

社会福祉だより

2020年10月1日 第160号

2020年9月1日現在

総人口 6,797人

65歳以上人口 2,858人

高齢化率 42.04%

〔発行〕

智頭町社会福祉協議会

八頭郡智頭町智頭 1875

TEL75-2326 FAX75-4110

志あわせ



赤い羽根共同募金の 使い道を紹介

毎年、集落・町内会をはじめ企業や学校など多くの皆様から募金にご協力いただき、ありがとうございます。

智頭町で集まった募金は町内の地域福祉活動や学校・保育園・福祉団体の活動、災害時の準備金積立等に活用されています。

サロン・ミニデイへ助成

緊急事態宣言解除後のサロン・ミニデイ活動再開にあたり、使い捨てマスクを1グループに1箱配布しました。「これからの活動に大変役立つ」と喜ばれました。

介護予防 通いの場について

Vol.1

■「サルコペニア」って

聞いたことありますか？

サルコペニアとは、加齢や疾患によって運動不足や栄養不足に陥り、それが原因で筋肉量が減少し、全身の筋力が極端に衰えた状態のことを言います。姿勢を保つ筋肉や歩くための筋肉が衰えるため、運動機能も低下していきます。

■運動機能が低下するから

社会参加が減ってくる？

皆さんは「筋力が衰えて歩くことが困難になったから出かけることが出来なくなった」と考えますか？実は、「出かける機会が減ってきて、体を動かすことが減り、筋力が低下していった」とも取れます。

■通いの場へ

出かけてみませんか？

通いの場とは、地区公民館や集落の集会所等にご近所同士が集まり、お茶やお食事をしながら談笑したり、体操や趣味の活動を行ったりする場所のことです。気軽に通える社会参加の場です。智頭町社

「運動機能が低下するから
社会参加が無くなる」
ではなく
「社会参加が無くなるから
運動機能が低下する！」



ふれあいサロンとは

子どもからお年寄りまで、誰もが登録して活動できる事業です。活動内容は、茶話会やウォーキングなど「これをしなければいけない」という決まりはありません。5名以上集まることを条件に実施人数 × 100円を補助します。(年間30,000円を上限)



公民館にサロンの看板を掲げています。

協では、このような活動を行うグループを「ふれあいサロン」や「ミニデイ」として登録し支援を行っています。

ミニデイとは

60歳以上の方を対象に集落・町内会単位で結成し活動する事業です。活動内容は、食事や体操、お出かけ等です。

- ①必ず会食を行うこと
- ②5名以上集まることを条件に食材費等の実施に掛かった費用もしくは1,000円 + 実施人数 × 600円を補助します。



智頭町内では「ふれあいサロン」106グループ、「ミニデイ」37グループが登録し活

「ふれあいサロン」「ミニデイ」を
きっかけにでかける機会を作り
笑顔で生き生きと
過ごせるように…



動が行われています。ふれあ
いサロンは「グラウンド・ゴ
ルフ」「百歳体操」等の運動を
行うグループや「麻雀」「将棋」
等のゲームを行うグループ、
「集まってお茶を飲みながらお
しゃべりだけ」というグルー
プもあり様々な活動が行われ
ています。ミニデイは皆さん
で食事を楽しく食べて、時に
は役場や病院等から講師を呼
び勉強や体操をして一日楽し
く過ごされています。

■通いの場をきっかけに

「今日は一日家にいた」「今
日は誰ともしゃべらなかつた」
このようなことが少しずつ増
えることで身体や心の衰えに
つながります。高齢者だけ
なく、若い世代にも些細な衰
えは訪れます。「ふれあいサロ
ン」や「ミニデイ」という通
いの場をきっかけに出かける
機会を作りませんか。

■通いの場づくりを

お手伝いします。

地域の皆さんが楽しく交流
できる場や、介護予防が気軽
にできる場所づくりの立ち上
げ・運営ができる仕組みを、
智頭町社協がお手伝いします。
お気軽にご相談ください。

