



～一人ひとりが思いやり 心ふれあうめぐもりのまち～  
しゃ きょう

# 社協だより

Vol.348

令和3年  
(2021年)

8月号

## 高齢者の生活を 地域のネットワークで 総合的に支えます

総合相談

地域包括支援センター

権利擁護

成年後見制度の活用  
虐待防止



主任ケアマネジャー、保健師、  
社会福祉士などが中心となり、  
お互いに連携をとりながら、  
「チーム」として活動しています。

介護予防  
ケアマネジメント  
介護予防支援

包括的・  
継続的  
ケアマネジメント

お近くの介護・福祉の相談窓口

「地域包括支援協力センター」

をご存知ですか？

詳しくは  
2・3ページを  
みてね!



主な内容

P4…「緑綬褒章」受章おめでとうございます P6…シルバーカードのご案内 P7…シリーズ認知症予防

# 地域包括支援協力センターの紹介

曾根・北浜地区

協力センター **のじぎくの里**

【住所】高砂市北浜町西浜773-3

☎079-247-9210



の介護  
相談窓口

包括支援センターと  
ターがあります。  
も相談は可能です



介護保険で  
何ができるの？



括支援センター  
社交流センター内  
43-3723



高砂・荒井地区

協力センター **中島常寿園**

【住所】高砂市中島1-6-8

☎079-442-8222



伊保・中筋地区

## 協力センター 常寿園

【住所】高砂市北浜町牛谷721-1

☎079-446-1181



介護戦隊  
ジョウジュエンジャー



## 高齢者福祉の

高砂市では、地域  
4つの協力セン  
担当地区でなくて

ひとり暮らし  
大丈夫かな…?

もの忘れ  
大丈夫かしら？



高砂市地域包  
高砂市ユーアイ福  
☎079-4



米田・阿弥陀地区

## 協力センター めぐみ苑

【住所】高砂市阿弥陀町阿弥陀43-1

☎079-449-0112



# 「緑綬褒章」受章おめでとうございます!

たかさごむつほしかい

今年4月、点訳ボランティアグループの「高砂六星会」会長の時岡知子さんが春の褒章「緑綬褒章」を受章されました。約40年にわたり点訳を通して視覚障がい者への支援に携わってこられました。このたびその功績が認められての受章となりました。

## 緑綬褒章を受章された感想をお聞かせください。

受章の連絡をいただいた時は、グループとしての受章ではなく私個人の受章でしたので最初は複雑な気持ちでした。ですが応援して下さる方々やグループの仲間達、家族から「よかったね」という言葉をもらい徐々に受章への気持ちがほぐれ、今は少し安堵し、嬉しく思います。

## 点訳を始めたきっかけは?

24歳の時に仕事を探していて、前々からいつか点訳がしたいと思っていた事を思い出し、当時住んでいた姫路市の社協に相談に行ったのです。姫路市の講習会はすでに終了していて、職員の方にちょうど高砂市で始まることを教えてもらいました。この一件がなければ、高砂市で長く点訳活動をする事もなかったですし、全く違う人生になっていたと思います。講習会に参加すると夢中になり、すぐに絵本を一冊点訳しました。その点字本は今も記念に持っています。

## 約40年続けてこられた活動のなかで印象に残っている活動や出来事はありますか?

昭和63年に神戸市から依頼された「フェスピック神戸大会」(極東・南太平洋身体障害者スポーツ大会)のパンフレットの点訳です。私はいつも下調べなしでいきなり打っていますので何度も失敗しました。当時はパソコン点訳ではなく点字製版機での点訳でしたので、打ち直すのも大変でした。そうしてやっと仕上げた原版印刷作業、会のメンバー総出で何日もかけて2,500部(50,000枚)作成しました。とても大変で且つ楽しかった思い出です。もう一つは高砂市視覚障害者福祉協会の創設40周年記念式典(平成29年12月15日)の際に視覚障がい者の方から感謝状をいただき、皆さんの前で祝詞を述べさせていただいたことです。嬉しくて涙が出ました。普段は依頼された点訳物をお渡しするのみですが、その日は共に40年頑張ってきたことを実感し、感動しました。

パソコンで点訳する  
時岡知子さん



賞状と  
祝状に

## これからの目標はありますか?

点訳を出来るだけ長く、地道に続けていきたいです。また、いただいた点訳の依頼に対して、誠実に確実に「たしかな点訳物」をお届けできるようにこれからも心掛けていきたいと思っています。日々変化、多様化していく日本語に伴い点訳の規則も数年ごとに改正されます。その変化に対応するためにも、点訳講習会の講師としても、メンバーは勉強を続け、社協の協力を得ながら少しずつ前進していけたらいいなと思います。また六星会としての目標は今年結成43周年を迎える年なのですが、50周年を目指して頑張っていきたいです。

