



にじ丸ちゃん

かたの 社協だより

ふれあい

第 146 号

[編集と発行]

社会福祉法人

交野市社会福祉協議会

〒576-0034

交野市天野が原町5-5-1

☎ 072-895-1185

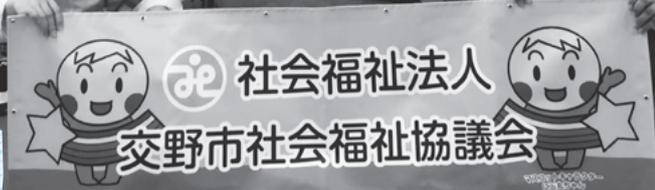
FAX 072-895-1192

✉ nijimaru@katano-shakyo.com

ホームページ <http://katano-shakyo.com/>

だれもが安心して暮らせる 福祉のまちづくりを目指して

社協職員と
交野市社協
キャラクターの
にじ丸ちゃん



「第4期交野市地域福祉活動計画策定・推進委員会」の委員を募集!!
交野の **か**かわりあって・**た**すけあい・**の**びのび・**し**あわせのまちづくりについて
一緒に考えてみませんか?詳細はホームページをご覧ください。

もくじ

- ◆だれもが安心して暮らせる福祉のまちづくりを目指してP1
- ◆社協の主な事業紹介P2
- ◆ボランティアサロン／ボランティアグループ紹介
エコキャップ回収中止のお知らせP3
- ◆令和元年度 社協事業・決算報告P4
- ◆地域包括支援センターコーナーP5
地域包括支援センターへのご相談について／介護者向け講座
- ◆保健だより ～「フレイル」を防ごう(運動編)～P6
- ◆友愛コミュニケーション事業の活動報告P7
- ◆交野地区募金会からのお知らせ／善意銀行P8

社協の主な 事業紹介

社会福祉協議会は、「地域福祉の推進を図ること」を目的としています。
交野市社会福祉協議会における主な事業を紹介します。

紹介した事業以外にも提供しているサービスが複数ありますので、
今後、地域の人へ各事業をより深く理解していただき、困りごとの解決へつながる
よう、事業紹介のシリーズ化(社協だより発行毎に1~2事業)を予定しています。



小地域ネットワーク活動推進事業



各務



南部



舟山

小地域ネットワーク活動推進事業は、地域のボランティアをはじめ、地域福祉に関わる団体や機関で組織される各小学校区の校区福祉委員会が中心となっています。すべての住民が孤立せず、安心して暮らせるように見守り体制を構築しています。

コミュニティソーシャルワーカー (CSW) 事業

コミュニティソーシャルワーカーとは、「福祉のなんでも相談員」です。

高齢、障がい、児童など分野にとらわれず、制度のはざまや複合多問題などの「どこに相談していいのかわからない」相談や生活上の困りごとや悩みごとの相談をうかがいます。解決に向けて本人や家族、相談窓口とのつなぎ役となります。



吉田

日常生活自立支援事業



豊貴



渡辺



脇田

自分だけでお金の管理や契約の判断をすることに不安がある人に対して、預貯金の入出金や日常生活を送るうえでの必要な支払いなどの金銭管理、日常生活で必要な手続きや事業者との契約についてのお手伝いなど、暮らしの中の様々な不安や困りごとに対して支援を行なう事業です。

生活困窮者自立支援事業

お金や仕事、住居など、経済的な困りごとを抱える人が、地域で安心して生活できるように、相談支援員と一緒に課題を整理し、寄り添いながら解決に向けて取り組む事業です。

- 仕事が見つからない、長続きしない。
- 離職により住居を失った(失いそう)。
- 多くの借金を抱えている。
- 家族がひきこもっているなど



小野田

世代間交流センター



山本



辻野



浦上



上田



堀口



奥野

地域の皆さんが健康や福祉の向上、世代間交流を目的とした活動を安心・安全に行うことができるよう、ゆうゆうセンターの部屋の貸し出しや設備管理に関する業務を実施しています。

