

3

March

2016年3月

Vol.60



坂井市社協だより エール



「いっぺんきてみねまあ」

いっぷく茶屋(丸岡町)

Topics

・“高齢者を支える仕組み”紹介します(2~3p)

この広報紙は赤い羽根共同募金の助成金を活用しています。





特集

“高齢者を支える仕組み”

紹介します



二〇二五年問題：このようなフレーズを聞いたことはありませんか？
 4人に1人が75歳以上という時代がやってきます。住み慣れた自宅や
 地域で、自分らしく安心して暮らしていける環境づくりを進めるため、
 医療・介護・福祉の連携をより一層強化し、地域全体で高齢者を支えて
 いく体制を整備することが必要です。
 今回は、坂井市における「高齢者を支える仕組み」を紹介します。

病気になったら…

医療

かかりつけ医、薬局
歯科検診 など



日常生活圏での
ネットワーク

介護が必要に
なったら…

介護

ホームヘルプ、デイサービス
ショートステイ、
訪問入浴、
介護福祉老人施設
など



高齢者



(福祉委員による見守りの様子)



(生活・介護支援サポーター事業)

【安心して生活するために】

坂井市社協では
こんな取り組みをしています。

【見守り活動】

身近な地域の中で、お互いの「さりげない気づかい」や「ちょっとした気配り」により、地域の中で発生する様々な福祉課題を早期に発見することができ、問題が深刻になることを防ぐことができます

見守りには「新聞や郵便物がたまっていないか」「夜に電気がついていないか」など、普段の生活の中でさりげなく気に留める日常的な見守りや、(本人了承のもと)声掛けや訪問を行う定期的な見守りがあります。



歳末慰問の様子



福祉委員の記録簿も
作成しました

注目!

坂井市では、平成28年4月1日から地域包括支援センターを民間事業所に委託してより身近な地域で寄り添った相談できる体制づくりを行います。

【地域包括支援センターって何??】

高齢者の方々が住みなれた地域で安心して暮らしていただけるように、介護・保健・福祉・医療サービスの利用も含めたさまざまな問題の相談に応じ、高齢者やその家族を支える機関です。主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士等の専門職が連携して高齢者の支援を行います。

坂井市では、市直営の基幹型地域包括支援センター・日常生活圏域毎の地区包括支援センター（4カ所民間委託）の体制になります。

【どんな仕事をしているの??】

なんでもご相談ください

- 高齢者のみなさんやその家族、近隣に暮らす人の介護に関する悩みや問題に対応します。その他、健康や福祉、医療、生活に関することなど なんでもご相談ください。

みなさんの権利を守ります

- 高齢者のみなさんが安心していきいきと暮らすために、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。成年後見制度の紹介や、虐待を早期に発見したり、消費者被害などに対応します。

自立して生活できるよう支援します

- 要支援1・2と認定された人には、介護予防サービスや事業の利用ができるように支援します。
- 支援や介護が必要となるおそれの高い人や自立した生活をしている人などには、介護予防事業を紹介します。

さまざまな方面からみなさんを支えます

- 高齢者のみなさんにとってより暮らしやすい地域にするため、みなさんを支える地域のケアマネジャーの指導や支援のほか、さまざまな機関とのネットワークづくりに力を入れます。

【相談窓口はどこにあるの??】

- 坂井市三国地域包括支援センター
坂井市三国町北本町2-6-65 TEL: 82-1616
- 坂井市丸岡地域包括支援センター
坂井市丸岡町西瓜屋15-12 TEL: 68-1130
- 坂井市春江地域包括支援センター
坂井市春江町江留上昭和119 TEL: 43-0227
- 坂井市坂井地域包括支援センター
坂井市坂井町下新庄18-3-1 TEL: 67-5000
- 坂井市基幹型地域包括支援センター
坂井市坂井町下新庄1-1 TEL: 50-2264

いつまでも住みなれた地域で安心して暮らしていただけるよう、悩み・疑問・相談ごとがありましたら、お気軽にご利用ください。

いつまでも元気で暮らすために

介護予防

老人クラブ活動、自治会活動
ボランティア活動

【サービス】
配食サービス、サロン
介護予防通所、健康教室
生活・介護支援サポーター
など

相談・コーディネートは
任せてください!

