより Vol.28

「介護者のつどい」を開催しました

今年度第2回目の介護者のつどいは、共立歯科（姫路市）の歯科衛生士の先生より「口腔ケアの方法について」実技を交えながらお話を伺いました。

＜望ましい歯ブラシの選び方＞

- ・毛の部分は指の幅1本半～2本、毛が3列のものがよい。
- ・柄はまっすぐでシンプルなもの。
- ・交換時期は個人差があるが、1ヵ月程度で毛先が開いたら交換する。
- ・平らなカットのほうがフィットしやすい。
- ・毛先が丸いものはうまくあたりにくい。
- ・毛先が密集したものは不衛生になりやすい。



▲望ましい歯ブラシの説明を聞きました



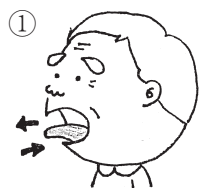
▶染色液を使って歯垢のチェックを行いました



▲ブラッシングの手法を学びました

＜舌の体操＞

（各5回ずつ行う）



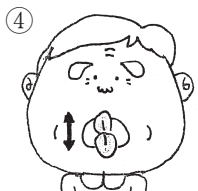
舌を思いっきり出した
り引っこめたりする



左右に動かす



口の周りをなめるよう
に左右交互にまわす



上下に動かす

＜歯磨きの方法＞

- ・力を入れて磨かない。脇をしめて鉛筆を持つように磨く。
- ・歯磨き粉は小豆粒くらいで十分。
- ・歯と歯茎の境目を10回ずつ細かく磨く、この方法で磨くと3分ぐらいいはかかる。毎食後、3分は困難であれば最低1日1回できれば夜に行うと良い。
- ・現在、歯ブラシを90度や45度にあて磨く方法が主流になっている。この方法に合う歯ブラシの硬さは「ふつう」が好ましい。
- ・歯間ブラシを爪楊枝がわりに使わない。歯間を何度も洗い汚れやぬめりを取り除く。
- ・汚れを浮かせるスプレー、舌ブラシ、粘膜ブラシ、義歯専用ブラシ、義歯専用磨き剤もある。

講座内容より

＜参加者の声＞

- ・磨き方など気にしていなかったことの気づきができた。
- ・具体的な道具や映像で口腔ケアの大切さについてお話していただき参考になった。体操や歯磨き指導も役に立ちました。
- ・一人一人顔が見える楽しい研修会でした。
- ・また声掛けてください。

次回「介護者のつどい」のお知らせ

日 時 平成22年2月19日（金）

13:30～15:00

場 所 高砂市福祉保健センター3階集会室

テーマ 「元気になるコミュニケーション術」

講 師 採用と教育代表 半田真仁先生

締 切 平成22年2月12日（金）

申込み・問合せ先

高砂市地域包括支援センター

TEL: 443-3723

集

登録ボランティア団体紹介

特

防災リーダーたかさご

vol.30

Q 発足のきっかけは？

A 我々は、平成16年度から兵庫県が実施している「ひょうご防災リーダー講座」の修了生有志で立ち上げた団体です。昨今の相次ぐ災害に備え、自分たちが地域社会に対して何かできることはないかと考え平成21年2月に結成いたしました。

講座で教えてもらったことやその他の研修会などで学んだことを中心に、市民に対する情報提供や防災についての啓発・広報を目的として、現在13名の会員で活動しています。

Q どのような活動をされていますか？

A 今年度は「地震発生時の家具等の転倒防止」に重点を置き、手作りのミニ



▲ボランティアステップアップ研修での講演

Q グループ活動の魅力は？

A 活動を通して、ほんとうに色々な方と交流を深めることができました。また、自己研鑽や研修会等を開催することにより自分達の知識や技術の向上が図れることが何よりも魅力です。県下には、まち

チュアセットを用いてのデモンストレーションや、ビデオ鑑賞、パネルの展示等を行いながら啓発活動を行っています。平成21年8月下旬から9月上旬までは、市役所内の市民ギャラリーで展示説明会を開催したり、ボランティアセンター主催の「ボランティアステップアップ研修」、市総合防災訓練に参画しました。また1月17日には阪神・淡路大震災を記念し、「1・17は忘れない高砂集会」を中央公民館で開催し、心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の操作を実演しました。

