



南あわじ市社会福祉協議会広報



第63号
2021年3月発行

わかは

CONTENTS

- ちよっと寄ってみらんかよ 2-3
- お知らせコーナー 4-5
- 地域の活動ええ和・話・輪 6
- 社協活動紹介・ふくしクイズ 7
- 善意銀行だより 8

「瓦とひなの会」のみなさま

4月3日（日）まで津井産業文化センターでお雛様が展示されています。
ほっと一息つきに、会いに行ってみてはいかがでしょうか？

この広報誌は一部赤い羽根共同募金の財源を活用しています。



ちょっと寄ってみらんかよ～コロナ禍で地域はどうしてる？～

～地域づくり編～

人が生まれ歳を重ねるなかで、安心して生活ができることは何よりも心強いものです。しかし、人口減少、少子高齢化、そして昨年からのコロナ禍において、この「安心」をいかに担保できるかは地域の支え合いがとても重要となってきます。その支え合いのしくみづくりを考え、形にしていくものが「地域づくり」です。社協では地域のみなさまと一緒に「地域づくり」を考え、支援していきます。

地域づくりをしたら何がどんなふうにええの？

1. 社会参加をすることでフレイル予防に

社会参加とは就労だけでなく、ボランティアや自治会などの地域行事、趣味やおけいこ事に参加することも含まれています。これらを通じて、人とのつながりや健康維持などができます。



最近よく聞く「フレイル」って何？



健康な状態から要介護へ移行する中間の段階と言われています。具体的には、加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を指しています。

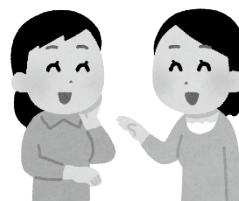
2. 日頃からのつながりが支え合いに

ふれあい・いきいきサロン

見守り活動

近所のおすそ分け

集いの場（井戸端会議も？）



3. やくわり・生きがいを持ちいつまでもいきいき元気に

コロナ禍でしみじみと思ったことは、「日々予定があるのって張り合いがあるもんだな～」ということです。その予定を、自身の興味や能力を生かした活動を行うことに費やすことができ、さらにそれが仲間に認められるとより元気になりますね。その仲間づくりの入り口が集いの場や、ふれあい・いきいきサロンです。



～つながり編～

今年度はコロナ禍のため自粛で始まり、自粛で終わる一年となりました。今まで味わったことのない様々な縛りの中、見えないウイルスとの戦いに明け暮れましたが、皮肉にもそのおかげで、つながることや集うことの大切さを改めて感じました。また、コロナ禍でのつながり方を考えさせられました。

あらためて、つながることの効果とは？

1. 仲間や居場所があることで、閉じこもり防止や見守りができる
2. 介護予防や認知症予防になる・生活にメリハリが生まれる
3. ちょっとした困りごとを相談・解決するなど支え合いへとつながる



「心は密に距離はソーシャルディスタンス」で頑張っています！

新型コロナウイルスの影響でサロンや集いの場の開催が難しかったことと思います。そのような中、**つながりを絶やさないようにちょっと工夫**をして開催や安否確認をされていたサロンなどを紹介いたします。

緑老人クラブ 連合会女性部



家にある布を持ち寄って各自、自宅でマスクをつくり、1人暮らしの高齢者にお届けしました。愛情マスクをどうぞ♡

西本サロン



早くこんな
日常に戻り
ますように…

ゴキブリ団子づくりの予定が中止となり、代表者が作ってみなさんに配りました。料理レシピやコロナ予防のパンフレットも配りました。

中田サロン



2週間に一度安否確認をかねて、サロン会場玄関に集合！塗り絵や脳トレを渡し、次回までの宿題に！開催した時は発表会だ～♪

八木馬回 (やさしや)