地域包括 支援センター



地域の子カは
非常に重要です!

見守り ネットワーク

福祉委員、民生委員児童委員
区長、ボランティアなど

活動の様子



YELL3

【生きがいを持ち地域で
元気に暮らすために】

坂井市社協では
こんな取り組みをしています。

【介護予防活動支援事業】

要介護状態になるおそれのある高齢者や、家に閉じこもりがちな高齢者等に対し、外出する機会や、要介護状態等の予防を目的に、通いの場を設けています。(この事業は市から委託を受けて社協等が実施しています。)

ネットワーク会議の様子



見守り活動は、区長・民生委員児童委員・福祉委員・ボランティアなど地域の方々が共働して行います。見守りを通じて発見した問題等は社協などの専門機関と連携して対応します。



あわせ
キーワード

『気軽な集まり』

シリーズ

みんなが主役！ ふだんのくらしのしあわせづくり

今回の
主役

『いっぶく茶屋』(丸岡町 高椋西部地区)

(世話人 吉田照夫さん、大霜範子さん、西尾栄子さん)

いっぶく茶屋を始めた経緯を
教えてください

高椋西部地区でも地域の高齢
化が進んでいます。そのような
中で、地域の人たちが集まって

おしゃべりする場がないことが
気になっていました。高椋西部
地区に、そのような場をつくり
たいと以前から思っていました。

(吉田)

地区ではサロンなども行って
いますし、ふれあいの家(介護
予防拠点施設)もあります。し
かし通えない人もいます。地域
の人が、歩いて負担なく通える
場があるといいなと思ってい

※1近所拠点づくり推進モデル事業

身近な地域で個人や世帯が抱え
る問題を早期に発見し、住民のネ
ットワークをいかして問題解決に
取り組む「身近な地域での助け合
い(近所)システム」のあり方を
検討し、県下への普及定着を図る
ことを目的に福井県内3カ所をモ
デル地区として指定し実施して
います。

ました。そんな時に、※1モデル
事業の話を聞いて、高椋西部地
区で実施したいと社協に相談し
ました。

(西尾)

実際に運営してみてもの反応や
手ごたえはどうですか？

3カ所で運営していますが、
私たちの想像以上に地域の方が
参加してくださっています。最
初は参加者が一人でも継続して
やっていこうと思っていました
が、毎回とてもたくさんの方に
参加していただいています。

(大霜)



1月末の大雪の時に、交代した
ばかりの区長さんが、「雪があ

るとみんなが参加できない」と
会場の前を除雪してくれました。
いっぶく茶屋のために何かやら
なければいけないと区の認識が
高まっているのだとうれしく思
いました。

(西尾)

今後の目標を教えてください

無理をすることは継続していくこ
とができないので、まずは、無
理なく楽しく、やっていきたい
と思います。誰でも気軽に参加
できるような場にしていきたく
いです。会話の中から困りごとな
どのニーズがでてきたら協議し
ていきますが、とりあえずは楽
しく会話できる場所を提供して
いきたいです。そのような場が
あれば、困りごとがあっても自
然と話がでてくるのではないで
しょうか。

(吉田)

一歩踏み出した事で、新たな
出会いと縁が生まれました。
参加者にとって居心地のいい場
所であり「今度いっぶんいっ

地域の声から生まれた「誰でも気軽に
立ち寄れて、自由に過ごせる場所」
ここでは、会話がはずみ、みんながあ
ったか〜い気分になれます。今日は、そ
んな場所を紹介します。

みよさ」などと、口コミでいっ
ぶく茶屋の存在が広がっていっ
たりうれしいですね。(大霜)

