



# ゆう&あい

11月号  
平成27年  
10月24日発行

優・愛 友愛 You and I 優Eye 優・愛 友愛 You and I 優Eye 優・愛 友愛 You and I 優Eye 優・愛

播磨町ボランティアセンター・播磨町善意銀行  
発行所：社会福祉法人 播磨町社会福祉協議会 TEL079(435)1712



焼いもが  
出来ました

日増しに寒さが加わってまいりましたが、食べ物おいしい季節でもあります。

デイサービスでは10月8日～10月10日の3日間、おやつに石焼いもを食べました。石を敷いた機械で、約一時間をかけじっくりじっくり焼き上げます。いもを入れて30分ぐらいすると、いい匂いと熱気が漂ってきます。

皆さんの目線がおいものに集中。新聞紙とアルミホイルを開けると一気に笑顔が広がります。その後は真剣な顔で黙々と皮をむいてパクパク、モグモグ。食べ終わるとほっとしたような懐かしさをかみしめるようないい顔をされていました。季節のものをみんなで食べると本当においしいですね。

デイサービスセンターは、介護保険で要支援・要介護の認定を受けた方がご利用いただける通所の施設です。送迎・入浴サービス、昼食の提供、そして、レクリエーション等、楽しんでいただくメニューもご用意しています。詳しくは、お電話（079-437-6155）でお問合せいただくか、社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

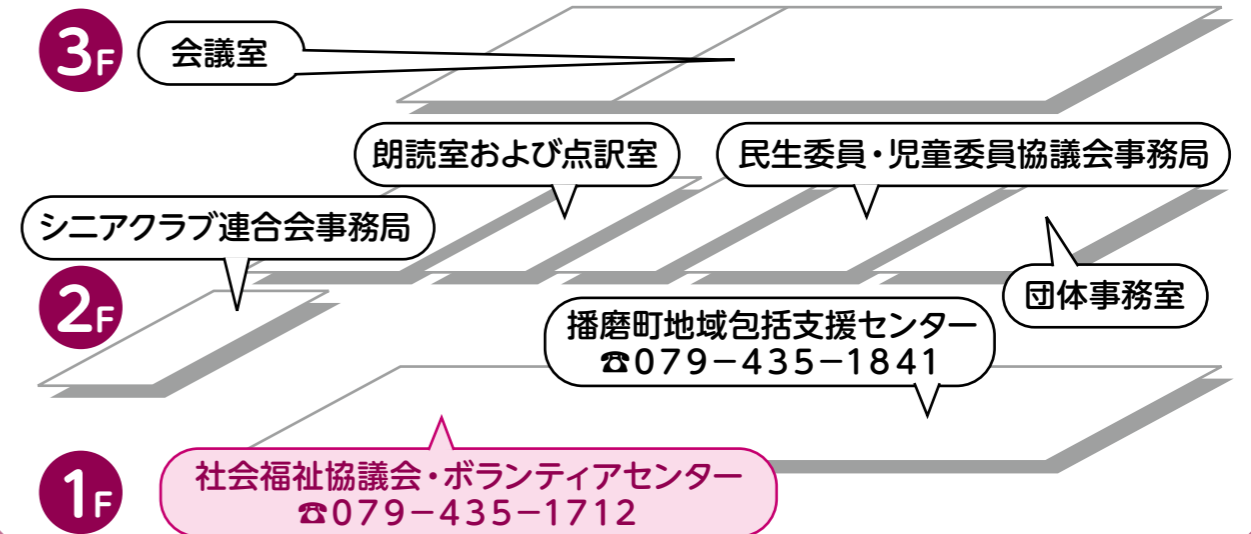
播磨町社会福祉協議会 Click!

## ご存知ですか？福祉しあわせセンターのことを！

〔 場所：播磨町南大中1丁目8-41 お問合せ電話番号 079-435-1712 〕  
〔 利用出来る日 月～土曜日 9：00～21：00（日・祝日・年末年始は除く） 〕

播磨町福祉しあわせセンターは、平成12年2月1日、①地域福祉活動の推進に関すること ②福祉関係団体の事務や事業を実施する場所として建設された町立施設です。現在は、播磨町社会福祉協議会が指定管理者として、この施設の管理・運営を行っています。下記の図のように、社会福祉協議会の事務局、そして、民生委員・児童委員協議会・シニアクラブ連合会・ボランティア等々、地域で活動される皆さんの活動の拠点として、また、地域包括支援センターをはじめ、各種相談の窓口としての役割をもっている施設です。

