

福祉目標：すべての市民で支えあう福祉のまちづくり

～つなぐ・つながる・つなぎあう～

# あったかハート

No.344

平成29年3月1日発行

加西市立善防園は、多機能型障がい福祉サービス事業所として生活介護・就労継続支援B型事業を実施しています。今回は、普段のさまざまな活動や行事などを紹介します。

イオンモール加西北条店でイエローレシートキャンペーンに参加しました。たくさんの方々からレシートのご協力をいただいています。



イエローレシート  
キャンペーン  
ご祝う

みんなで市内の神社に行ってきました。それぞれの1年の願いがかないますようにと神様にお願いしました。



みんなで初詣



新成人を祝う会

今年、成人となられる方々を園のみんなでお祝いしました。園長のお祝いの言葉とみんなの拍手で、大人の仲間入りをしました。



カラオケで  
熱唱しました

園の楽しみの1つとしてカラオケを行っています。皆さん好きな曲をリクエストされ、とても上手に歌われます。

発行：社会福祉法人 加西市社会福祉協議会

〒675-2303 加西市北条町古坂1072番地の14  
(加西市健康福祉会館内)

☎ 0790-42-8888 FAX 0790-42-6655

URL: <http://www.kasai-syakyo.com/>

あったかハートは、  
共同募金配分金の一部で  
発行しています。



## もくじ

- P2 かたつむり号紹介、ラヴィ介護ネット
- P3 地域包括支援センターだより
- P4～5 加西市ボランティア・市民活動センター情報
- P6 アンケート調査の結果報告
- P7 歳末たすけあい配分金事業の紹介
- P8 善防園・善意銀行だより、相談日のご案内



# 『がたつむり号』を利用してみませんか？

在宅で車いすを利用して生活されている高齢者や身体障がい者の方で、一般の交通機関では移動が困難な方を対象に、リフト付きワゴン車で通院などの送迎を行うサービスです。

この事業は、兵庫県公安委員会認定の福祉有償運送運転者講習を受講された運転ボランティア登録の方々の協力により運行しています。

**対象者**：加西市在住の在宅で生活されている方、要介護認定か身体障害者手帳をお持ちの方で車いす利用者

**要件**：介助者の同乗、事前に訪問調査が必要です。

**利用料金**：初乗り2kmまで300円、以後1kmごとに100円加算。

**利用時間**：午前9時～午後4時30分

**運休日**：土、日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

## 問合せ先

地域福祉課 ☎43-1281

## 予 約

利用日の1週間前から2ヶ月先まで電話予約ができます。但し、急な受診や病院からの退院時には予約期間外でも相談に応じます。

利用者宅お迎え ⇒



目的地到着 ⇒



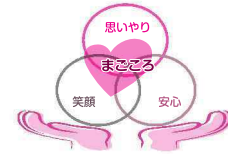
病院・買い物等

ご自宅へお送り



# ラヴィ介護ネット！

～事業所に届けられた声をお届けします～



## ラヴィかさい居宅介護支援センター

安心してサービスが利用できるように相談しながら、ケアプランを作成し、自分らしい生活を応援します。

困った事を相談できてよかった。  
これからの生活の不安が軽減しました。  
適切なサービスに繋がりが安心しました。

問合せ先：☎42-6722



## ラヴィかさい訪問看護ステーション

病気や障がいの利用者が、ご自宅で安心して療養生活が送れるよう、かかりつけの医師と連携をとりながら看護師が訪問します。

本人の望み通り、家で看取りができました。  
状態が悪く頻回に通院できず困った時、  
医師と訪問看護の対応で安心しました。

問合せ先：☎42-6723



## ラヴィかさいホームヘルパーステーション

ご自宅を訪問し、生活行動の支援や、家事で困った事を改善できるようにお世話します。自立支援に繋がるようお手伝いします。

介助を受けて家のお風呂に入れました。  
おむつ交換・着替えの介助を受け、  
腰痛負担が軽減できました。

問合せ先：☎42-6703



## ラヴィかさい訪問入浴ステーション

浴槽を積んだ入浴車で利用者のご自宅を訪問し、体に負担の少ない入浴方法で心身機能の維持・清潔保持を提供します。

お風呂が来ると思うと『わくわく』する。  
いつも元気が出るよ！ありがとう。

問合せ先：☎42-6656



# ～誤嚥性肺炎を予防する

## 体操をやってみよう！！～

食事をしている時、食べ物が気管に入りむせた経験はありませんか。それは、嚥下(えんげ)機能の低下が原因の一つかもしれません。舌やお口の周り、首などの筋肉を使って、食べ物や飲み物を喉に送り込み、通過した食べ物をさらに食道へ送り込む一連の動作が嚥下機能です。