基礎データ

☆設立年月	平成21年2月
☆会員数	13名
☆定例会	不定期
☆代表者	小柳美樹男



Q 今後やってみたい活動や夢は？

A 例え、高砂市で震度6強の地震が発生したとしても、死者がでない、まちづくり・家づくりが我々の願いです。その目標が達成できるよう研修会等での広報、啓発活動を続けて行きたいです。

Q みなさんへのメッセージは？

A いつ起こるか、その予想は難しいですが、30年以内に震度6以上の地震が発生する確率は非常に高いと言われていきます。その時、みなさんは自分の命を、家族の命を守ることはできますか？



▲パネルの展示による啓発活動

阪神・淡路大震災では、多くの人が地震発生直後から数分以内に亡くなっています。命を守るためにはどうすれば良いのかを我々と一緒に考えてみませんか？

「なぜ伝わらないのか、どうしたら伝わるのか」 「自分らしい明日のために」



VOL.53

今回は、ボランティアセンターが所蔵するDVD「なぜ伝わらないのか、どうしたら伝わるのか」と「自分らしい明日のために」をご紹介します。大変分かりやすい内容となっていますので是非ご利用ください。

申込み先 高砂市ボランティアセンター TEL 442-4047(直通)
その他 貸出し期間 2週間以内
貸出し要件 市内在住若しくは在勤の方 利用料は無料です。

「なぜ伝わらないのか、 どうしたら伝わるのか」

児童編・成人編

知的障害を持つ子・人と豊かなコミュニケーションを図るためのDVDです。また、このDVDは児童編と成人編の2本があり、障害をもつ子どもと大人に対するコミュニケーション方法について説明しています。

対話をする際の配慮すべき点と工夫のポイントについて実際の場面を見ながら、質問の方法や言葉の言い換えの方法について説明しながら進めていますので、具体的な対応の仕方について学ぶことができます。

また、コミュニケーションを阻害する要因等についても解説していますので、障害者への理解も深まると思います。是非、ご覧ください。



「自分らしい明日のために」

「成年後見制度」は認知症など精神上的の障害によつて判断力が低下した人たちが、自分らしく安心して生活し活動できるように支援するための制度です。

我が国が超高齢社会に適切に対応していくためには、市区町村、家庭裁判所、社会福祉協議会、法律や福祉の専門家など多数の関係者の連携を一層強化していくことに加えて、多くの市民の皆さんに成年後見制度に対する関心と理解を深めていただき、制度を支えていただくことが大変重要です。

より多くの皆さんに「成年後見制度」を身近なものにしていただければと思いますので、是非ご覧ください。

事例紹介1

- ・オープニング
- ・成年後見制度の概要
- ・法定後見制度～後見人の選任と仕事

事例紹介2

- ・任意後見制度とは
- ・エンディング

資料集



▲トヨタヴェルファイア (高砂ライオンズ基金寄贈)

この度、高砂ライオンズ基金を活用し、社会福祉協議会が保有する送迎用の公用自動車(8名定員)を入れ替えました。

新しい公用自動車は、ボランティア活動や地域福祉活動の支援を目的として有効に活用いたします。

なお、社会福祉協議会公用自動車貸出規程に基づき、貸出し要件を満たす団体は利用できますのでご利用ください。



すてないで！

不要になった入れ歯が役立ちます



ご存知ですか？入れ歯には、貴金属が含まれており、まとまった量が集まれば換金することができます。高砂市社会福祉協議会では、高砂市、NPO法人日本入れ歯リサイクル協会と協働して、不要入れ歯回収リサイクル事業を実施しています。市民のみなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