たかさごむつほしかい

## 高砂六星会

活動日時：水曜日19:00~21:30、土曜日14:00~16:30

活動場所：高砂市ユースアイ福祉交流センター

(高砂市高砂町松波町440-35)

\*点訳ボランティア養成講座を隔年で開催しています(社協主催)\*

〈問合せ先〉 高砂市ボランティア活動センター  
TEL:442-4047 FAX:443-0505



時岡知子さん(写真中央)と高砂市視覚障害者福祉協会の副会長(時岡さんの向かって左隣)と高砂六星会のメンバー

※緊急事態宣言発出時は、定例行事・サークル活動の実施の有無について、必ずお問合せください。

# 生きがい対応型デイサービスセンター

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

### 工場見学

「ヴェネチアンガラス」工房体験

- 集合時間：8月20日(金) 9:15
- 集合場所：山陽高砂駅南口
- 行き先：神戸北野工房のまち
- 定員：15名 ※現地解散
- 参加費：100円
- 申込締切：8月2日(月)

※別途電車代(片道860円)・体験料2,530円  
申し込み多数の場合、抽選となります。

### 囲碁・将棋 ●13:00～16:30

4日(水)・6日(金)・16日(月)・19日(木)

## 8月定例行事

- 午前(10:00～)
  - 3日(火) いきいき体操
  - 4日(水) 絵手紙 前半
  - 11日(水) 折り紙Ⓞ 前半
  - 12日(木) スーパードライブⓄ 前半 (9:30～)
  - 19日(木) 折り紙Ⓞ 前半
  - 23日(月) うたの会B 前半 (10:00～)
  - うたの会A 前半 (12:00～)
  - 24日(火) ゆうゆう体操 前半
  - 26日(木) 地域ささえあい講座
  - 27日(金) 朗読の会
- 午後(13:30～)
  - 25日(水) スーパードライブⓄ 前半

## 地域ささえあい講座

生きがいデイでは利用者を対象に、年4回「地域ささえあい講座」を開催しています。

高砂市の宝である石の宝殿と竜山周辺史跡の魅力を高砂市内外に伝え広められている「石の宝殿研究会」より高岡氏を講師に招き、活動内容を紹介していただく予定となっています。

ボランティアは地域や社会をより良くしていくために、自分の関心のあること、自分に出来ることから始められるとても身近な活動です。

まずは当講座を受講し、ボランティア活動について知ってみるところから始めませんか。

※各行事に参加をご希望の方は、必ずお問い合わせください。

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

# 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?

## 提供・両方会員養成講座

～子どもが好きな方、子育て経験のある方、提供・両方会員になって子育てを応援していただけますか?～

〈日時及び内容〉

日	時間	内容
9/17(金)	9:30～10:30	ファミリーサポートセンターとは
	10:35～11:35	子どもの生活
9/21(火)	9:30～11:30	子どもの緊急時の対策と応急処置
9/27(月)	9:30～10:30	子どもの心と身体の発達
	10:35～11:35	子どもの安全と病気
9/29(水)	9:30～10:30	子どもの遊び
	10:35～11:35	提供会員として活動するために

〈場所〉 ユーアイ福祉交流センター1階  
交流スペース1、2 他

〈対象〉 高砂市内にお住まいで子育て経験のある人、  
子育て支援に関心のある人

〈定員〉 15名 〈締切〉 9月15日(水)

〈託児〉 定員5名(対象:1歳6ヵ月以上の子ども 要予約)

※全講座を受講後、提供・両方会員として登録することができます。  
今回受講できない講座がある場合は、次回開催する講座を受けていただきます。

## こんな時に…

- 幼稚園・保育園・こども園の送り迎え
- 学童への迎えや放課後の預かり
- 幼稚園・保育園・こども園の登園前降園後の預かり
- 保護者の病気・外出・リフレッシュしたいときの預かり等です。

依頼会員に登録をご希望の方は、**10月23日(土)**に入会説明会があります。(詳しくは次号をご覧ください。)

※登録を急がれる方はセンターに電話で予約をしてお越しください。

新型コロナウイルス感染症対策のため、開催内容の変更や開催を中止する場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