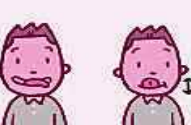


高齢者がかかる肺炎の原因の一つに、嚥下機能が低下し食べ物が気管に入ってしまう誤嚥性肺炎があります。誤嚥性肺炎の予防には、食べるための筋肉のトレーニングが効果的だと言われています。

### 食べる時に使うのはお口だけ？

食事やだ液などを飲み込む際には、ほほ、舌、喉などのお口の筋肉を使うことは想像しやすいですが、実はからだの筋肉も大きく関係しています。万が一、誤嚥してしまった場合、しっかりとむせることができると、気管に入ってしまった食べ物を吐き出すことができます。この「むせる」という動作には、背筋や腹筋、そしてしっかりと足を地面につけてふんばる足の筋肉なども必要になります。

### やってみよう！ 嚥下(えんげ)体操

食べるための筋肉をトレーニングする体操です。無理せず、毎日続けていきましょう！

<p><b>① 姿勢</b></p>  <p>リラックスして腰掛けた姿勢をとります。</p>	<p><b>② 深呼吸</b></p>  <p>お腹に手をあてて、ゆっくり深呼吸します。</p>	<p><b>③ 首の体操</b></p>  <p>ゆっくり後ろを振り返る。左右とも行う。</p> <p>耳が肩につくように、ゆっくりと首を左右に倒す。</p> <p>首を左右にゆっくりと1回ずつまわす。</p>		
<p><b>④ 肩の体操</b></p>  <p>両手を頭上に挙げ、左右にゆっくりとさげる。</p> <p>肩をゆっくりと上げてからストンと落とす。</p> <p>肩を前から後ろ、後ろから前へゆっくりまわす。</p>		<p><b>⑤ 口の体操</b></p>  <p>口を大きく開けたり、口を閉じて歯をしっかりと噛み合わせたりを繰り返す。</p> <p>口をすぼめたり、横に引いたりする。</p>		
<p><b>⑥ 頬の体操</b></p>  <p>頬をふくらませたり、すぼめたりする。</p>	<p><b>⑦ 舌の体操</b></p>  <p>舌をべーと出す。舌を喉の奥の方へ引く。</p> <p>口の両端をなめる。</p>	<p><b>⑧ 発音の練習</b></p>  <p>鼻の下、顎の先をさわるようにする。</p>	<p><b>⑧ 発音の練習</b></p>  <p>「パ・ピ・プ・ペ・ポ」「パ・タ・カ・ラ」をゆっくり、はっきり、くり返す。</p>	<p><b>⑨ 咳ばらい</b></p>  <p>お腹を押さえてエヘンと咳ばらいをする。</p>





ボランティアと作るボランティアの為の情報誌!

# KVC<sup>2</sup>情報

Kasai Volunteer Center for Civilactivities  
加西市 ボランティア 市民活動センター

〒675-2303 加西市北条町古坂1072番地の14 (市健康福祉会館内)

ハイミミより情報  
☎43-8133 FAX42-6655

## 兵庫県ボランティア市民活動災害共済のご案内

この共済・保険は、加入されたボランティアの方がボランティア活動中に、①ケガをされた場合の「傷害補償」と②第三者の身体または財産に、損害を与えた場合の「賠償責任補償」および、③ボランティア自身が活動中に傷害保険金の対象とならない事由で、亡くなられた場合の「死亡見舞金」をセットにしたものです。万が一に備え、共済・保険に加入し、安心してボランティア活動をされませんか?