区長さんやスタッフが運営を
サポートしてくれています。地
域の協力を得ることができてい
るのでとても心強いです。今後
もこの活動を地域と共に継続し
ていきたいと思っています。

(西尾)

【利用者コメント】

スタッフの方に熱心に声をか
けてもらって、近所の方といっ
ぶく茶屋に参加してみました。
いっぶく茶屋では、普段は道端
で顔を合わせるくらいになっ
てしまった同じ地区の方とゆっく
り話すことができ、近況を報告
しながら楽しく過ごしました。
月1回ですが、近所の方と誘い
合せて出かける場所ができて楽
しみなんです。

～ いっぶく茶屋 ～

開店日/会場

第1月曜日…高椋西部コミュニティセンター

第2月曜日…舟寄5区ふれあい会館

第3月曜日…ふれ愛の家

※祝日の場合は第4月曜日に開店します。

開店時間 10:00～11:30

対象 誰でもOK!!



仲間づくり 生きがいづくり 各団体の会員を募集しています!

老人クラブ連合会

クラブに参加すると友だちが増えます。新しい世界が広がります。知識や経験を活かす場があります。あなたもクラブに参加し、仲間と一緒に明日を実りあるものにしませんか?

【こんな活動をしています】

映画鑑賞会、スポーツ大会、ゲートボールウォーキング、研修旅行、友愛活動
ボランティア活動、老人クラブ大会 など

【加入条件】

60歳以上の方ならどなたでも加入できます。



身体障害者福祉協会

さまざまな活動をとおして、体に障がいのある人同士が交流し親睦を深めるとともに積極的な社会参加をすすめています。

【こんな活動をしています】

スポーツ大会、ゲートボール、軽スポーツ、グラウンドゴルフ大会、一泊研修会、親睦会
会報発行 など

【加入条件】

身体障害者手帳をお持ちの方ならどなたでも加入できます。



心身障害児(者)福祉協会

心身障害児(者)福祉協会では、様々な障がいをお持ちの方が一緒に集い、悩みを打ち明けたり体験活動をしたりしながら、楽しく交流しています。

【こんな活動をしています】

新成人・あなたを祝う会、クリスマス会
バーベキュー、一泊研修、ボーリング大会
青空教室、勉強会 など

【加入条件】

心身障害児(者)および会の目的に賛同する方。



【各団体のお問い合わせは、各地区の団体事務局まで】

【老人クラブ連合会】

三国地区：TEL 82-1170
丸岡地区：TEL 68-5060
春江地区：TEL 51-4545
坂井地区：TEL 67-0699

【身体障害者福祉協会】

三国地区：TEL 82-1170
丸岡地区：TEL 68-5060
春江地区：TEL 51-4545
坂井地区：TEL 67-0699

【心身障害児(者)福祉協会】

三国地区：TEL 82-2365
丸岡地区：TEL 68-5060
春江地区：TEL 51-4545
坂井地区：TEL 67-0699

地域でいきいきと輝くために

第39期九頭竜福祉学園 受講生募集

九頭竜福祉学園は、高齢者の生きがいと健康づくりを目的に、健康講座や教養講座、クラブ活動を通じて地域での仲間づくりや社会参加などの充実した生活を送るための高齢者学級です。

【1日の流れ】

9:30～10:00 学園歌斉唱
ラジオ体操
10:00～11:30 講座
11:30 終了

【講座の例】

・三国町の歴史について
・交通安全教室
・相続や遺言について
・ボランティア活動 など

※毎月最終火曜日はクラブ活動を実施
(参考) H27年度のクラブ

- ・ペン習字クラブ
- ・カラオケクラブ
- ・茶道クラブ
- ・ダンスクラブ
- ・書道クラブ
- ・童謡クラブ

対象者 坂井市内在住の60歳以上の方
(1年間を通じて受講できる方)
受講料 年間3,000円
(その他12,000円程度の自己負担金あり)
開講日 4月26日(火)
会場 三国社会福祉センター
内容 各種生きがい健康講座
(毎週火曜9:30～11:30 全39回予定)
申込先 4月15日(金)までに下記へ