百歳体操をしたり、その仲間で地域のジャムづくりを手伝ったりして、昔身につけた腕前を大いに発揮しています。

みなと いきいきサロン



調理ができず思案し、「ボッチャ」の講習を受け、密にならないように百歳体操後に楽しみました。自粛後は子どもたちとも一緒にしました♪

十一ヶ所 スマイルクラブ



自粛中に連絡を取る方法として、野辺の宮清掃を月に1回行っています。きれいになった境内で、気分もすっきり！

コミュニティスペース エモラボ



いつもしている卓球バレーの人数を少なくして練習したり、地域のグラウンドゴルフの練習に参加したりしました！

ギョギョタウン



町中水族館として福良商店街にある「福良イケメンズ(名付けて5G)」が運営しています。福良活性化のため日夜努力しています！



お問合せ・申込み: ☎0799-44-3007

社会福祉士の実習生を受け入れました♪

1月11日～2月26日まで実習生を受け入れ、社協の事業や地域活動に参加しました。実習での学びや体験したことを活かし、社会福祉士の資格取得に向けてさらなるご活躍を期待しています。



地元である南あわじ市で1か月半実習させて頂きました。大学の勉強だけでは学ぶことのできない貴重な経験をさせて頂きました。色々な機会や経験を通して、自分が子どもの頃に描いていた、やりたかったことを思い出し、自分の視野も広げることが出来ました。

例えばご利用者様に会いお話を聴く中で、どんな会話の特徴があるのか、どんな考え方をするのか意識するようになり、コミュニケーションの方法などを含め自分と向き合うことが出来ました。また、個別支援の難しさや多職種連携の大切さを学ぶことが出来まし

た。会議や認知症を支える家族の会「スマイルの会」に参加して家族の方のお話を聴いて、介護の大変さや高齢者の方がすぐ利用できる移動サービスなどの資源が少ないことを知り、地域の課題に気づききっかけになりました。また、地元の文化サークルで「雑俳」を知り、地域のために動く人たちにも出会い、人と人の結びつきが強い地域であるということが認識できました。実習で学んだ経験を活かし、自分のできることから取り組んでいきたいと思ひます。



山岡 都子さん



**食でつなぐ！南あわじの輪！
架け橋パントリープロジェクト**

食材の寄付にご協力ください

ご家庭に「ついつい買いすぎてしまい食べきれない」など、眠っている食品はありませんか？ご寄付いただいた食品は、コロナ禍で生活に不安を抱える方へお渡しします。

ご寄付いただきたい食品例として…

- ★缶詰 ★レトルト食品 ★お米
- ★インスタント食品 ★飲料
- ★乾麺 ★調味料 ★お菓子 など

※1か月以上賞味期限が残っているもの

次のような食品はお預かりできません

- × 賞味期限が明記されていないもの
- × 製造者や販売者の表示がないもの
- × 開封済みのもの
- × 生鮮食品、アルコール類
- × 常温で保存できないもの

社協窓口までお持ちください。



コロナに負けるな！ 子どもの居場所応援プロジェクト！ 助成団体大募集

新型コロナウイルスの感染が拡大する一方、子ども達の居場所や活動は縮小しています。

みなさまから寄せられたご寄付を南あわじの子どもたちを支援する事業へ配分します！

募集期間：令和3年4月1日～5月7日

配分対象

南あわじ市内において子ども達の居場所や活動場所を提供する団体。

(例：子育て支援グループ、スポーツクラブ、ボランティアグループ、児童会・生徒会など)

助成金額：1事業あたり3万円以内。

※予算の範囲内での配分となりますので、すべての要望にお応えできない場合があります。

「この活動は対象になる？」といったご質問や詳しい仕組みについては、お問い合わせください。



お知らせ

春よこいこい！「なごみ川柳」大募集

コロナ禍でうち時間も多くなったことと思います。そこで、頭をひとひねりして面白い川柳を考えてみませんか？考えさせられたり、思わず“くすっ”と笑えたり、想いを川柳に表してみてください。頭をひねって、振るってご応募ください。

申込期間：令和3年4月30日(金)

応募方法：住所・氏名・ペンネーム・電話番号をご記入の上、郵送・FAX・窓口・メールなどで社協までご応募ください。

その他：応募者全員に参加賞あり。広報やお便り等で作品を発表する場合があります。



会えずとも
心が密なら ベっちゃない

まちの電気屋ネットワーク

「まちの電気屋ネットワーク事業」が始まって約1年が経ちました。これまでに電気屋さんなどを通して、多くの電化製品をご寄付いただきました。ご寄付いただいた物品は令和2年度中に、冷蔵庫3台、炊飯器1台、オーブントースター1台を、生活にお困りの方にお届けいたしました。