保険加入をご希望の方は当センター(☎43-8133)まで申し出ください。

**掛 金:** 1名につき500円

(※200円の助成あり。但し活動によって対象外になることもあります) いずれの時期に加入しても同額です。

**補償期間:** 毎年4月1日から翌年3月31日まで

但し4月1日以降は受け付けた翌日から3月31日までの加入になります。

**加入できる方:** ボランティア活動に参加する方

・NPO、ボランティア推進機関、ボランティア関係に属する団体の役員活動者(但し有給職員は加入できません)

## 報告

～600人が  
楽しく集った～

## 第18回 ボランティアのつどい

市民総ボランティアを目指し、「みんなでつなぐ加西のきずな」をテーマに実行委員会(委員長 高井壽郎)が今年もボランティアのつどいを開催しました。

オープニングセレモニーでは、播州加西あばれ太鼓愛好会の力強い太鼓の響きに圧倒されました。また、新企画として兵庫県共同募金会のマスコット、「あかはねちゃんコスチュームで思い出を」や、防災を意識させるはしご車の試乗や、豪雨体験を行いました。

やなせなさんのコンサート&トークでは、東日本大震災で被災した家族からの手紙に参加者が涙ぐむ場面もありました。

お昼には炊き出し訓練として、カレー、焼きそばなどを販売し、売上は気仙沼社協に送金しました。今後も未曾有の災害を風化させずに伝えていきたいと思ひます。ありがとうございました。

つどいに係わる炊き出し材料を提供いただきました。(敬称略)

### 《 提供物品 》

- お米
- 大根
- じゃがいも
- キャベツなど
- にんじん

### 《 提供者名 》

- 高井壽郎、小田幸代
- 県立播磨農業高等学校
- 深江文子
- 三枝實、小西優司
- 匿名



## おめでとうございます

## 【加西市社会福祉協議会理事長表彰・感謝】

第18回ボランティアのつどいにおいて、長年ボランティアに貢献された個人、団体が受賞されました。(敬称略・五十音順)

### ○表彰の部 (10年以上活動)

**【団体】** 加西市いずみ会、加西の里デイサービス施設ボランティアグループ、加西の里ホーム施設ボランティアグループすず虫の会、障がい者ボランティアグループ「ひまわりの会」

**【個人】** 岩國恵子、西面光夫、菅野揚子、佐伯欣子、吉田久美子、岸本和子、岸本佐多子、金澤由利子、中川響一、小田幸代、初田典子、高田和子、尼崎弘幸、常峰潤一、高井千穂子、末廣清子、藤原サヨ子

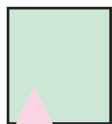
### ○感謝の部 (5年以上)

**【団体】** さくらサロン、賀茂・下里・九会いきいきリーダークラブ、富合・多加野・西在田・在田いきいきリーダークラブ

**【個人】** 上坂日登美、田中優子、是常亜希子、後藤和枝、古本かほる、浅井潤子、山下ひとみ、繁田昭彦、小田知見、野田静子、山田美恵子、富田睦江



受賞に参加された皆さん



給食サービス利用者さんのご家族から

喜びのお便りが届きましたので紹介します。

〈一部抜粋〉

給食サービススタッフの皆様へ

父が元気だった頃から8年以上、週に数回お弁当を届けてくださり、本当に有難うございました。「お弁当はおいしい」が口癖でした。季節の旬の食材を使い、バランスを考えた献立を作ってくださいる栄養士さん、調理のボランティアの皆様、そして、安否確認をし、母に声掛けをして配達をくださるボランティアの方々、本当にたくさんの人々に助けていただいたと感謝しています。食材の切り方、味付け、季節の行事をとり入れた献立、子どもたちのお手紙など市販のお弁当にはない特別なお弁当でした。本当にありがとうございました。