連絡先

総務課
地域福祉
グループ

TEL(75)2326

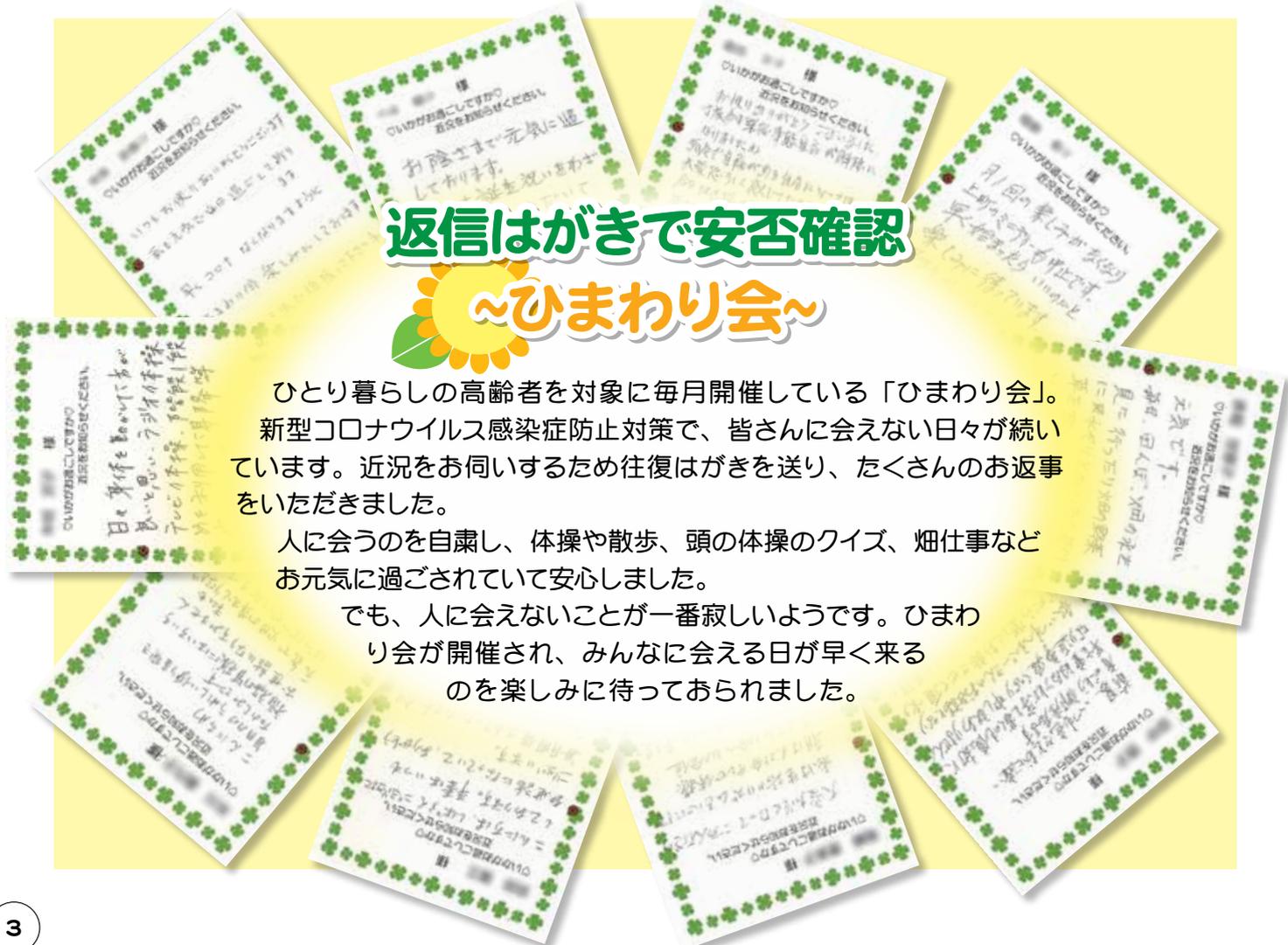
返信はがきで安否確認



ひとり暮らしの高齢者を対象に毎月開催している「ひまわり会」。
新型コロナウイルス感染症防止対策で、皆さんに会えない日々が続い
ています。近況をお伺いするため往復はがきを送り、たくさんのお返事
をいただきました。

