

福祉パレット

地域社会は 大きな岐路に

本気で地域の福祉活動のこれからを描くとき。

便利な世の中に見えますが、暮らしには様々な「困った」が増えています。少子高齢化、人口減少、経済不安などの社会変動により、これまでの地域の基盤が崩れ、人と人とのつながりが断ち切れていく中で、地域の絆を再構築するためのプランづくりに取り組んできました。

策定委員会（4回）

- 策定委員（地域の代表）15人
- ①地域のアセスメント（分析）
- ②協働コンセプトづくり
- ③住民の主体的な活動の見立て
- ④地域へのアプローチ方法
- ⑤支え合う仕掛けの構築

ワーキングチーム（行政・社協） 4つのプロジェクトチーム

- 高齢
- 障がい
- 子育て
- 市民・ボランティア活動

【協働】 アクションプラン

人と人とのつながり、
関係性を強めていく

地域づくりをバラバラでせず
目標をもって一緒に取り組む。

これからの地域福祉の
具体的な推進方法を地
域福祉活動計画に位置
づける。



第2次地域福祉活動計画（平成24年度～） 自治会・町内会の再構築の切り札“ご近所福祉”を推進

次回の福祉パレットに概要版を掲載！

只今モデル
地区募集中

ご近所福祉活動スタート！

町内会の役員または有志のみなさん、自治会未組織でご近所福祉を取組みたいとお考えの方、ご一報ください。

ご近所福祉活動とは

町内会の存続が危ぶまれる地区が増えてきています。高齢者や障がい者だけでなく、子育て家庭を含めすべての人が、災害時や緊急時はもちろん、普段の暮らしで「困った」に直面し、孤立する危険があります。

そんな地域の現実を変えていくために、ご近所のつながりや人と人との絆を高め、精神的に支え合える地域をつくる活動です。ご近所福祉があれば悪徳商法の被害や、孤独死を防ぐこともできます。

あたたかい善意とご協力をありがとうございました



平成23年度赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金結果報告

◆募金の状況

地区・種別	赤い羽根共同募金	歳末たすけあい募金
物集女	549,100円	520,901円
寺戸	1,165,025円	1,377,849円
森本	292,500円	357,994円
鶏冠井	343,365円	452,033円
上植野	360,300円	341,830円
向日	95,000円	122,500円
西向日	150,000円	174,110円
向日台	102,900円	106,435円
法人・職域募金等	244,511円	12,204円
合計	3,302,701円	3,465,856円

◆配分金の使途

寄せられた善意は、このような事業に使わせていただきました。

○赤い羽根共同募金

事業名	配分金
交流のつどい支援事業	180,000円
単身親世帯支援事業	100,000円
むこう市社協だより「福祉パレット」発行	496,447円
困りごと相談事業	360,000円
向日市社協ボランティア連絡会育成支援事業	80,000円
親子ふれあい事業	100,000円
向日市サマースクール中高生の取組支援事業	50,000円
障がい者の交流のつどい支援事業	30,000円
地域の絆づくり応援プラン	61,855円
合計	1,458,302円

(京都府共同募金会からの配分金)

○歳末たすけあい募金

事業名	配分金
子育て支援事業	429,574円
地域支えあいベル設置事業	78,484円
お節料理配食事業(ひとり暮らし高齢者)	1,055,736円
貸出用車いすの整備・補修事業	72,350円
地域サポーター養成講座	59,655円
「福祉とボランティア」出前教室事業	32,330円
減災対策事業	110,607円
社協まつり	475,385円
新成人自己発見・再確認支援事業	21,735円
団体助成(福祉団体・地区社協)24団体	1,080,000円
事務費	50,000円
合計	3,465,856円

「歳末たすけあい募金」助成団体からのメッセージを紹介します。

(物集女地区社会福祉協議会)