—回収できる入れ歯—

- ①金属（歯にかけるバネ）がついてある入れ歯
- ②歯と歯をつないだブリッジ

—回収の方法—

熱湯か入れ歯洗浄剤で消毒した入れ歯をナイロン袋に入れ、市内11箇所にある回収箱へ投函してください。

—回収箱設置場所—

高砂市役所本庁舎、市民サービスコーナー、教育センター、社会福祉協議会（福祉保健センター）、生きがい対応型デイサービスセンター



- ※入れ歯の換金による収益金は、日本ユニセフ協会並びに高砂市善意銀行に寄付されます。
- ※詳しくは、ボランティアセンターまでお問い合わせください



▲回収された入れ歯

熟年ボランティア入門教室

開催

～セカンドライフの楽しみ方～

退職後の人生を、あなたはどのように過ごされますか？仲間作りや人の役に立つ活動を始めてみたい！今まで培った経験やノウハウを活かしたい！という方、必見です。

国際交流クラブ「在日外国人への支援を通して」▶



< プログラム >

期 間：平成22年2月13日（土）～
3月13日（土）

場 所：福祉保健センター3階
会議室1 他

参加費：500円（ボランティア保険未
加入の方はプラス500円）

対 象：概ね50歳以上の方
定 員：20名



▲花と緑のまちづくり高砂

回	日 時	内 容	講 師
1	2月13日（土） 10：00～12：00	セカンドライフの楽しみ方	NPO法人コムサロン21 理事長 前川裕司 氏
2	2月20日（土） 10：00～12：00	人に好かれる話し方 話し上手、聞き上手になるために	心理カウンセラー 稲松由佳 氏
3・4 活動 体験	① 2月25日（木） 10：00～12：00	脳トレに挑戦！ “要約筆記”って何？	高砂ちびダンボ
	② 2月27日（土） 10：00～14：00	男だって料理の時代！ ※男性限定 食生活を見直し、健康づくりをしよう	キッコーマン食品株高砂工場 高砂いずみ会
	③ 3月6日（土） 15：00～17：00	国際交流とボランティア 在日外国人への支援を通して	国際交流クラブ高砂
	④ 3月9日（火） 9：30～11：30	花と緑のまちづくり活動 公園や花壇整備で美しいまちづくりを	花と緑のまちづくり高砂
	⑤ 3月12日（金） 10：00～12：00	障害について理解を深めよう！ 視覚障害者のサポートについて	高砂市視覚障害者福祉協会
5	3月13日（土） 10：00～12：00	さぁ！一歩踏み出そう 知識とパワーを埋もれさせないために	活動中のボランティア

※活動体験は①～⑤の中から2つ以上選択してください。

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「援助を行ないたい人」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なっています。

みなさんもファミリーサポートセンターの会員になりませんか？

第3回提供・両方会員フォローアップ講座

『乳幼児の救急処置』

～より安心して援助活動を行なっていただくための講座を開催します。提供・両方会員のみなさんぜひ一緒に体験し、学びましょう。～

<日時> 2月12日(金) 9:30～11:30

<場所> 福祉保健センター 3階 集会室

<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登録会員

<定員> 30名

<託児> 定員 10名

(対象：1歳6ヵ月以上)

<締め切り> 2月9日(火)



提供・両方会員情報交換会

サポートする会員同士、安心して活動するために、実際に活動された方のお話を聞いたり、お互い情報交換したりしませんか？

<日時> 2月26日(金) 10:00～11:30

<場所> 子育て支援センター ぱんだの部屋

<対象> 提供会員・両方会員

<締め切り> 2月24日(水)

提供・両方会員の
みなさん
ぜひご参加ください。



申込み・問合せ先

高砂市ファミリーサポートセンター

TEL 079-442-0555

FAX 079-444-3031

平成21年度 子育てセミナー

『がんばりすぎない子育て術』

～わたしとあなた、みんなを大切にする
コミュニケーション～

<日時> 3月13日(土) 10:00～11:30

<場所> 高砂市文化会館 展示集会室

<講師> 心理スペース「ぼれぼれ」

心理カウンセラー 稲松 由佳 氏

<対象> ファミリーサポートセンター登録会員
子育て中の方、子育て支援に関心のある方

<定員> 50名

<託児> 10名(6ヵ月以上)

<締め切り> 3月11日(木)