人に会うのを自粛し、体操や散歩、頭の体操のクイズ、畑仕事など
お元気に過ごされていて安心しました。

でも、人に会えないことが一番寂しいようです。ひまわ
り会が開催され、みんなに会える日が早く来る
のを楽しみに待っておられました。



あんしん相談センター

「ささえーる」が暮らしの安心をお手伝いします。

■ご利用できる方は

- ・お一人暮らしの高齢の方
- ・精神障害のある方
- ・知的障害のある方
- ・認知症状のある方
- ・その他、日常生活に不安を抱えている方

生活費が
うまく
使えない

家族や他人
にお金を
勝手に使わ
れてしまう

病気になっ
てしまって
働けない

仕事が
長続き
しない

近所の人
と交流が
ない

通帳やお金の
置き場所を
忘れてしまう

借金があつて
生活が苦しい

役場から届く
書類の内容が
わからない

人間関係が
うまく
いかない

■ご相談ください

ご本人、ご家族のほか、
上記のような方を

心配に思っている 地域の皆さん

からのご相談もお待ち
しています。

日常生活自立支援
事業

成年後見(法人後見)
事業

生活困窮者
家計相談支援事業

あんしん相談センターささえーる

電話:0858-75-3772



2020年度 ひとり暮らし高齢者の 年越しおせち事業

【対象となる方】

満73歳以上のひとり暮らしの方(2021年(令和3)年3月31日までに誕生日を迎えられる方)



平成元年から歳末たすけあい募金を活用して、民生委員さんのご協力のもと実施しています。

ほのぼのフェスタ 中止のお知らせ

毎年10月に開催しておりますほのぼのフェスタですが、今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止させていただきます。

たいへんご迷惑をおかけしますが、ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

職員災害初期対応訓練

～災害に備えて準備をしています～

近年、全国各地で大規模な災害が発生しています。今や地震や天候による自然災害だけが「災害」ではなく、新型コロナウイルス感染症拡大という事象はまさに「災害」そのものだといえます。

智頭町社協においても災害にどう備えるか検討を重ねています。災害が発生した時に、職員の初動の在り方や果たすべき役割や業務について共通の認識を図るため「職員災害初期対応訓練」を行っています。



ほのぼの庭園美化ボランティア

有志の皆さんによって、「ほのぼの」の庭園がきれいになりました。生い茂っていた樹木の剪定と庭の掃除をしてもらい、風の通る涼しい庭園に生まれ変わりました。

当日は大変暑い中、一日かけて庭園をきれいにしていただき、ありがとうございました。



有志5名の方々と尾坂義市さん
※昭和54年に尾坂さんから佐治石を寄贈していただいています。

智頭農林高校 美化活動 ～智頭心和苑～

智頭農林高校の協力で智頭心和苑のバルコニーに花を植えています。バルコニーの花壇一面に、きれいな花を植えて気持ちの良い空間を作っていきます。

Before



After



智頭小学校4年生 車いす体験学習

智頭小学校4年生は「人にやさしいまちづくり」を、年間通して学んでいます。

この車いす体験では、介助する人・される人の視点で学び、それぞれの気持ちを理解するきっかけとなりました。

児童たちが自分ができることを考え行動する気持ちを持ってもらえるよう智頭町社協も学習のお手伝いをしています。



勝手に表彰!