また、世代間交流の推進を目的としたイベントや、フリースペースの開放を実施しています。

ボランティアセンター



各務



天場



吉井

ボランティアセンターは、ボランティア活動を『している人(団体)』、『したい人』、『紹介してほしい人』をつなげるコーディネートをしています。

また、ボランティアに関する相談やボランティアグループづくりの支援を行っています。

移送サービス



舟山



浦上

移送サービスは、他人の介助によらず移動することが困難であり、またおひとりではタクシーなどの公共交通機関を利用することが困難である人の外出サポートです。通院や公共施設の利用、レジャーなど、社会参加のための送迎を有償で行っています。

ボランテニアサロン

「ユニバーサルデザインに触れよう」

誰でも気軽に参加でき、ボランティアに関して、「知る、学ぶ、交流する」サロンを開催しています。

8月には、ボランティア活動紹介DVDを鑑賞後、ユニバーサルデザインの製品に触れ、みんなが安心して暮らせる「場所」「もの」「こと」について一緒に考えましょう。
朗読グループ「あい」の活動紹介もあります。

ユニバーサルデザインとは

障がいの有無や年齢、性別、国籍などにかかわらず、製品・環境・建物空間などができるだけ多くの人が利用できるようにデザインすることです

ユニバーサルデザインに使用されるマークの例



障がい者のための国際シンボルマーク
障がいのある人が利用できる建物や施設であることを表す



ほじょ犬マーク
身体障がい者補助犬同伴の啓発のためのマーク

- 【と き】 8月31日(月) 午前10時30分～12時
- 【と ころ】 交野市ボランティアセンター 2階
- 【講 師】 朗読グループ「あい」
- 【対 象】 市内周辺在住・在勤・在学者
- 【定 員】 15人 (事前申込制)
- 【参 加 費】 無料
- 【申し込み】 交野市ボランティアセンター
☎072-894-3737 FAX072-891-3340

ボランティアグループ紹介

点訳「虹の会」



点訳「虹の会」はグループが発足して、来年9月で40年を迎えます。視覚障がい者へ点字による情報提供に努めてきました。これからも研鑽を積みながら、よりよい点訳をめざしていきます。

普段の活動は、社協だより「ふれあい」、交野市広報「かたの」の点訳をはじめ、新聞コラム「天声人語」や依頼図書の見聞録、点字カレンダーの作成もしています。また一般図書はネットにデータをアップして、全国の方々に利用いただける「サピエ図書館」の活動にも参加しています。

ます。

また市内の小学校での点字講座やイベント会場での点字・点訳講座など、点字の普及に努めています。

活動は、毎週金曜日午前10時からボランティアセンター1階活動室で行っています。14人のメンバーで、無理せず、楽しくをモットーに活動しています。

※「サピエ」とは視覚障がい者に対して、点字・録音図書のデータをはじめ暮らしに密着した地域・生活情報などさまざまな情報を提供するネットワークです。

点字・点訳に関心のある人は、ボランティアセンターまで

☎ 072-894-3737

FAX 072-891-3340



エコキャップ回収中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間エコキャップの分別作業を中止しています。それに伴い、ゆうゆうセンター館内及びボランティアセンターでの回収も中止しています。ご理解・ご協力をお願いします。再開の目途が立ちましたら、社会福祉協議会のホームページにてお知らせします。

6月11日の理事会・6月26日の評議員会で、令和元年度事業および決算が承認されました。主な事業および決算について、ご報告します。

令和元年度 社協事業報告

複雑化・多様化する個人・世帯への生活課題に対応するべく、コミュニティソーシャルワーカー事業、生活困窮者自立支援事業、日常生活自立支援事業、地域包括支援センター事業等の**相談支援の強化**を行いました。

また、**福祉の困りごとを支える仕組みづくり**として、地域福祉活動の充実や新たな福祉の担い手を確保するための交流会や研修会、職域別の認知症サポーター養成講座等を開催しました。