申込み  
問合せ

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、4月～6月に開催された活動の一部をご紹介します～



## ◆高砂町 第9福祉部会(5月28日)

グラウンドゴルフ大会を開催、日頃の運動不足を解消し、笑顔で気分転換。



## ◆荒井町 小松原団地福祉部会(5月17日)

レクリエーションで楽しくフレイル予防を行い、充実した時間を過ごす。



## ◆中筋校区 春日野町福祉部会(5月24日)

ゆうあい訪問を実施、6月の行事のお知らせとハンドソープを手渡し近況を伺う。



## ◆中筋校区 春日野団地福祉部会(4月12日)

公園でのお花見会に代わり、集会所で短時間の開催、おでんやお弁当を頂き談笑。



## ◆曾根町 西之町福祉部会(5月30日)

自治会館前でお茶やお菓子など「お家喫茶の袋入り」をお渡し、大変喜ばれる。



## ◆北浜町 牛谷東福祉部会(6月6日)

牛谷東児童公園の花の植替え作業を行い、住民の交流を深める。

新型コロナウイルス感染防止対策をして実施いただいています。紙面の都合上、一部の活動のみ掲載しています。

## 高砂市老人クラブ連合会

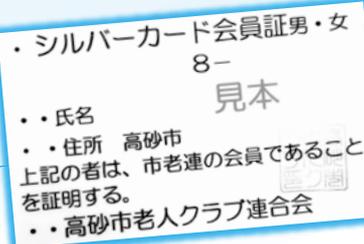
# 高齢者の元気は地域の元気!

加盟店

508  
店舗

加盟店の  
皆様に感謝

高砂市老人クラブ連合会に  
入会したら必ずもらえる!  
シルバーカード



高砂市老人クラブ連合会では、**入会いただいた方皆様**に、市内の加盟店にて提示し様々な特典を受けることができる「シルバーカード」を配布しております。  
(※加盟店によって特典内容は異なります。)

まだ入会いただけていない方は、ぜひ高砂市老人クラブ連合会に入会いただき、お近くの「シルバーカード加盟店」で楽しいお買い物をしてみませんか。

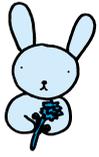
※お住いの地域に老人クラブがない場合もございます。

詳しくは、高砂市老人クラブ事務局までお問合せください。

☆シルバーカード加盟店も同時に募集しております。  
お気軽にお問い合わせください。

☎079-444-3020

▲このステッカーが  
加盟店の目印です



# 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～

R3.6.1～6.30 ※敬称略

## 一金銭の部

地区名	氏名	金額(円)	備考
高砂	高砂小学校	15,063	善意の日の募金
	自由空間たかさご	3,030	お客様からの寄贈品の売上を福祉の為に
	玉野 俊行	2,000	
	短足おじさん	4,711	お客様の善意
曾根	ニッセイマンション管理事務所	9,840	
米田	松本 紀夫	50,000	
	匿名	1,400	



※善意銀行への寄附金は税額控除が適用されます。

## 一物品の部(外国コイン・古切手・使用済カード等)

加古川ガス(株)、播磨環境管理センター(株)、三菱製紙労働組合高砂支部、(株)優和、高砂市役所(生活福祉課、地域福祉課、子育て支援室)  
\*\*\*\*\*  
鷹巣 絹子、梶 眞治、木谷 利尚、柴山 江里子、名嘉 初枝、新木 田栄子、匿名

## 一物品の部

株ツルハホールディングス…車いす2台	匿名…足袋靴下2足
東播地区メーカー実行委員会…タオル189枚	匿名…ロングパンツ1枚、半袖シャツ7枚、長袖シャツ1枚
青木 裕子…紙パンツ8袋	匿名…ポロシャツ、Tシャツ、ズボン
匿名…吸水ナップ16個、羽根つき吸水ナプキン9個	匿名…Tシャツ6枚、ズボン3枚、靴下2足
匿名…尿取りパッド1袋	匿名…糸、タオル55枚、ズボン下5枚、パンツ7枚、
匿名…夜用尿取りパッド1袋	ランニングシャツ2枚、半袖シャツ6枚、長袖シャツ4枚



▲株ツルハホールディングス

※物品のご寄附は、原則として新品の既成の品物をお願いします。(古着などの回収はしておりません)