12月11日(日) 子どもから高齢者までが参加して「ふれあいまちつき大会」を開催することができました。

子どもたちは、つくたてのきなこ餅・ラーメン餅・ぜんざいを食べながら、地域で楽しく世代間交流を図りました。またひとり暮らしの高齢者にお餅をお届けし、見守り活動を実施しています。この催しを通じて地域の絆を高められたことに感謝いたします。

(スマイルキッズ向日台)

子どもたちの自主的な活動や地域の方との交流を深めるため、12月18日(日)にクリスマス会を開催いたしました。子どもがリーダーとなり、司会・進行・催しの企画を担当し、大人と一緒にキーホルダー作りや昼食作りで大活躍。楽しい世代間交流を図ることができました。



地域のあたたかい見守りで、日々、子ども達が健やかに育っていることに感謝をしています。

参加した高齢者から「年寄りまでも招待してもらって、うれしいです。元気がでます」とお礼をいただきました。

(第3向陽小学校PTA)

『3向小ふるさとまつり』では、保護者が中心となり、総勢800人の子ども・教師・地域の方がゲームやカレー作りをとおして交流を深めることができました。

また、夕食のカレーを食べた後は、地域の方々の協力で、キャンプファイヤーやダンスを実施し、楽しい夏の思い出として心に刻まれました。今後も地域の方々と一緒に安心・安全なまちづくりを推進していきます。ありがとうございました。

善意のご寄付ありがとうございました。

(平成23年9月1日～平成24年2月10日)

医療法人回生会 様	100,000円
近畿歌謡合同研究会 様	30,925円
善行を奨める会 恒田 三千雄 様	10,000円
畠中 まひろ・のあ・ゆうひ 様	5,081円
東向日キリスト教会 様	5,000円
向日市グランドゴルフ協会 様	10,000円
山城北グランドゴルフ協会 様	2,450円
吉井 孝一 様	50,000円
匿名 6名	199,049円

※地域のつながりの輪を広げていくための事業として 地区社協、子ども会、小学校・中学校PTAなどへ配分しました。

※歳末たすけあい募金助成のお問合せは、地域福祉係(電話：932-1961)まで。

ふれあいサロンには高齢者の元気の素がある

本市では、平成13年頃から「将来自分が高齢になっても隣近所で交流できる場が欲しい」などの声から、地域の自主的な活動『ふれあいサロン』が始まりました。

老後の不安として、「隣近所との付き合いがない」「認知症になったらどうしよう」などの声を聞きますが、『ふれあいサロン』は

受け身ではなく、「高齢になっても自分たちで身近な地域に仲間を作り、楽しく過ごそう」との前向きさがあります。
参加している90歳代の女性は「高齢でも身近所づきあいは大切にしよう」とみんなに呼びかけています」と話をされています。

ふれあいサロン活動普及講座を開催！

認知症予防ネットの高林さんからスリーAを学びました。

スリーAは、参加者の不安や失敗を優しさシャワーで包み込み、リハビリゲームに笑い癒し効果を取入れ、認知症を予防します。

参加者から地域でやってみたら好評でしたと連絡がありました。



脳活性化リハビリゲーム「シーツ玉入れ」
2チームに分かれて陣地の穴にボールを落とします。
※この教材は社協にあります。

地域に広がるサロン活動



新たに3か所で活動がスタート！

- 「サロンかぐやひめ 敬・あい」
上植野公民館
小物づくりやおしゃべりを楽しむ♪
- 「サロンもやい」
山縄手で自宅開放型サロン
お食事づくりと閉じこもり防止をめざす♪
- 「二枚田健康サロン」
岸ノ下集会所
健康づくり、認知症予防で近所づきあい♪