第23号



おさか よし いち
尾坂義市さん(智頭)

6月に石谷家住宅を訪れると、美しい花菖蒲をご覧になれます。実はこの花菖蒲、町内で理髪店を営んで61年目になる尾坂義市さんが育てたお花です。

奥様のお見舞いに花菖蒲の切り花をいただいたのがきっかけで、その美しさに魅せられて栽培されています。昨年秋、社協に40株を寄付していただき、ほのぼのの敷地内にある畑を耕し植えていただきました。草むしり、水やり等の世話をされ今年綺麗な花が咲きました。

尾坂さんは「心」を大事にされ、誠心誠意、人に接する事を信念にしているそうです。「散髪の仕事はお手伝いです」と言われますが、尾坂さん目当てに常連さんが遠方から来られ、まだまだ現役のよう。

お休みには車を運転して趣味の写真を撮ったり、植物の世話をしたり、充実した毎日を過ごしておられる尾坂さん。勝手に表彰します。



きれいな花菖蒲が咲きました



石谷家住宅に展示して5年になりました

読者の

ひろば



前号の「志あわせ」を

読んで♪

毎回楽しみに読ませていただいています。特にミニデイの皆さんの笑顔は、ほのぼのと心が和みます。コロナでひまわり会等が中止になるのは健康・安全のためとはいえ淋しいですね。会員の方も心細い思いをされているのではないのでしょうか。そんななか、各地区で訪問活動をされていることを知り、安心し、ありがたく思いました。誰もがいつか年を取ります。皆が安心して暮らせる智頭であるために、「会員」の一人として私も福祉に関心を持ち、できる活動をしていきたいです。

(智頭 女性)

私は以前、地区公民館、地区社協の役員、民生委員等をさせていただいていましたので、町社協の活動と色々な面で関わってきましたが、年を重ねる毎に何かとお世話になる立場になり、有り難さを身にしみて感じています。日常生活の支援、心身の見守り、いろいろな情報提供等、大変でしょうがよろしくお願いいたします。

(山形 男性)

社協の広報誌を毎回楽しみに読

ませていただいています。

町外から智頭町に嫁いで30数年、長く医療、福祉の現場で働いていたのに、社会福祉協議会の事は漠然と社会福祉事業を行っている機関としか思っていませんでした。広報誌を拝読する度に、多岐にわたる幅広く事業を展開しておられることが分かり、また地域の取り組みの状況等も知ることが出来ます。これからも分かりやすく「し・あ・わ・せ」になれるような広報誌をお願いします。

(智頭 女性)

☆ご感想ありがとうございます。

◆「志あわせ」の感想・

ご意見お寄せください♪

本誌への感想やご意見をお寄せいただいた方の中から、抽選で5名の方に商品券を進呈します。締切りは10月31日(土)必着です。

応募方法は、ハガキ又は応募用紙に住所、氏名(ふりがな明記)、

本誌の感想をご記入の上、郵送

又はFAXで送付いただくか、

智頭町社協へご持参ください。

※応募用紙は社協窓口にあります。

宛先 〒689-1402

智頭町智頭1875番地

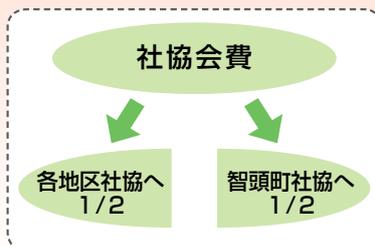
智頭町社会福祉協議会総務課

FAX 7514110

社協会費のご協力ありがとうございました

2020年度社協会費の各地区内訳は、右記の通りです。

会費のうち、2分の1を各地区社協へ助成し、残りを智頭町社協の活動費として活用させていただきます。



地区	金額
智頭	851,000円
山形	285,000円
那岐	290,000円
土師	280,000円
富沢	178,000円
山郷	167,000円
合計	2,051,000円

ご寄付ありがとうございました

(2020年6月～2020年8月まで)

*一金 100,000円 匿名

(コロナ対策に使ってくださいとのことです)

*古布・タオル・裁断布等

藤原 和子様
持雲寺様
小林 禎子様
竹川 和子様
江口 俊恵様
杉の集い様
匿名多数



手づくりの布マスクをいただきました。



寄付いただいたお金でマスクを購入しました。

*紙おむつ

匿名

*手作り作品(ゴミ袋)