災害に強い地域づくりを推進するため、平成30年9月・台風21号の際の実践活動報告や避難所運営ゲーム (HUG) を活用した研修会および出前講座を実施しました。

その他にも、地域・団体・関係機関等のご支援・ご協力のもと、様々な地域福祉活動を実施しました。

令和元年度 社協決算報告

(単位：円)

人件費支出 147,956,182(55.8%)

事業費支出 86,250,327(32.5%)

事務費支出 10,357,839(3.9%)

助成金支出 13,121,383(4.9%)

支払利息支出 73,679(0.1%)

事業活動資金収支差額 7,334,166(2.8%)

歳出
265,093,576

歳入
265,093,576

会費収入 5,561,756(2.1%)

寄附金収入 1,061,829(0.4%)

経常経費補助金収入 31,863,245(12.0%)

受託金収入 190,151,674(71.8%)

事業収入 11,437,971(4.3%)

介護保険事業収入 23,637,841(8.9%)

受取利息配当金収入 239,844(0.1%)

その他の収入 1,139,416(0.4%)

交野市社協職員構成

令和2年3月31日現在 (人)

会 長		1
常務理事兼事務局長		1
事務局課長		2
総務・経理担当	正規職員	1
	非常勤	2
	アルバイト	2
地域福祉・在宅福祉担当	正規職員	6
	非常勤	2
	アルバイト	4
地域包括支援センター	正規職員	6
	非常勤	8
	アルバイト	2
職員総数		37

決算総額

265,093,576円



交野市 地域包括支援センターコーナー

高齢者の皆さんが住み慣れた地域でいきいきと生活が出来るように支援いたします

交野市地域包括支援センターでは、日常生活や介護、健康のことなど様々な相談に応じています。 ☆

両親が、お金の管理ができなくなってきたみたい。どうしよう？

例えば…

65歳未満のわたしでも介護保険使えるのかしら？

足腰が弱らないようにしたいけど、何から始めたらいいのかな？

近所に住む高齢者が虐待されているかも…。心配だけど、どうすればいいのかな？

知り合いの人が、物忘れて困っているんだけど、どうしたらいいのかな？

母が退院するので、ベッドを借りたり、手すりをつけたいんだけど、どこに相談すればいいのかな？

親の元気がなくて、最近閉じこもりがちなんだけど、どこに相談すればいいのかな？

お風呂に入りにくくなったし、買い物に行くのがつらくて、困っています。

介護保険を利用したいんだけど、まず、なにをしたらいいんだろ？

このようなことで、「どこに相談したらいいのかな？」と思ったら、

まずは **地域包括支援センター** にご連絡ください。

連絡先

交野市地域包括支援センター

交野市天野が原町5-5-1 ゆうゆうセンター 1階 交野市社会福祉協議会内

☎072-893-6426

FAX072-895-1192

(平日の午前9時から
午後5時30分まで)

認知症介護者向け講座

「介護者家族の経験談～認知症の妻を介護して～」

その後 **座談会** を開催します

家族が認知症と診断された時、どう受け止め、寄り添ってあげればいいのか、どんな支援が必要で、どう介護していくのか…。実際に認知症の配偶者を自宅で介護されてきたお二人の介護者家族に、介護の経験談や自身の思いについて話していただきます。

認知症の講座終了後には、認知症の人を介護するご家族を対象とした座談会も行います。日頃の介護のことやこれからのことについて、同じ立場の人たちと一緒に気軽にお話しをしませんか。

と き 9月24日(木) 午後1時30分～3時(受付開始 午後1時～) **と ころ** ゆうゆうセンター 4階 多目的ホール

内 容 講 座 「介護者家族の経験談～認知症の妻を介護して～」
語り手：若年性認知症介護者意見交換会「はまゆりの会」参加者 介護者家族 2人
インタビュアー：交野市地域包括支援センター 認知症地域支援推進員 田中 歩
座談会「認知症の人の介護についての情報交換やこれからの支援について」

対 象 認知症の家族を在宅で介護されている人、講座内容に関心のある人
(※講座終了後の座談会については、現在、在宅にて認知症の家族を介護されている人のみ対象。午後4時ごろ終了予定。)