貸出備品のお知らせ

自治会や子ども会、サークル、サロン活動等の地域活動に対して備品を貸し出します。

有効活用で、地域活動を盛り上げよう！

お祭りやサークル活動には…

餅つきセット (杵・臼) 輪投げセット テント

会議や定例会には…

プロジェクター DVDプレイヤー スクリーン

便利な備品が盛りだくさん！

スーパーボールすくいやヨーヨー釣りに使用できる『タフブネ』やサロン作品等の展示に活用できる『展示パネル』。その他にも、『ボウリングセット』や『百人一首』、『サンタクロース衣装』などの貸出備品があります。

ふれあいサロンわかばは、サロン活動に活用『黒ひげ危機一発』



ワークシヨップ友愛印刷お楽しみ会等の催しに活用『ベタンク』、『輪投げ』、『ボウリング』



様々な地域活動にご活用いただけます！

委員を募集します

社協の運営に参加しませんか

誰もが安心して暮らせる「福祉のまちづくり」を推進していくために、地域福祉推進委員会等に参画していただける方を募集しています。自分の住んでいるまちを、こうしたい、ああしたい、という思いがある方、住み良いまちづくりのために何かをしたい方、募集します。

～応募要項～

- 対象：**市内在住または市内で福祉活動がされている方
- 任期：**平成24年6月から平成26年5月末まで
- 活動：**年に数回、会議や地域の事業等に参加していただきます。
- 応募方法：**本会所定の応募用紙に必要事項を記入し、提出してください。
- 選考方法：**書類による選考を行います。選考結果は応募者全員にお知らせします。
- 受付：**平成24年4月2日（月）～4月30日（月）
- ※募集要項及び応募用紙は本会の事務所とホームページに掲載しています。

***応募方法**
はがき又はFAXに、①回答②氏名③住所④年齢⑤今回号で特に関心があった記事(複数回答可)⑥「福祉パレット」を読まれた感想を書いてお送りください。正解者の中から抽選で5名に図書カードをプレゼントします。

***締め切り**
平成24年5月1日（火）まで必着

***送り先**
〒617-10002
向日市寺戸町西野辺1の7
向日市福祉会館内 総務係
FAX 933-4425

まちがいさがしクイズ

下記の2つのイラストには、まちがいが5つあります。さがしてこたえてください！



高齢者向け低栄養予防レシピの紹介

高齢になり料理を作るのが面倒になった方、料理は苦手だという方のための献立です。どこにでもある材料で、手軽にできる料理をご紹介します。

豚肉のチーズはさみピカタ



材料（2人分）

- 豚肉（もも肉切り）… 80g
- マスタード… 大さじ1/2
- しその葉… 3枚
- スライスチーズ… 2枚
- 卵… 1/4個
- 小麦粉… 大さじ1
- サラダ油… 大さじ1/2
- ブロッコリー… 50g
- しいたけ… 4枚
- マヨネーズ… 大さじ1/2

【作り方】

- ①うす切りの豚肉にマスタードをぬり、しその葉とチーズをのせて半分に折り、小麦粉をまぶす。
- ②卵を割りほぐし、フライパンにサラダ油を熱し、①を卵液にくぐらせ中火で両面を焼く。
- ③ブロッコリーはゆでる。生しいたけはマヨネーズ少々をぬり、オーブントースターでこんがり焼く。

= 1人分の栄養価 =

エネルギー 205kcal カルシウム 143mg
たん白質 16.1g 塩分 0.7g

向日市食生活改善推進員協議会

車いすの寄贈
ありがとうございました。
ございました。



平成24年2月20日(月)に、向日市立第6向陽小学校PTA(6校小サポート隊)から、リングプル回収活動を通じて得た車いすを、「市内の福祉向上のために役立ててもらいたい」と、寄贈されました。一時的に車いすが必要な方への貸出し用として活用させていただきます。



向日市地域包括支援センターでは、平成23年12月11日(日)、市立勝山中学校の体育館で、福岡ソフトバンクホー

小・中・
高校生を
対象に

「福岡ソフトバンクホークス
斉藤選手と一緒に認知症について
考えよう」を開催しました!