新型コロナウイルスの影響などもあり、生活に不安を抱える方が増えています。今後は、電気屋さんをはじめ、地域のお店や事業所などとも連携をし、そのような方々の生活を支えるネットワークを構築していきたいと思います。



ペットボトルのふたの回収終了のお知らせ

これまで南あわじ市社協では、気軽にできるボランティアの一環として「ペットボトルのふた」の回収をしてきました。しかし、近年の国内外のプラスチックを取り巻く環境の変化などにより、リサイクルとして換金することが難しくなりました。以上のことより、**令和3年3月末**を持ちまして「ペットボトルのふた」の回収を終了させていただきます。

これまでの長年にわたり皆様からご支援、ご協力をいただきましたこと、深くお礼申し上げます。また、回収にあたり多大なるご協力をいただいた「淡路清掃俵様」をはじめ、関わってくださった企業様・団体様にも合わせてお礼申し上げます。

なお、以下の物品は引き続きお預かりをしています。

●プルタブ ●ベルマーク ●書き損じはがき
●古切手 ●プリペイドカード ●食材 他
今後とも、ご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

ボランティア保険加入のご案内

ボランティア活動中のもしもの事故やケガに備えて、ボランティア保険への加入をお勧めします。

① 兵庫県ボランティア・市民活動災害共済

内容：ボランティア活動中の万が一の事故に備える保険

①傷害保険金 ②損害賠償責任保険金
③死亡見舞金

手続：社協窓口にてご加入ください
(氏名・住所・電話番号が必要)

掛金：年間500円/1人

(令和3年4月1日～令和4年3月31日まで)

② 兵庫県ボランティア活動等行事用保険

内容：事業活動中のボランティアや参加者のケガおよび、主催者が損害賠償を負った場合に備える保険

①傷害保険金 ②賠償責任保険金

手続：社協窓口にてご加入ください

掛金：1人50円 (1日20人以上必要)

400年の歴史！淡路の伝統文化『淡路雑俳』

市地区公民館サークルの一つである『淡路雅交会みどりみはら吟社』。その活動について、淡路雅交会名誉会長の池添忠義(雅号 酔心)さんにいろいろお聞きしました。

雑俳は種類が多く、いろいろな形式と内容をもつ言葉遊びで誰でも楽しめる面白い俳諧文学です。江戸時代に雑俳の文化が淡路に広まり、その後400年の歴史の中で淡路独自の進化を遂げ、現在の「淡路雑俳」のカタチが生まれました。雑俳は俳句、川柳と違い、あらかじめ決められた「句題」を決められた場所に入れて作句するという難しさがあり、それが雑俳の面白さでもあるそうです。

雑俳の例（下線が句題）

- 真っ直ぐに 伸びても曲げる松の枝
- 次々と 問診のよに聞く見舞
- べっちゃんない 言うたお見合い断られ



『みどりみはら吟社』では約25名(女性の方が多い)の会員が所属し、3か月に1回、市地区公民館で句会を楽しんでいます。また、全島の句会は年2回開催され、各地区の吟社から4,000～5,000句が集まります。酔心さんは「句会で気の合う仲間と句の順位を競い合うことがいちばんの楽しみだ」と笑顔で語ってくださいました。

淡路雅交会では会員を募集されています。初心者向けの雑俳講座もあるそうなので、興味のある方は一緒に雑俳を楽しんでみてはいかがでしょうか。

笑顔の力、おもいやりポイント制度で紡いだ絆 ～コロナ禍でも「つながり」を絶やさないために～



南あわじ市では、60歳以上の市民が、外に出るきっかけや健康づくりとして、保育所、小学校や介護施設、学童保育などで、職員の方の補助的なボランティア活動を行うことでポイントが付与される「おもいやりポイント制度」を実施しています。貯めたポイントは、商品券への交換や寄付もできます。