匿名

*配食サービスへの各種食材

各地区給食ボランティア様

令和2年7月豪雨災害義援金

義援金額

235,000円

(2020年9月1日現在)

多くの皆様から義援金をいただきました。誠にありがとうございました。



(一社)山郷地区振興協議会様

香典返し寄付金は、サロン活動等で地域の皆様にご利用していただいています。

8					7					6			月
三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	金一封	五〇、〇〇〇	金一封	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	一〇〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	ご寄付額(円)
中原	大屋	大内	西宇塚	市瀬	山根	西宇塚	新見	穂見	智頭	南方	坂原	市瀬	住所
上中	熊谷	大森	目春	植木	山本	安道	藤原	谷口	青山	米井	國岡	山本	故人のお名前
勝智	喜代子	要	恵美歌	操子	耕太郎	亀代野	君枝	昭夫	宏	美代子	一民	晴一	年齢
52	78	90	95	89	76	100	92	83	89	98	89	92	寄付者(ご芳名)
上中	熊谷	大森	目春	植木	山本	安道	藤原	谷口	青山	米井	國岡	山本	
富士恵	美憲	房子	司	孝雄	和子	泰治	静雄	善昭	和寛	利通	敦宏	清人	

◎了解をいただいた方のみ掲載しております。敬称略

(2020年6月～8月まで)

香典返し等寄付金ありがとうございました

ふれあいサロン紹介

・登録数 106グループ ・登録者数 1,491人(8月31日現在)

Vol.61

ふれあい琴杉会(全域)

平成24年にサロン登録し9年目。大正琴と踊りの練習をする会です。各地域から毎月2回(2・4金曜日)ひまわり会館に集まって稽古に励んでいます。踊りは鳥取県民踊指導者連盟の先生の指導を受けています。現在会員7名。みんな踊りや音楽が大好きで、認知症の予防にもなるとか。練習の途中にコーヒーを飲んで、お喋りして楽しく交流しています。

また、月2回の施設訪問、今年は新型コロナウイルス感染症で発表の場が少なくなっているけど、毎年文化ホールで大正琴と踊りを一緒に披露し、町サマーコンサートや町内で行われるイベント等に参加しています。メンバーの平均年齢が80歳になり、これからは次の世代に引き継ぐ事が課題だと思っています。年齢・性別は問いません。興味のある方は是非参加してください。



和気あいの仲間です!



ホッと息、おしゃべりに花が咲きます!



 ふれあいサロンは一部赤い羽根共同募金の配分金で運営しています。

ふれあいの場

ミニデイ紹介

Vol.31

60歳以上の方の健康の維持・増進・生きがいのある生活を支援する活動「ミニデイ」の活動を紹介します。登録数:37グループ 登録者数:662人(8月31日現在)

中村ミニデイひまわり会(土師)

平成25年に登録して8年目。現在会員14名で毎月20日に三田公民館に集まっています。男女各7名で平均年齢は76歳の60代から90代の集まりです。献立・買い物は若手女性で「季節感を意識しています。そんなに大変ではないですよ」と、担当コンビの息がぴったり。笹巻、みょうが焼き、あごのつみれ汁、ばら寿司、猪肉が入った時はジビエカレー。自家栽培の旬の野菜や年配の方が作った漬物は絶品!

また、男性も調理に片付けと手慣れたものです。昼食準備が整った後、そろってお大師様を拝みます。その後は会話を楽しみながらお食事会。食後はゆっくりと過ごし、締めコーヒーを飲んでお開きです。会の自慢は「会話が豊富。昔の話がきけて勉強になること。年齢に関係なく和やかに話せること」

ミニデイが貴重な情報交換の場になっています。



仲よし中村ミニデイの仲間です!



みょうが焼きを作りました!



御大師講を伝承しています!



テーブルいっぱいになんだ御馳走!