クス斉藤和巳選手をゲストに迎え、小・中・高校生対象の認知症サポーター養成講座を開催しました。

この講座は、より幅広い世代に認知症のことを考えてもらうために、市内の学校や少年野球チームなどに広く呼びかけたところ、保護者等を含め約370名が参加されました。

斉藤選手は、選手人生での経験談や自身の祖父の話交換えながら、会場を盛り上げるとともに、認知症のお年寄りだけでなく誰に対しても、尊重する気持ちを持つことの太

切さなどを話されました。

また、子どもたちは選手と一緒に認知症の人の気持ちを考えたり、参加型の寸劇で認知症の人への声のかけ方を学んだり、楽しくあたたかい雰囲気の中が終了しました。「認知症の話」は、どうしても若年層にとって関心が薄いテーマです。

今回、斉藤選手には、子どもたちに夢と希望を与えとともに、認知症に関心を持ってもらうきっかけづくりとして、子どもたちとの架け橋になっていただきました。

知って得する認知症

第4回

～だれもが安心して暮らせるまちづくりをめざして～

健康
コラム

今回は、認知症にまつわる4回シリーズの最終話です。

認知症は「どうせ治らない病気だから」と病院に行かない人がいますが、これは間違いです。この病気も「早期受診・早期診断・早期治療」がとても大切です。原因によって、脳外科的な処置で驚くほど良くなるもの(正常圧水頭症や脳腫瘍、慢性硬膜下血腫)や内科的治療で良くなるもの(甲状腺ホルモンの異常)など、治る病気や一時的な症状である場合もありますので、1日も早く受診をしてみることが大切です。

認知症予防には、まず発症のリスクを少なくすることが大切です。毎日の生活習慣(運動や食事)に気を配ることで、発症率や進行を遅らせることが期待でき、脳血管性認知症の原因となる高血圧や高脂血症、肥満などの対策になります。そして脳の活性化のため、家にこもらず外に出かけて人と会話をし、何らかの形で社会参加し続けることも大切です。また、ストレスを溜めることも良くないと言われています。健康的な心と体のバランスに気をつけましょう。この病気は、どんなに健康的な生活を送っていても、発症率はゼロにはなりません。誰もがなり得る病気ということを理解して、知人や隣人が認知症になっても助け合える、あたたかい地域を築いていきたいものですね。



やめずに続ける

小林 正治さん（86歳）・三千子さん（83歳）



今回ご紹介する小林さんご夫婦は、趣味が多く「何事もやめずに続けること」をモットーにされています。

ご夫婦のプロフィール紹介

お二人は、昭和25年に元小学校の校長先生の紹介でお見合いをされました。当日は、映画を見に行かれたそうですが、三千子さんは、恥ずかしくて顔も上げられなかったそうです。新婚旅行は、有馬温泉で一泊され、翌日は甲子園でサンフランシスコシール

ズの野球観戦をして帰られたそうです。

正治さんは、スポーツが好きでソフトボールやテニス、体操など、若い頃から続けてこれ、定年後は、野菜や果物を作って親戚や友達に食べていただくのが、楽しみだったそうです。

三千子さんは、コーラスを長年続けてこれ、昨年、コーラスグループ「メル」の50周年リサイタルに車いすでコンサートホールまで行き、ステッキを持って立位で唄われたそうです。

短歌も、50年以上続けておられ短歌の冊子「叻土」に何度も掲載されたそうです。今は、老人福祉センター「桜の径」へ2か月に1回、短歌の会に行くのを楽しみにしておられます。地区社協でおせちや料理を作ったり、施設で洗濯する等のボランティア活動を30年ほどされ、その頃から社協とご縁がありました。

ヘルパーの訪問

平成17年頃、三千子さんが階段から落ちて左ひ骨を骨折して4か月入院され、退院後、週1回掃除の援助でヘルパー訪問が始まりました。平成18年3月から週2回になり、平成19年3月には元気になられ週1回となりましたが、1年後、足腰の痛みなどから週2回の掃除や買物、洗濯の援助になりました。