お友達を誘って、ぜひご参加ください♪

第6回交流会 ひなまつり交流会

「ミュージックベル」であそぼう♪
ボランティアグループ「ハーモニー」と
一緒にすてきな音楽や遊びなど、
お楽しみがいっぱいです。

<日時> 3月8日(月) 10:00～11:30

<場所> 福祉保健センター 3階 集会室

<対象> ファミリーサポートセンター登録会員
ファミリーサポートセンターに関心のある方

<定員> 30組

<締め切り> 3月4日(木)



予告

3月20日(土)に第5回入会説明会を開催します。
登録をお急ぎの方は、センターにお問合せください。

生きがい対応型デイサービスセンターだより

●生きがい対応型デイサービスセンターとは…

高砂市より高砂市社会福祉協議会が委託を受け、自立生活の助長、社会生活の孤立感の解消、寝たきりの予防を図り、生きがいを持って社会生活を送るための憩いや交流を行なうところです。

●おおむね 60 歳以上で高砂市に住所を有し介護保険サービスを受けていない方が利用できます。

●利用の登録が必要です。

2月行事予定

1日(月)	らくらく3B体操①	10:00～
	らくらく3B体操②	11:00～
3日(水)	絵手紙	10:00～
9日(火)	囲碁ボール	13:00～
15日(月)	うたの会	10:00～
19日(金)	折り紙	10:00～

※申込締切：いずれの行事も3日前まで

囲碁・将棋の開催日

5日(金) 8日(月) 12日(金)
19日(金) 22日(月) 26日(金)

※時間は、すべて13:00からです

わくわくフェスタ

「園芸」

春の訪れを感じる季節になりました。土に触れながら、春の花の寄せ植えを楽しみましょう！

日 時：2月24日(水) 10:00～11:45

実 費：500円

持 ち 物：植木鉢・スコップ・軍手・エプロン・持ち帰り袋

定 員：10名

申込締切：2月19日(金)

あなたの町へ出かけていきます

地域
出前型
茶話会

和気あいあい茶ロソ

～ 60 才以上の方、ぜひご参加ください～

中央公民館

日 時：2月10日(水)
13:30～15:30

場 所：中央公民館
3階 講堂

実 費：150円

申込締切：2月5日(金)

米田公民館

日 時：2月16日(火)
14:00～15:45

場 所：米田公民館
1階 集会室

実 費：150円

申込締切：2月12日(金)

映画会がありますよ

午後のひとときに、皆さんと一緒にのんびりゆっくり、いかがですか？

日 時：3月10日(水) 13:30～16:00

内 容：「60才のラブレター」

実 費：100円(菓子代を含む)

定 員：50名

申込締切：3月5日(金)

12月21日 北浜公民館にて

問合せ・申込み

高砂市
デイサービスセンター
(生きがい対応型)
電話 444-3030

米 田

◆ 米田部会「けやきサロン」

10月25日は、▷
ぷらっと楽・らく講座
を開催し、経絡スト
レッチを学びました。
11月22日は、「街道て
くてく」のビデオをみ
て、身近な風景を新鮮な感じで楽しめました。