齋藤さん、登里さん、出口さんは保育所や小学校で絵本の読み聞かせや遊具の消毒などの活動と一緒にしています。実はみなさん、最初から3人で活動を始めたわけではありま

せん。「保育所に活動の説明を聞きに行った時、初めて3人で会ったんですよ。そしたらそれぞれが知り合いやったんでびっくり」とのこと。意気投合した3人はその後仲良く活動することになりました。「3人いるから心強い、休んでも代わりをお願いできるし、楽しいこともみんなで分かち合える。性格がそれぞれ違うのもいいのかも？」とみなさんのチームワークは抜群です。「友人同士で参加できるのがこの制度の魅力。ぜひ誘い合って多くの方に参加していただきたい」と話すみなさん。コロナ禍で集う機会が減少する中、おもいやりポイント制度を通じて『つながり』の大切さを実感することができました。

おもいやりポイント制度への参加は南あわじ市役所の「生涯活躍推進室」にて随時受け付けています。興味のある方はお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。電話43-5244

“ええ和・話・輪”で紹介してほしい活動があれば、ぜひ社協までご連絡ください♪

「相談支援事業所」って何？

南あわじ市社協には「相談支援事業所」という部門があります。相談支援事業所は南あわじ市社協だけではなく、南あわじ市内にも全国の市町村にもあります。

＜相談支援事業所って何をしている所？＞

障がいのある方の相談窓口です。相談支援事業所には「相談支援専門員」がおり、障がい福祉サービスをご利用される方やそのご家族の方が暮らしやすいように、地域や福祉サービスなどへつなぐ役割があります。



＜福祉サービスってどんなの？どんな相談ができるの？＞

たとえば…

- ① 学校卒業後はほとんど自宅生活。外出をしてみたいけれど、生活リズムもバラバラ。
⇒自立訓練事業所にて、自立した日常生活を身につける。
- ② 一人暮らしで障がいのある人を、最近見かけなくなったけど、生活できているのかなあ？
⇒ヘルパーさん(居宅介護事業所)に来てもらい、一人ではできない日常生活の事を援助してもらうことで、最近では徐々に出来ることが増えてきている。
- ③ こどもの健診で、発達が気になったので保健師に相談した。
⇒療育(児童発達支援事業所)に通い、本人の成長に寄り添った支援を受け、力をのばしていく。

相談支援専門員は、発達が気になるお子さんから障がいのある高齢の方など幅広い方を対象として相談を承っております。福祉サービスの利用に関係なく、どんな相談でもお聴きいたしますので、遠慮なくご相談してください。まずは、お電話にてご連絡ください。

南あわじ市社協相談支援事業所 0799-44-3711(ホームページにも業務内容を掲載しています。)

ふくし クイズ

表紙の「み～あ」はどこに
お出かけしたでしょう？
瓦と〇〇の会
(ひらがな2文字)

第62号のふくしクイズの答えは

「なすの」でした。

■**応募方法** はがきに①クイズの答え②あなたがチャレンジしてみたいこと③郵便番号④ご住所⑤お名前⑥お電話番号⑦年齢をご記入の上ご応募ください。

■**締め切り** 4月30日(金)必着

■**応募先** 〒656-0122
南あわじ市広田広田1064
南あわじ市社会福祉協議会

- ◆応募者の中から10名の方に図書カードをプレゼント!
- ◆当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

「助けられ上手講座」を開催しました。

コロナ禍の今だからこそ、改めて人と人とのつながりや助け合うことの必要性を学ぶことを目的に「助けられ上手講座」を開催しました。

寸劇を交えながら「助けられ上手」とは何かを学んだ後に、実際に日常生活でありそうな事例を用いながら、「自分ならどうするか」をテーマに話し合いをしました。参加者のみなさまからは「無理して手遅れにならないように自分が困っていることを話すことは大事」「遠い親戚より近くの他人と改めて考えさせられた」との意見がありました。

誰かを助けて嬉しい人がいる、誰かに助けられて嬉しい人がいる、「助けようか」「ちょっと助けて」の2つがぴったり合っこそ助け合いになります。「もうだめだ」と思う前にちょっと相談してみませんか？