定 員 80人 **費 用** 無料

申し込み・問い合わせ 交野市地域包括支援センター (ゆうゆうセンター 1階 交野市社会福祉協議会内)
☎072-893-6426 FAX072-895-1192 担当 田中・吉兼

保健だより

～フレイルを防ごう(運動編)～

フレイルを防ぐためには「動く」ことが大切

フレイルとは、加齢にともない心身の活力が低下した状態をいいます。放置すると寝たきりなど介護が必要な状態にまで心身が衰弱してしまいます。フレイルを防ぐためには、足腰の筋力を維持することが大切です。たとえ高齢でも、積極的にからだを動かすことで筋力を維持・向上できることがわかっています。

「基本チェックリスト(運動機能)」に回答してみよう

厚生労働省資料より

- ① 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか (はい・★いいえ)
- ② 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか (はい・★いいえ)
- ③ 15分位続けて歩いていますか (はい・★いいえ)
- ④ この1年間で転んだことがありますか (★はい・いいえ)
- ⑤ 転倒に対する不安は大きいですか (★はい・いいえ)

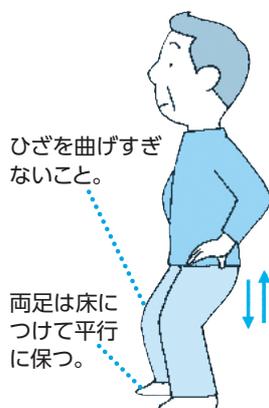
★のついた回答に3項目以上あてはまる人 → 運動機能に問題あり

足腰の筋力維持のために

高齢期に体を動かす筋力を維持するためには、体を動かして、脚・腰の筋肉や関節・骨に適度な負荷を与える運動が効果的です。そのための運動として、筋力トレーニング(筋トレ)が重要です。

足腰を鍛える「筋トレ」

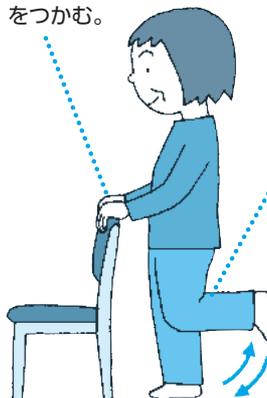
スクワット



- ① 背筋を床に対して垂直に伸ばし、上げ下げするイメージで、ひざを半分ほどに曲げた位置まで腰を落とす。
- ② もとの位置までゆっくりと戻す。

ひざの屈曲

ふらつかないように
いすやテーブル
をつかむ。



太ももは動かさず
ひざだけを曲げる
ように。

- ① ゆっくりとできるだけ深くひざを曲げる。
- ② もとの位置までゆっくりと戻す。

※それぞれ目安は各10回、1日2～3セット程度ですが、無理せず自分にあった回数で行いましょう。
※ひざや足腰に痛みなどがある人は、整形外科医師などに相談しましょう。

友愛コミュニケーション事業について ～ コロナ禍でもつながりを絶やさないための取り組み ～

校区福祉委員会は、未就園児から高齢者までを対象として、サロン活動や喫茶、友愛訪問、世代間交流などの活動を展開しています。しかし、2月20日以降、新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防の観点から、活動の中止を余儀なくされました。校区福祉委員会活動は、「人と人が手を取り、つながり合うことで、みんなが安心して生活できる地域にしていこう」という思いからなるものです。この活動の休止はすなわち、日頃、サロン活動などに参加されているみなさんのつながりを、一時的にとはいえ断ち切ってしまうことに他なりません。そのような状況でも、それぞれの自宅で感染症の終息を待つみなさんが、一人で不安や孤独を感じないようにと始めたのが「友愛コミュニケーション事業」でした。

友愛コミュニケーション事業は、日頃、*地域のサロン等に参加している人や、友愛訪問の対象者等に、校区福祉委員が電話やインターホン越しでの会話を通して安否確認を行う取り組みです。「お元気ですか?」「特殊詐欺が流行っているから気を付けてくださいね」「サロンが再開したら必ず来てくださいね」といった声かけを通して、体調や近況をうかがいます。