◆ 米田新部会「ひよこの家」

11月6日は、小学5年生の児童たちが見
学に来てくれ、ゲームやハンドベルなどを一
緒にしました。11日は、コスモス食事会を開
催しました。

◆ 古新部会「ふれあい食事会」



◁ 11月11日は、ちらし
寿司を食べた後、ビデオ
「世界のおとぎ話」を見て、
おしゃべりに花が咲きま
した。

◆ 島部会「いきいきサロン」

11月1日は、笑ったり拍手したりしながらマ
ジックショーを見た後、おしゃべりを楽しみな
がら和気あいあいと昼食を食べました。

◆ 米田団地部会「いきいきサロン」

10月25日は、2ヵ所に分かれて開催し、
ビデオ「藤山寛美 お笑い捕物帳」を見たり、
高砂西部病院看護師による高齢者の健康
管理についての講演を聞きました。

◆ 東神爪部会「いきいきサロン」

10月25日は、高砂警察署による「振り
込め詐欺の防止について」の話を聞いた後、
昼食を食べ、ビンゴゲームで盛り上がりま
した。

◆ 美保里部会「ぎんなんの会」

11月14日は、▷
尺八ボランティア
グループによる演
奏で童謡や民謡等
十数曲を皆で歌い
楽しみました。



◆ 中島三丁目部会「いきいきサロン」

11月14日は、以前より要望があったお好
み焼きを初めて作り、カラオケとともにラン
チパーティーをしました。「来年も開催
してほしい」という要望がありました。

阿弥陀

◆ 西下台部会「やすらぎ会」



◁ 11月16日は、手作
りの紅葉や銀杏を飾っ
て、紅葉の歌を合唱し、
カラオケでは踊り出す
人も出て楽しいひとと
きを過ごしました。

◆ 魚橋北部会「ふれあいサロン」

10月11日は、グレ
ラウンドゴルフ大会
をし、29日は、2月に
開催したふれあいサ
ロンのビデオを見て、
自分の顔が写るとさ
らに盛り上がり楽しい鑑賞会となりました。