お便りありがとうございました。

## クリーンキャンペーンのお知らせ

春風を感じながら一緒に環境美化活動に参加してみませんか。

**日時**：平成29年4月16日(日)  
午前9時から10時(小雨決行)

**コース**：健康福祉会館周辺

**集合場所**：健康福祉会館 駐車場

**参加者**：市内外を問わずクリーンキャンペーンに参加できる方  
(※ただし、小学生以下は保護者同伴)  
軍手、火箸は各自ご用意ください

**参加申込**：当日、現地にて受付

## 点字講習会のお知らせ

点字を学ぶことを通じて、視覚障がい者への理解を深めるとともに、視覚障がい者支援を充実させるために点訳ボランティアを養成します。

**日時** 全5回コース 平成29年3月27日(月)～3月31日(金)  
午後1時30分～3時

**場所** 健康福祉会館 ふれあいの間1

**参加費** 無料

**主催** 加西点字教室

## 朗読ボランティア入門講座のお知らせ

基礎から正しい発声方法、アクセント、朗読などを学び、「広報かさい」や「新聞記事」をCDに録音して、視覚障がいの方に送る活動のための基礎講座です。

**日時** 全6回コース(うち4回以上参加必須)  
3月30日、4月6日、4月13日、4月20日、4月27日、5月11日  
毎回木曜日 13時～15時 ※12時30分受付

**場所** アステアかさい3階集会室

**対象** 朗読ボランティアに関心があり、毎月第1・2・3木曜日に活動時間を確保していただける方

**参加費** 2,000円

**募集期間** 3月23日(木)まで

**主催** 朗読ボランティア「かしの実グループ」

※申込者が5名未満の場合、講座は開講しません。

## ～ボランティア活動のご紹介～

～こんな活動やってるで！～



朗読ボランティア  
「かしの実」グループ

私たちのグループは、主として視覚障がい者の方を対象に、声の広報と声の新聞を毎月1回録音してお送りするほか、リスナーからの依頼図書を音読してCDを作成したり、高齢者施設を訪問して対面朗読を楽しんでもらう活動がんばっています。視覚障がいではなくても高齢やその他の理由で文字が読みづらい方たちにも、私たちの活動が広く利用されることを願っています。是非お問い合わせください。



NPO法人  
「災害ボランティア加西らかん」

私たちはいつ起きるかわからない災害に備えて、防災教育活動や被災地救援活動などを目的に、一昨年結成した50名余の団体です。市民防災講座・講演会等7回、被災地義援金募金2回、熊本地震派遣4回、東北被災地派遣2回など支援活動を行ってきました。ご一緒に活動しませんか？

(<http://kasairakan.jimdo.com/>)



明るい社会づくり運動のようご  
加西地区協議会

私たちは、市内の7施設を月1回の活動日に順に訪問しております。それぞれの施設により、当日の作業は室内の掃除やガラス拭き、車イスの整備、ベランダの掃除や草引き、代筆などいろいろです。心の触れ合う活動は難しいことですが、これからも工夫して取り組みたいと思っています。

問合せ・申込先

加西市ボランティア・市民活動センター

☎ 43-8133

FAX 42-6655

# アンケート調査の結果報告

## ●調査目的

第6次加西市社会福祉協議会地域福祉推進計画・新公立病院改革プラン策定および、市の高齢者施策との連携に際して、市民の皆さまの意識・意向等を把握し、計画策定の参考とさせていただくために実施しました。

## ●調査概要

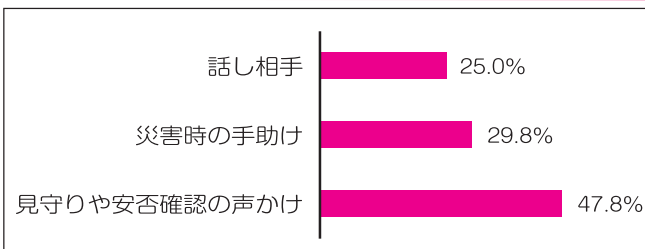
- (1) 調査対象者：満18歳以上の市民
- (2) 調査方法：郵送配布・郵送回収（一部は直接持参による回収）
- (3) 調査期間：平成28年7月25日～8月22日
- (4) 回収結果