今号以降、各校区福祉委員会が地域特性に合わせて行う見守り・安否確認の取り組みを順に紹介していきます。第1回は、旭小学校校区福祉委員会と岩船小学校校区福祉委員会です。

※対象者の選定基準は地域によって異なります。

校区福祉委員会の取り組み紹介 第1回

旭小学校校区福祉委員会

各サロン部会スタッフ15人が延べ627人の参加者に電話や訪問(ポスティング含む)による声かけをしました。

そのうち、サロン街かど部会では普段参加されている参加者の様子が気になり、「サロン街かど〜便り〜」を作成してお配りすることにしました。4月11日の第1号を皮切りに、翌週から毎週水曜日にお配りし、6月17日の第11号をもって終了しました。

延べ539件の訪問・ポスティングにおいて「サロンに行けなくてさみしい」「便りが楽しみ」などの声を聞きました。

週1回のLINE編集会議でスタッフは離れていても繋がる楽しさを味わうことができました。

サロン街かど
〜便り〜
5/13・27
発行分



岩船小学校校区福祉委員会

各事業の部会スタッフがサロン等の参加者を対象に、電話、訪問(ポスティング含む)をして見守りを行いました。その中でパソコン教室事業は、特性を活かしてEメールを用いて活動を行いました。

Eメールの内容は、教室が休講の間に自習ができるWEBサイトの紹介、ステイホーム期間中の過ごし方、「頭の体操」になるクイズ(後日、クイズの解答を送付)などです。

メール送信ごとに、開封確認を要求する機能を付けることで、受信者が開封されたことを確認するという見守り方法をとりました。

メールアドレスがない人については、チラシを郵便受けに投函し、その際に新聞・郵便物などが溜まっていないかなどを確認しました。

全体の取り組みを通じて、「不安が和らいだ」など、喜びの声を多くいただいたことで、スタッフの励みとなり、また、今後の活動に繋がる礎となりました。

普段は20数人が
パソコン教室に
参加しています



交野地区募金会からのお知らせ

令和3年度の 地域福祉事業を支援します

交野地区募金会では、今年も「赤い羽根・歳末たすけあい募金助成金事業」として、地域組織やボランティア団体などが交野市内で展開する地域福祉活動に対して助成します。なお、助成金の原資は令和2年度「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい募金」でいただく募金であり、大阪府共同募金会からの配分を受けた額の範囲となります。



愛ちゃんと希望くん

助成限度額 (1団体)

- ① 地域組織団体 (行政区) 25万円以内
- ② ボランティア団体・市民活動団体等 10万円以内

助成対象事業

地域の多様な課題を解決するための地域福祉活動、安心して暮らせる・安全なまちづくりに関する事業や活動

対象事業期間

令和3年4月1日から 令和4年3月31日まで

募集期間

8月3日 (月) から 8月31日 (月) まで

申請・問い合わせ

交野地区募金会 (交野市社会福祉協議会内)

※要綱・申請書類の配布は窓口ならびにホームページ

☎ 072-895-1185

FAX 072-895-1192

◆◆ 共同募金とは ◆◆

共同募金は、民間の福祉事業や地域福祉を行う住民を応援するために行われる募金です。皆様からお寄せいただいた寄付金は、社会福祉施設・民間福祉団体に配分され、地域福祉活動の推進に幅広く活用されます。ご寄付いただいた皆様の地域で生かされる寄付金です。

◆◆ 共同募金運動の期間 ◆◆

毎年、10月1日から12月31日まで「**自分の町を良くするしくみ。**」をキャッチフレーズに全国一斉に展開されます。

善意銀行

交野市社会福祉協議会の善意銀行に、次の方から預託していただきました。この善意に厚くお礼申し上げます。

4月28日～6月29日

4月28日	(株) 栄	交野ガスリビングさんから	7,400円
5月26日	(株) 栄	交野ガスリビングさんから	7,400円
6月29日	(株) 栄	交野ガスリビングさんから	7,400円