正治さんは、その頃元気に畑仕事やテニスサークル、歴史資料館の講座を聴きに行ったり、古墳探索などの活動をされてきました。平成11年に転倒されたことが原因で、頸椎損傷され神経が圧迫し、平成21年頸椎の骨を削る手術を受けられた後、リハビリに励んでおられます。同年4月からは、通院や入浴介助も利用されています。

お二人とも、訪問当初に比べて痛みや痺れなどに耐えつつリハビリを続けながら、頑張っておられる姿に感心しております。

結婚61年目になり、お互い喧嘩していると言いつつも仲良く支えあって過ごされているお姿に、いつまでもお元気でいて欲しいとヘルパーは願っています。

《掲載する内容・写真は、あらかじめご本人・ご家族から承諾を得ています。》

「デイサービス・デイケアって、 どんなところ?②」

この時間が楽しい!!

第123号の福祉パレットでは、本会の居宅介護支援センターで居宅介護計画（ケアプラン）を作成している方のうち、通所サービス（デイサービスやデイケア）をご利用されている方が67.9%ということをお伝えし、その利用者やご家族の感想をご紹介します。

今回は、向日市・京都市（西京区）・長岡京市の通所サービスを利用されている方に“どの時間・場面が特に楽しいですか?”と質問し、お答えいただいた一部をご紹介します。

◆食事◆

- みんなで、ワイワイにぎやかに食べると、よりおいしい。(80代 女性ほか)
- 季節ごとのメニューや、行事食が楽しみ。特にバイキングや、お鍋はおいしくて楽しいので、いつもより食べ過ぎてしまう。(70代 女性ほか)



◆入浴◆

- お風呂が広くて大きいし、きれいなお湯で温まる。(80代 女性ほか)
- スタッフの人が助けてくれるので、安心して入れる。(80代 男性ほか)
- みんなと入るのが苦手でも、一人で入れるお風呂があるので嬉しい。(90代 女性)

◆レクリエーション・リハビリ◆

- 自分に合ったリハビリや体操をしてくれるので、マイペースで頑張れる。(80代 女性ほか)
- 入浴後のリハビリは、帰った後も足が軽くて喜んでいる。(80代 男性ほか)
- おやつ作りは楽しいし、おいしい。(80代 女性ほか)
- ボランティアの方々の、歌やダンス、楽器演奏は感心して見ている。(70代 男性ほか)

◆その他◆

- たくさんの友だちができたので、毎回お顔を見るのが楽しみ。(70代 女性ほか)
- 時々、ドライブや外食に連れて行ってもらえるのは良い。(80代 男性ほか)
- 「また来てね」と言ってもらえることが、ありがたい。(80代 女性ほか)

私たちケアマネジャーは、毎月必ず利用者宅を訪問し、現在のサービスが希望に合っているか、目標に沿ったサービスが提供されているかを確認し、修正が必要な場合は一緒に検討しています（モニタリング）。

そして“こういうふうに生活したい”“こんなことがやってみたい”という目標に近づけるよう、通所サービスを含めたあらゆるサービスを紹介・提案し、利用者やご家族に選択していただいています。

サービス提供事業所（デイサービスなど）は、利用者が「また来たい」「また頑張ろう」「楽しかった」と思っただけのよう、個々に応じたサービスを提供できるよう努めています。

サービスを通し、利用者や介護者の持っておられる「力」が引き出せるよう、また住み慣れた地域や自宅で、いきいきと長く生活していけるようサポートしています。

ワークショップ友愛印刷
木村 一さん



向日市社協では、市内で社会福祉に携わって活躍されている方にインタビューを行い、その方の活動内容などを紹介する「この人に聞く」コーナーを開設しています。
今回は、特定非営利活動法人友愛サポートワークショップ友愛印刷所長・木村一さんに「障がい福祉活動等についてお話を伺いました。」