配布数	回収数	回収率
1,500人 (無作為抽出)	607件	40.50%

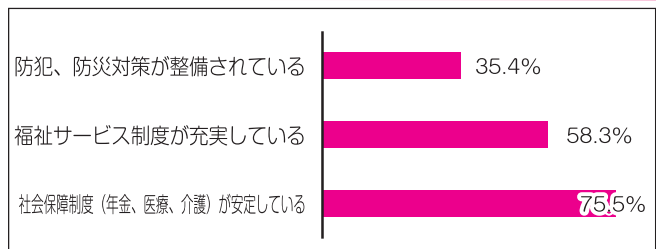


質問41項目のうち、地域福祉に関係する項目についての結果を下記の通り報告します。尚、回答は、複数回答可能で、上位3項目を掲載しています。

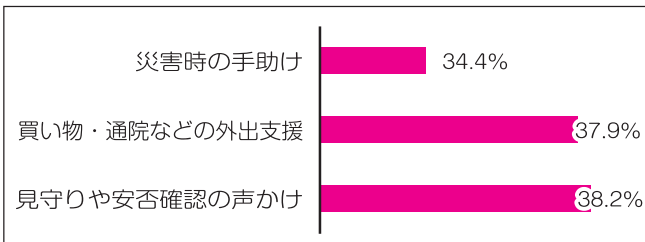
### 地域の支え合いや住民相互の協力関係に必要なもの



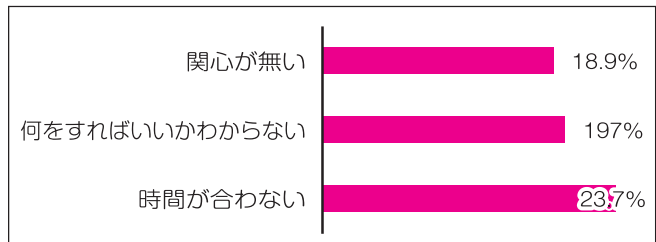
### 地域で安心・安全の生活が送れるために必要なこと



### 支援・手助けしてほしいこと



### 地域活動や各種団体の活動へ参加・協力しない理由



## 平成29年度の主な事業予定（地域福祉課）

### 〈推進事業〉

- ・あったか声かけ作戦（町または地区ごと）
- ・あったか友愛推進大会（地区ごと）

### 〈実施事業〉

- ・高齢者夫婦記念撮影（7月）
- ・赤い羽根共同募金運動（10～12月）
- ・歳末たすけあい運動（12月）
- ・ボランティアのつどい（1月）
- ・クリーンキャンペーン（年2回）

### 〈地域活動への支援〉

- ・はつらつ委員会、いきいき委員会、ふれあいいきいきサロン



認知症の理解を深める事業として、来年度もあったか声かけ作戦を市内2地区9町に於いて実施予定。

昨年の様子（福居町）

昨年10月より地域福祉課に生活支援コーディネーターを配置しています。地域活動及び地域支援についてのご相談に応じますので、お気軽にお問い合わせください。

問合せ：43 - 1281



## 福祉委員の委嘱について

昨年12月に、民生委員・児童委員115名の皆さまに福祉委員を委嘱いたしました。

福祉委員は、地域住民の生活課題の身近な相談、支援者として、地域住民の抱える様々な福祉問題や願いごとを把握し、その問題を解決するために福祉活動のリーダーとなり、地域福祉の増進に努めていただきます。

地域住民と共に『福祉のまちづくり』を進めていく推進役であり、また、社会福祉協議会活動と住民をつなぐ大切な役割（パイプ役）を担っていただきます。

## 平成28年度 歳末たすけあい運動のご報告



### 加西市共同募金委員会

～つながりささえあうみんなの地域づくり～

共同募金の一環として、昨年12月1日から31日まで募金活動にご協力いただいた募金額は、2,587,496円（12,803件）でした。

年未年始にかけ、支援の必要な方々や閉じこもり予防事業など、右表の通り交付及び助成いたしました。

皆さまからのご支援ご協力に対し、心より感謝し、お礼を申し上げます。

### 平成28年度歳末たすけあい募金配分事業 (平成29年2月15日現在)

事業名	配分内容	分配実績	
年未年始 ふれあい事業	一団体一事業 15,000円	100件	1,500,000円
	障がい者団体 30,000円	9件	270,000円
閉じこもり 予防事業	一団体一事業 20,000円	15件	300,000円
歳末見舞金 贈呈事業	一世帯 3,000円	72世帯	216,000円
啓発活動	あったかハート発行	2回	200,000円
合計			2,486,000円

## 歳末たすけあい配分金事業の紹介 寄せられたありがとうメッセージより

### 菅根自治区 もちつき大会



子ども達の餅つきをほほえましく眺めながら、つきたてのお餅を、大根おろし・餡子・砂糖醤油・のりまき・バターにつけて、楽しく頂きました。

役員コメントより

### 富合子育てサロン クリスマス会



オカリナ演奏では、タン布林・鈴を持ち、曲に合わせてリズムをとり、踊り出す子どもたち。一人ひとりの喜びを会場のお母さん方とも共有しながら、心温まるひとときを過ごせました。

役員コメントより

## あかはねちゃん通信

平成28年度  
第3号

昨年10月から12月まで実施しました、赤い羽根共同募金運動で、総額8,969,980円(15,064件)の募金をお寄せいただきました。あたたかいご支援、ご協力をいただきました多くの皆さまに厚くお礼申し上げます。

### 共同募金協力企業

・株式会社 Maywa (10/12受領)

・加西工業団地 (10/18受領)