申込み先 市社協 みくに支部 TEL82-1170

安心して活動をするために

ボランティア活動保険のご紹介

活動に事故や怪我といったリスクはつきもの。活動に際しては、もしものときに備えて、ボランティア保険に加入しましょう。

【掛け金】

	Aプラン	Bプラン
基本タイプ	300円	450円
天災タイプ	430円	650円

【保険金支払いの例】

- ・清掃ボランティアの活動中、転んでケガをして通院した。
- ・自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケガをさせた。
- ・活動中、食べた弁当でボランティア自身が食中毒になって入院した。

保険についての問合せ 市社協 地域福祉課 TEL67-0699

平成28年1月1日から 利用料金を値下げ しました!

障がい者施設入浴サービス

- ★1人ずつの入替制
- ★家族の付添不要
- ★どこでも送迎可(ただし、坂井市内に限る)

対象者: 坂井市在住の方で、自力で
自宅入浴が困難な障がい者(児)
利用日: 月曜～金曜(祝日除く)
利用時間: 9:00～17:00
内容: ヘルパーによる入浴介助
利用料金: 1回 350円
場所: 春江総合福祉センターいちい荘
問合せ: 市社協 在宅福祉課
TEL68-5070(山口)

市内の活動者の方々が表彰されました。

受賞おめでとうございます。(敬称略・順不同)



新保福祉の会 さん



山田正代 さん



リリーの会 さん



三国女性ネットワーク さん

ボランティア功労者に
対する厚生労働大臣表彰
厚生労働大臣表彰
新保福祉の会(三国町)
社会福祉事業功労者
知事表彰
社会福祉ボランティア(個人)
山田正代(丸岡町)
社会福祉ボランティア(団体)
リリーの会(春江町)
共同募金運動奉仕団体
三国女性ネットワーク(三国町)

ありがとうございました。

寄付 (1月4日～2月29日受付分) 敬称略・順不同

氏名	住所	金額
三国商業振興協同組合(みくにカニカード)	三国町	2,000円
ジェスタイーザ店	三国町	16,200円
株 i z a	三国町	70,000円
松川 隆志	丸岡町	100,000円
匿名4件		29,368円

賛助会員 FLOW 岩口昭三 網頭恒裕 網頭花重
株黒川クリーニング社 川上順子

ありがとうございました

ジェスタイーザ様から、節分チャリティー企画「みんなで巻こう☆ジェスタのロング太巻き」の収益の一部をご寄付いただきました。

当日は約100名の参加者が、恵方巻きづくりに挑戦しました。



つながる伝言板

世界自閉症啓発デー2016in FUKUI

みんながともに生きるために…

日時：平成28年4月2日(土) 午後1時～4時

場所：福井新聞社 風の森ホール

(福井県福井市大和田2丁目801番地)

参加費：無料

※どなたでも参加していただけます。申込みは不要ですが満席の場合は入場をお断りすることがございます

毎年4月2日は国連が定めた「世界自閉症啓発デー」(World Autism Awareness Day)です。全世界の人々に自閉症を理解してもらい取り組みが行われています。福井県でも、今年初めて啓発のためのイベントを行います。

- ①：木山裕策コンサート ②：滝波宏文講演会
- ③：トークセッション
- ④：木村太亮アートワークショップ、楽描

主催：NPOゆめのたまごプロジェクト

共催：NPO法人子育てサポートセンター

きらきらくらぶ オレンジサポーターズ

問合せ：松本(まつもと) 090-5170-0464

坂井市災害ボランティアセンター連絡会が発足しました

2月17日(水)坂井市災害ボランティアセンター連絡会が発足しました。

近年、各地で自然災害などが多く発生し、大きな被害をもたらしています。そのような災害現場で、ボランティアの活動拠点となるのが「災害ボランティアセンター」です。

「坂井市災害ボランティアセンター連絡会」は、災害発生時に「災害ボランティアセンター」の運営を迅速かつ適切に行うため、平常時からの訓練や研修、関係機関等の相互の連携や交流、人材の育成を目的としています。