◆ 魚橋南部会「いこいサロン」

11月12日は、自治会行事に参加し小豆
島へ行きました。寒霞溪で紅葉を楽しみ、
二十四の瞳や映画村にも行き楽しい一日で
した。

◆ 魚橋山ノ端部会「いきいきサロンはな」

11月16日は、▷
くるりんぱゲームで
4人・2人・1人対
戦と色々工夫して
大変盛り上がりまし
た。お弁当も今まで
以上に喜んでいただきました。





高 砂

◆ 第3部会「ふれあい高齢者のつどい」

11月14日は、▷市職員による「高齢者の健康づくり」の話を聞いた後、沖縄音楽の澄んだ音に癒され、おしゃべりも楽しみました。



◆ 第5部会「ふれあい会食会」

11月7日は、西部病院の臨床検査技師による「インフルエンザの予防について」の話の後、合唱やゲームをして楽しく過ごしました。

◆ 第7部会「ふれあい高齢者のつどい」

10月28日は、「ぷらっと楽・らく講座」を開催し、椅子を使って楽しくできる体操などを学んだ後、ぜんざいを食べ、会話が弾みました。

◆ 第8部会「ふれあい会食会」

11月15日は、輪投げやドリームミニ宝くじゲームをして盛り上がった後、食事をしながら歓談しました。

荒 井

◆ 東本町部会「カラオケ練習会 等」

10月28日は、恒例のカラオケの練習をし、ストレス発散につながりました。

◆ 緑丘部会「いきいきサロン」

10月1日は、おしゃべり会を開催し、秋祭りやバス旅行の話題で盛り上がり、22日は書道教室を開催し一生懸命励みました。

伊 保

◆ 伊保中部部会「ふれあい会」

11月6日は、加古川温泉みとろ荘に出かけ、ゆったりと温泉につかりカラオケも楽しみ、のんびりと1日を過ごしました。

◆ 伊保西部部会「いきいきサロン」



◁ 11月10日は、少し難しい干支の寅の小物づくりに取り組み、全員完成した後、カラオケで熱唱しました。

◆ 中島部会「ふれあいの集い 他」

10月7日は、ゆうあい訪問をし、31日は、歯科衛生士により、歯の磨き方や口の体操を色々楽しく教えてもらいました。

◆ 古沼部会「タンポポ」

11月3日は、▷ふれあい食事会を開催し、おしゃべりしながら食事をした後、カレーライスをつくろうゲームで大いに笑い、楽しく過ごしました。



◆ 三ノ島部会「ふれあい会」



◁ 11月7日は、園芸品や刺繍などの作品を展示した作品展を開催し、他の地区からも来客がある程大変好評でした。



善意銀行寄附状況



～あたたかい善意をありがとうございました～ 2009.12.1 ～ 12.28

※敬称略

地区	氏 名	金額 (円)	備 考
高砂町	十輪寺住職 西田光衛	100,000	版画冥加金より
	匿名 名	10,000	地域ふれあいの会高砂駅前ブロックへ 5,000 円 福祉のために 5,000 円
	玉 野 俊 行	2,000	福祉のために
	有 限 会 社 も も の は	22,442	福祉のために
	判 治 眼 科 医 院	23,562	福祉のために
荒井町	サントリー労働組合高砂支部	18,984	歳末たすけあい運動募金として
	キッコーマン高砂紫会	35,370	紫会ゴルフコンペチャリティー募金を福祉のために
	荒井地区老人クラブ連合会	10,000	友愛募金として
	高砂市民病院看護局	10,000	看護局によるバザー収入
伊保町	匿名 (伊保崎)	5,000	福祉のために ※郵送
	旭硝子労働組合高砂支部	125,260	年末社会福祉カンパ金として
中 筋	カルチャーハウス BEY	4,013	福祉のために
曾根町	和 さ ん	1,000	福祉のために ※郵送
	匿名 名	10,000	車いすのお礼として
	岸 本 良 一	3,000	福祉のために
	公文式天川教室	440	10・11 月分電話使用預り分を福祉のために
米田町	匿名 名	10,000	12 月分 福祉のために
	匿名 名	10,000	12 月分 福祉のために
	グラウンドゴルフクラブどんぐり会	24,020	福祉のために
阿弥陀町	阿 弥 陀 さ ん ば 工 房	2,000	福祉のために
北浜町	北 浜 小 学 校	16,279	善意の日の募金として
	匿名 名	12,000	福祉のために
その他	国際ソロプチミスト加古川	100,000	チャリティバザー収益金を福祉のために
	匿名 名	50,000	福祉のために

物品預託の状況 (※敬称略)

匿名 外国コイン
匿名 紙オムツ 4 袋・おしりふき 3 ケ
岸本 良一 タオル 42 枚 ポケットティッシュ 65 個
匿名 カレンダー 9 部

古切手・テレカ・ベルマーク等 (※敬称略)

高砂子育て生活応援ネットワーク J-POWER 電源開発高砂火力発電所
サントリー労働組合高砂支部 旭硝子労働組合高砂支部
高砂市役所福祉部地域福祉課 白兔愛育園 公文式天川教室
宝殿中学校 (株)西村組 (株)優和 昭和産業(株)
藤島 圭子 松岡 道男 小田 桂子 田原迫 真理
岸本 良一 荒井 愛子 匿名 名



◀サントリー労働組合高砂支部



旭硝子労働組合高砂支部▶

カルチャーハウス B E Y 生徒・受講生募集!

寺子屋

小・中・高校生の学習教室

- ❖ 基礎学習コース
- ❖ 家庭教師コース
- ❖ 学童コース
- ❖ 不登校生のフリースクール
- ❖ 教育相談室 (学習法・進路など)

パソコン応援団!

❖ パソコン教室 (講師直接指導の少人数制)

- ❖ パソコン絵画教室 (水彩画・絵手紙など)
- ❖ パソコン各種設定・修理・販売
- ❖ パソコン業務の代行
〔チラシ・パンフレット・ホームページ
はがき・カレンダー・伝票・作成など〕

その他の教室

- ❖ 語学 (英語・中国語・韓国語)
- ❖ フラダンス
- ❖ 書道教室 他 10 教室

イベント

- ❖ ネイルサロン
- ❖ カラーセミナー
- ❖ 草木染め体験
- ❖ 写真撮影会他

ママサロン

託児付き カルチャー教室 教室受講料 + 託児料¥500

TEL: 080-5315-7634 別所まで 高砂市中筋 1 丁目 1 - 8 (中筋小学校北側)

ホームページ: <http://www.bb.banban.jp/bey/> ブログ: <http://bey.tenkomori.tv/>

視覚障害者パソコンサポート ボランティア養成講座

視覚障害者がパソコンを学ぶ機会は少なく、サポート体制も十分ではありません。一人でも多くの視覚障害者がパソコン操作を習得できるよう支援の輪を広げることを目的に開催します。