▼プロフィール

木村さんは、平成19年8月より、「ワークショップ友愛印刷」の所長に就任されました。以前は、会社員として勤務されていましたが、地域や学校ボランティア等多くの方の支援を受けながら成長していく障がいのある長男の姿に喜びを感じ、感謝の気持ちでいっぱいだったそうです。しかし「父親として喜びを感じているだけではなく、支援させていたただける側の一員になりたい」、そんな思いから転職、現在に至っています。

障がい者の就労を通して、日々、障がい福祉の推進に活躍されています。

▼友愛印刷の活動

平成11年の当初開所時、下請け作業中心の共同作業所でしたが、平成13年に特定非営利活動法人として新たにスタートされました。

就労意欲を高めることを目的に、メンバー個々の障がいの特性（自閉症や情緒に障がいがあるなど）に配慮した支援を実施されています。

「紙班（紙印刷）」・「シルク班（シルク印刷）」・「ユーズグズ班（販売）」の3つの班と木村さん自らが率先して実践されている「ゆうあいファーム（野菜作り）」の作業をされています。どの班も丁寧な作業を心がけています。また、オリジナル商品の開発・販売、自社の周知のために、自社ロゴを作成されています。

この3年間は、メンバー・職員にとられず、物的・人的環境整備だけでなく、人として当たり前の①整理整頓②清掃③清潔を重視し、指導にあたってこられました。

一方、設立時からのメンバーが多く、ご本人及びご両親の加齢による、作業の内容・体制の見直しや生活面への支

援の必要性を実感されています。

これからの運営を考えた時、幅広く多様な障がいのある方を受け入れ、障がいの職場作りを考えていきたいと話されています。

▼ふれあいと思ひやりのまじりく

向日市社協では、「ふれあいと思ひやりのまじりく」をスローガンに、平成24年度から新たに5年間「地域福祉活動計画」において、「地域でつくる福祉」を推進していきま

す。木村さんに「このスローガンを実現するために必要なことは？」とお聞きすると、「障がいの就労に対する意識が低いことを実感していますが、メンバーが注文者の依頼内容に忠実に応えられるよう、印刷技術を高め、毎週事業所の前で『水曜市』を開催し、事業所の存在だけでなく、地域

の方々とのふれあいを大事にしていきたいと願っています。」

また、「障がい者自身が受身ではなく発信をしていかな」と地域は変わっていくかな」と話されます。さらに、「継続することによって、地域の方へ啓発ができ、利用者自身の意欲向上やコミュニケーションを高めることができる」と話されています。

最後に、向日市社協へ期待することについてお聞きすると「社協は身近に感じる存在ですが、高齢者のサービス提供のイメージが強いです。事業運営の中で、気軽に相談でき、今後の事業運営を考えた時に地域福祉の専門的アドバイスをいただきたいです。」

また、「利用者や家族の加齢に伴い、生活の場に影響があった時、連携を図りながら障がい者の暮らしを地域と一緒に支えていきたいです」とのご意見をいただきました。

(愛称：むつみん)



向日市社協の広報誌「福祉パレット」に関するお知らせ

向日市社協の広報誌「福祉パレット」は、市民の皆様から寄せられた善意の「赤い羽根共同募金」の配分金を財源として、年に3回(3月・7月・11月)発行しています。

今後も市民の皆様に関心と親しみを持って読んでいただけるよう、紙面の充実に向けてまいりますので、「福祉パレット」に対するご意見や感想、ご要望等をお気軽にお寄せください。

お問い合わせ先

- 総務係 932-1960
- 地域福祉係 932-1961
- 障がい者地域生活支援センター 932-1990
- 地域包括支援センター 921-1550
- デイサービスセンター 931-3294
- ホームヘルプセンター 932-1968
- 居宅介護支援センター 931-3030
- 福祉会館 931-3322