この他にも、8名程度から60名程度までに対応する会議室もありますので、ご活用ください。



## 伝言板

このページに関する問合せは  
播磨町社会福祉協議会  
TEL.079-435-1712

### 心配ごと相談

秘密厳守

日時 毎週火曜日  
13時～16時  
場所 福祉しあわせセンター

### 法律相談

弁護士により月1回、実施します。  
成年後見制度のご相談も  
お受けします。

◎法律相談をご希望の方は、事前に心配ごと相談をお受けください。

### おもちゃルーム “きろきろ” 11月の開設日

日時 11月5日（木）・21日（土）  
10時～12時  
場所 播磨町福祉会館

### 知的障害者(児)相談

日時 第2土曜日  
10時～11時30分  
場所 石ヶ池パークセンター

### 福祉相談

日時 11月4日・18日（水）  
13時30分～16時  
場所 福祉しあわせセンター  
民生委員・児童委員が  
ご相談をお受けします。

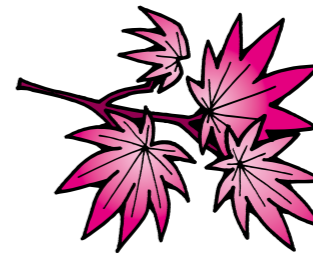
### 困りごと相談

秘密厳守

日時 11月12日・26日（木）  
場所 福祉しあわせセンター  
播磨町人権擁護委員が  
ご相談をお受けします。

### 認知症家族の会

日時 11月14日（土）  
13時30分～15時30分  
場所 福祉しあわせセンター  
内容 懇談会



### 総合相談

社会福祉協議会には、社会福祉士・介護福祉士・看護師・保健師・ケアマネージャーなど資格を持つ福祉の専門職がいます。介護や福祉のことなどでお困りのこと、お悩みがありましたらご相談ください。

日時 月～土曜日の午前9時～午後5時 場所 播磨町福祉しあわせセンター  
※電話での相談にも応じます。【地域包括支援センター☎079-435-1841】



# 〈ふれあい・いきいきサロン〉って何だろう？

介護予防、特に認知症の予防には、「楽しさ・生きがい・社会参加」「無理なく体を動かせる」「適度な精神的刺激」「生活のメリハリ」「閉じこもりの防止」が大切だといわれています。

そこで、社会福祉協議会では、地域住民が福祉活動に参加し、自らの手で住み良い福祉のまちづくりを進めることをとおして、地域住民のふれあいの中で、孤立感の解消・心身機能の維持向上を図れたらとの思いから、平成13年度に町内の自治会にふれあい・いきいきサロンの設置を呼びかけて、初年度2自治会からスタートしたサロンも、現在は、町内46自治会の内、35の自治会で開催されています。

下記のように、サロンは、自治会を単位に、自治会の高齢者の方と運営をお手伝いしてくれる方が一緒になって内容を考え、運営していく、楽しい仲間づくりの活動を言います。

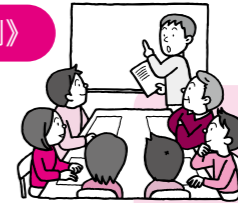
「参加したいけれど、私の自治会では開催されているの?」「サロンを開きたいけれど、どうしたらいいの?」などなど、ご質問等がございましたら、社会福祉協議会までお問い合わせください。

## 例えばこんな内容です《プログラム例》

- 10:00 集合  
お茶タイム
- 10:20 ・軽い体操・手指あそび  
・健康チェックや健康相談
- 10:40 ・手芸  
・レクリエーション  
(風船バレーや輪投げ など)
- ・季節行事
- 11:50 みんなで片付け
- 12:00 解散