日 時：平成 22 年 2 月 5 日（金）
～ 3 月 5 日（金）

13:30～15:30

毎週金曜日 5 回コース

場 所：福祉保健センター 3 階
会議室 1 他

参加費：500 円

対 象：パソコンの基本的な操作ができる方、ボランティア活動に興味のある方

定 員：10 名

こころみ楽リエーション 2009 参 加 者 募 集

障害者とボランティアがレクリエーションを通して交流を図ります。楽しいひとときを一緒に過ごしませんか？

日 時：平成 22 年 3 月 14 日（日）
11:00～15:00

場 所：保健センター 中ホール

参加費：500 円（昼食代）

対 象：いろいろな人と交流してみたい方、ボランティア活動に興味のある方

人 数：100 名

主 催：こころみ楽リエーション 2009 企画実行委員会

企業ボランティア啓発事業

男だって料理の時代！

～食生活を見直し、健康づくりをしよう～

40 歳以上の男性対象に、健康維持や生活習慣病予防のための食生活を見直し、“楽しく食べる工夫”を提案します。

日 時：平成 22 年 2 月 27 日（土）
10:00～14:00

場 所：高砂市中央公民館

参加費：500 円

対 象：40 歳以上の男性

定 員：15 名

講 師：キッコーマン食品㈱、高砂いずみ会

申込み・問合せ先

高砂市ボランティアセンター
☎ 442-4047 F A X 443-0505



～介護でお悩みの方、気軽にご参加ください～ 認知症の人をががえる家族の会 「いるかの会」

日 時：2 月 15 日（月）13:30～15:30

場 所：福祉保健センター 3 階 会議室 1

内 容：看護師を囲んでの座談会

申込み・問合せ先

高砂市社会福祉協議会
☎ 444-3020

高砂市支え合う介護者の会 「すずらんの会」 10 周年記念 市民講演会

どんなときも輝いていたい 介護するとき されるとき
～癒やしと笑いでリフレッシュ～

日 時：3 月 29 日（月）

開場 12:30 開演 13:00

場 所：福祉保健センター 2 階 中ホール

内 容：①ミュージックセラピーコンサート
②記念講演「笑いは心の健康」

講 師：笑い学会副会長 昇 幹夫氏

問合せ先

高砂市保健センター
☎ 443-3936

NPO法人（特定非営利活動法人）休所

デ イ サ ー ビ ス セ ン タ ー
ヘ ル パ ー ス テ ー シ ョ ン
ナ イ ト ケ ア

休所
やすみ
どころ

「民家を改装したアットホームな空間」で
楽しい日々を過ごしませんか？

電話 079-421-8148

〒675-0022 加古川市尾上町口里186番

ホームページ: <http://www.yasumidokoro.or.jp>



社協活動 目録 写真展

10月～12月



1月13日(水) 36名が参加し、杵でつく餅つきを楽しんだ後、できたてのお餅を味わいました。

▶ **生きがい対応型
「デイサービスセンター
「もちつき大会」**



12月15日(火)に子育て支援センターにおいて開催されたクリスマス会にボランティアとしてサンタを務めていただきました。▶

▶ **ボランティアセンター
「クリスマス会での
ボランティア活動」**



12月15日(火)、33組69名の親子が参加し、手遊びや歌を歌った後に、「おやこ劇場」による「ぐりとぐら」の人形劇を楽しみました。

▶ **ファミリーサポートセンター
「クリスマス交流会」**



12月10日(木)、福祉保健センターにて口腔ケアに関する様々な知識を参加者の皆さんで楽しみながら理解を深めました。▶

▶ **地域包括支援センター
「介護者のつどい」**



まちの福祉活動紹介

～詳しくはP8、9で！～



▲高砂町第5福祉部会
ふれあい会食会 (11月7日)



▲高砂町第7福祉部会
ふれあい高齢者の集い (10月28日)



▲高砂町第8福祉部会
ふれあい会食会 (11月15日)



▲伊保町中島福祉部会
ふれあいの集い (10月31日)



▲米田町米田新福祉部会
コスモス食事会 (11月11日)



▲米田町中島三丁目福祉部会
いきいきサロン (11月14日)