## シリーズ 認知症予防 その2

### ●認知症を予防するための10の方法

#### 健康的な食事

野菜(特に抗酸化物質を豊富に含む緑黄色野菜)や果物を十分に摂り動物性脂肪を控えめにした栄養バランスの良い食事は、認知機能低下のリスクを減らすために役立ちます。栄養バランスの良い食事を1日三食規則正しく摂り、食べ過ぎないようにすることが基本です。さらに脂質のとり方にも意識して下さい。青魚やエゴマ油、アマニ油などに含まれるα-リノレン酸は血流を良くする、脳の神経細胞を活性化するなどの効果があります。またアルツハイマー型認知症の原因物質アミロイドβが溜るのを抑える働きがあると言われています。食事と認知機能についての研究は始まったばかりですが、参考に見て下さい。



## 認知症の人を ささえる家族の会「いるかの会」

## 高砂市支え合う 介護者の会「すずらんの会」

## 若年性認知症と ともに歩む「子いるかの会」

～お気軽にご参加ください～

日 時：8月23日(月)13:30～15:30  
場 所：ユーアイ福祉交流センター 1階 交流スペース1・2  
内 容：優しい認知症ケア「ユマニチュード」  
講 師：特別養護老人ホーム常寿園  
施設長 長谷川 均 氏  
※事前にお申込ください

## 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：8月2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

## 若年性認知症と ともに歩む「子いるかの会」

～家族の日～

日 時：8月2日(月)10:00～12:00  
場 所：ユーアイ福祉交流センター 2階 登録団体連絡室  
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。

申込み・問合せ先

高砂市社会福祉協議会 ☎444-3020

～「もの忘れ」気になりませんか?～

## あたまの健康チェック

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。ご夫婦、ご友人同士でもお気軽にお越しください。

日 時：8月24日(火)・9月28日(火)  
①10時 ②11時 ③13時 ④14時 ⑤15時  
場 所：高砂市ユーアイ福祉交流センター1階  
人 数：各時間1組 費用：無 料  
対 象：高砂市内在住の方  
実施方法：対話形式で、簡単な質問に答えていただき  
ます。(30分～1時間程度)  
申込方法：電話又は来所にて予約が必要です。

申込み・問合せ先

高砂市地域包括支援センター(認知症相談センター) ☎443-3723



# 耳より ホットライン

## 傾聴ボランティア養成講座

相手の心に寄り添うコミュニケーション技術を学びませんか?  
期 間：8月20日(金)～9月10日(金)  
場 所：ユーアイ福祉交流センター1階 交流スペース1  
定 員：10名 参加費：無料  
締 切：8月13日(金)

	日 時	内 容 / 講 師
1	8月20日(金) 13:30～15:30	コミュニケーションと傾聴 心理スペースぼれぼれ 稲松 由佳 氏
2	8月27日(金) 13:30～15:00	ボランティアと傾聴 傾聴サークル「ぼっぼ」
3	9月 3日(金) 13:30～15:00	高齢者と認知症の理解～認知症サポーター養成講座～ 高砂市キャラバンメイト連絡会
4	9月10日(金) 13:30～15:30	講座の振り返り さあ一歩踏み出そう! 心理スペースぼれぼれ 稲松 由佳 氏

## 要約筆記ボランティア養成講座

『要約筆記』とは、話をその場で要約し、  
文字に換えて伝えることです。

日 時：9月2日(木)～10月14日(木)全7回  
9:45～11:45  
※9月12日(日)13:30～15:30  
高砂難聴者協会勉強会、見学・交流会を開催します。  
※全コース受講はもちろん、日程の前期  
(9/2～9/16)のみの受講もできます。  
場 所：ユーアイ福祉交流センター 2階 交流スペース6  
対 象：要約筆記やボランティア活動に興味のある方  
定 員：8名 参加費：1,500円(テキスト代含む)  
締 切：8月25日(水)

## 朗読ボランティア養成講座

～目の不自由な方々へあなたの温かい声を届けよう!～

日 時：9月7日(火)～11月30日(火) 全12回  
毎週火曜日13:30～15:30  
※但し11月23日(祝)は除く  
場 所：ユーアイ福祉交流センター 1階 交流スペース1・3  
対 象：朗読ボランティア活動に関心のある方  
定 員：10名 参加費：1,000円  
締 切：8月31日(火)

申込み・問合せ先

ボランティア活動センター ☎442-4047

## お詫び

社協だより第347号において、文中に誤記がありましたので、下記のとおり  
訂正いたします。  
2ページ右下 役員(理事・監事)氏名一覧【(誤)副長事理 → (正)副理事長】  
今回の不手際につきまして深くお詫び申し上げます。