時には、福祉・保健関係等の専門家に参加してもらうのも1つの方法。

利用者の中で、手芸など得意な方が、講師役をつとめてもらうのもよいのでは。



## 実施主体は自治会

※実施にあたっては、自治会内でお手伝いして下さる方を募り、運営。



## 実施会場は

自治会の公民館等、参加者が歩いていける場所



## 助成金

社会福祉協議会では、事業計画に基づき、サロンを運営していく上での経費を助成します。

- 運営経費  
1回につき6,000円を限度に、年間60,000円まで助成
- 事業開始のための経費  
初年度に限り、50,000円まで助成

※助成金は、共同募金の配分金と町からの補助金を活用しています。

## 利用対象者は

自治会内に住むおおむね65歳以上の高齢者  
※高齢者だけでなく、障害者や子育て中の親子など、広く閉じこもり孤立しがちな人を対象にすることも良いのでは。

## 【実施していただいている自治会】

緑ヶ丘自治会・城自治会・二子自治会・新池自治会・宮ノ裏自治会・本荘北自治会・宮西自治会・古田東自治会・石ヶ池自治会・本荘東自治会・サンシティ本荘自治会・川端自治会・駅西自治会・野添中部自治会・駅前自治会・大中西自治会・宮山自治会・本荘古田南自治会・二子北自治会・古宮第2自治会・古宮第3自治会・駅東自治会・古田西自治会・オリーブハイツ自治会・新野添自治会・鹿の川自治会・野添高山自治会・大中東自治会・本荘西自治会・蓮池自治会・本荘中自治会・宮北自治会・サニーハウス土山自治会・学園北自治会・大中団地

詳しくは、播磨町社会福祉協議会まで

播磨町南大中1-8-41 福祉しあわせセンター内

☎079-435-1712

## 『寝具乾燥消毒サービス事業』を

## 活用して快適な生活を！



播磨町では、日頃利用している寝具類の衛生的な管理ができていく高齢者や障害者の家庭に、寝具の乾燥消毒装置を設置した車輦で訪問し、寝具類の乾燥消毒を行っています。

### ▼対象となる方

町内に居住し、寝具類の衛生管理が困難な高齢者または重度の心身障害者で、次のいづれかに該当する方

- ①概ね65歳以上のひとり暮らしの方、概ね65歳以上の方のみの世帯
- ②重度心身障害者のひとり暮らしの方、重度心身障害者のみの世帯など

### ▼利用料

自己負担は、一回あたり300円

### ▼利用回数

1ヶ月に1回利用できます。

### ▼具体的には

写真の軽自動車でお伺いし、普段使用されているお布団など3枚までを乾燥室内の物干し竿に掛け、約80度の温度で50分間乾燥します。これにより、布団をふかふかにするだけでなく、殺菌も同時に行います。ご自身でお布団を干すことが困難な方には、衛生面においても、また、これからの寒くなる時期には、気持ちよく寝ていただけると思われます。

乾燥温度が高いため、羽毛布団はお断りさせていただきます。



### 問合せ

町福祉グループ

TEL 079 432 2361

地域包括支援センター  
TEL 079 435 1841

## ほのぼののんびり

播磨町地域包括支援センター

今年も十月の半ばとなり一年が少なくなってきました。

十月といえば体育の日ですね。昔は十月一日と決まっていたのですが、現在はハッピーマンデーで日にちはバラバラです。運動会はもう殆どの学校は終わっていますね。

運動会といえば体力が勝負ですよ。皆さんも新聞で読まれたと思いますが毎年、国は国民の体力測定の結果を発表していますが、今年は七十歳〜七十四歳が過去最高の得点だったと載っていました。(ちなみに得点60点中39・4点です)アンケートの回答に「殆ど毎日散歩や運動などを取り入れている」と答えた人が男性79・3%・女性は60・5%もあったそうです。このことにより運動習慣を持っている人は体力維持が出来るなどの結果が導かれたといわれています。皆さんも知っているように運動を続けることで成人病などの予防や改善ができることは耳にすることがあると思います。同時に、健康寿命と言われている「自分で動けて健康に過ごしている状態」の年齢ですが、これも運動を続けることで伸ばすことができます。

「寝たきりは三日あればできるが回復は何倍も日数がかかると言われています。」「年だから」「しんどいから」と自分で出来ることも手伝ってもらおうのが普通になってしまつと健康寿命が短くなることを頭の片隅に残してもらい、天気の良い日には外に出て少し散歩を楽しませてはいかがでしょうか。

「天高く馬肥ゆる秋の空」の謠があるように運動をした後に秋の味覚を楽しんでみて戴ければと思います。(平)

## 寄付者ご芳名

あたたかい善意ありがとうございました。  
(平成27年8月11日～10月10日)  
法人税法第37条第2項及び第3項第3号該当

(所得税法第78条第2項第3号該当)

### ●福祉のために

(個人の一部)		(敬称略)	
地区名	氏名	金額	
大 中 東	匿名	名	5,000円
大 中 東	匿名	名	5,000円

### (団体の部)

加古郡リサイクルプラザ	16,835円
-------------	---------

### ●今月の払出状況

子どものいない老人誕生祝い	15,000円
要援護世帯米代(1件)	2,570円