アサヒ軽金属工業株式会社兵庫工場  
株式会社イゲタ金網  
伊東電機株式会社  
株式会社エス・ジー・シー  
株式会社孝橋商店  
神戸鉄工合資会社  
株式会社ダイケン兵庫工場  
株式会社椿本チエイン兵庫工場  
株式会社椿本パルクシステム兵庫工場

株式会社ニート加西工場  
ブリヂストンフローテック株式会社兵庫工場  
丸栄産業株式会社  
マルユー包装株式会社  
山田酒造食品株式会社

・加西東産業団地 (10/18受領)

株式会社エイティロジテック  
合名会社アリモト  
パンチ工業株式会社  
株式会社ハウゼコ  
マエカワティスト株式会社

淡路共生陸運株式会社  
菅野包装資材株式会社  
株式会社泉精機工作所  
芳生グラビア印刷株式会社  
株式会社エムシイシイ工業  
株式会社森川製作所  
株式会社ケービーエル  
株式会社エムシイシイ  
メイベルホールディングス  
(丸中製菓株式会社)  
日置運送株式会社  
天野商運株式会社



# 善防園だより

1月の土曜日開園では、ヨガを行いました。先生の指導を受けながら、良い運動となり、リフレッシュ出来ました。

ヨガの後、お腹も減って、お待ちかねの“鍋パーティー”です。具材いっぱいのおったかい寄せ鍋を囲み、楽しかったお正月休みのことなどを話しながら、みんなで食べる食事は、お腹も心も温まり、楽しいひとときとなりました。



**加西市立善防園**（多機能型障がい福祉サービス事業所）  
加西市西笠原町172-142 ☎48-3999

## 愛のエコキャップリレー

今回、紹介させていただくのは菅野包装資材株式会社の皆さんです。みんなで参加できる身近なボランティア活動としてペットボトルのエコキャップの収集に取り組んでおられます。

これからも、社員の皆さんが一丸となって続けていきたいと頑張っておられます。

今回いただいたエコキャップは約9.8kg（エコキャップ3,920個相当分）です。

菅野包装資材株式会社の皆さん、ご協力ありがとうございました。



**平成28年度 エコキャップ回収状況** 4月から1月：回収件数63件 回収量1,040kg

## 善意銀行だより

平成28年12月16日～平成29年2月15日の受付分（順不同 敬称略）

氏名	金額
<b>【一般預託】</b>	
美心(2回)	4,000円
一般家庭倫理の会加西市(朝起き会)(2回)	17,382円
在田地区区長OB会	16,370円
若竹(中央公民館登録グループ)	3,500円
中央きぼり会(中央公民館登録グループ)	2,300円
ゆかいな麵々(中央公民館登録グループ)	3,500円
全日本実践空手道真武会館(2回)	1,639円
下里小同窓会	12,705円
石井正一	14,210円
高井	1,500円
匿名	118円
匿名	1,500円
匿名	50,000円
<b>【給料端数預託】</b>	
柏原歯科医院一同	1,136円
北条保育園職員一同	5,966円
株式会社邦栄堂社員一同(2回)	2,383円
加西市社会福祉協議会職員一同(2回)	14,449円
<b>【指定預託】</b>	
匿名(東日本大震災みやぎ子ども育英募金へ)	100,000円
富永(熊本地震災害義援金)	13,853円
<b>【物品預託】</b>	
匿名	大人用紙オムツ 12袋
深田恵子	介護用品ほか 115点
北播磨善意銀行	タオル150本 せっけん110個 ハンドソープ24個

🍡 温かい善意をありがとうございました 🍡

福祉団体及び、ボランティア団体等への指定預託も可能です。

## 予約制

## 無料相談所のご案内

生活上の困りごと・悩みごと、弁護士による法律相談、ボランティアに関する相談所を開設しています。

★法律相談は予約制で10名まで。

内容	心配ごと相談	法律相談・心配ごと相談	ボランティア相談
時間	13:30~16:00	9:00~11:00	13:30~15:30
3月	9日(木)	23日(木)	2日(木)
4月	13日(木)	27日(木)	6日(木)
5月	11日(木)	25日(木)	11日(木)

問合せ・予約先 ☎43-0303 月～金曜日(祝日除く)の9時から17時まで

○秘密は厳守します。※事前に相談員による職き取りがあります。

**【場所】** 加西市健康福祉会館