今日はサロンの日

身近な地域で趣味活動等を通して高齢者の交流を深める『生きがいサロン』は介護を予防したり地域のつながりを強めるなど、さまざまな効果をもたらします。今回は、丸岡町内で行っているサロンのご紹介です。

サロン名 坪江サロン (丸岡町)

開催日 毎週開催 (開催曜日は週により異なります)

参加者数 約18名

スタッフ数 4名

主な取り組み 講座(時事解説・振込詐欺防止 など) レクリエーション・霞の郷温泉外出

スタッフコメント

体操やレクリエーションは常に新しいものを取り入れるようにしています。この前も「卓球バレー」をやったらとても大盛り上がりでした。座る席も毎回違う人と会話ができるようにくじ引きをして決めるなど工夫しています。“楽しんで、学べて、身体も動かせる”サロンです。今後は、サロンの後継者育成にも力をいれていきたいと思っています。(代表 野田美智子)





おじいちゃん おばあちゃんも食べてニコッ! 霞の郷デイサービスセンターの ～超簡単! レシピ～

料理名 切干大根と打ち豆の煮物 エネルギー 123Kcal
材 料 切干大根 9g にんじん8g 打ち豆4g 油揚げ5g
醤油3g 砂糖2g みりん1g だし汁



【作り方】

- ①打ち豆は水に30分程漬けておく。②切干大根はは水洗いしてからひたひたの水に15分漬けて戻し水気を切って食べやすい長さに切る。③にんじんは細切りにしておく。④油揚げは熱湯を回しかけ油抜きをし、細切りにしておく。⑤鍋に材料とだし汁、みりんを入れ煮る。⑥煮立ってきたら砂糖、醤油を加え煮汁が少なくなるまで弱火で煮る。(乾物の甘味があるのでお好みで砂糖の量を調節してください)

◆打ち豆◆ 打ち豆は大豆を2時間ほどぬるま湯に浸けた後、石臼などの上のせて木槌で打って潰し乾燥させたものです。原材料の大豆は「畑の肉」と呼ばれるように肉や魚にも劣らない良質のたんぱく質と脂質を豊富に含んでいます。また、早く煮えるなど使い勝手に優れた食品です。打ち豆は水から加熱することにより総ポリフェノール量が増加し、動脈硬化や高血圧、生活習慣病といった老化防止にも有効です。福井県の郷土食である打ち豆は、簡単な調理法で同量の大豆を摂取するよりも総ポリフェノールを多く摂取できる万能型抗酸化能健康食品と言えます。

相談のご案内

	三国社会福祉センター 82-1170	いきいきプラザ霞の郷 68-5060	春江総合福祉センター (いちい荘) 51-4545	坂井市社協本部 68-5070
4月	無料法律相談 4日(月) 岩崎史明 弁護士 心配ごと相談 18日(月) 結婚相談 11日(月)・25日(月)	無料法律相談 12日(火) 円居愛一郎 弁護士 心配ごと相談 26日(火) 結婚相談 4日(月)・18日(月)	無料法律相談 20日(水) 村上昌寛 弁護士 心配ごと相談 6日(水) 結婚相談 7日(木)・21日(木)	無料法律相談 28日(木) 板倉充紘 弁護士 心配ごと相談 14日(木) 結婚相談 7日(木)・21日(木)
5月	無料法律相談 2日(月) 安田奈津希 弁護士 心配ごと相談 16日(月) 結婚相談 9日(月)・23日(月)	無料法律相談 10日(火) 玄津辰弥 弁護士 心配ごと相談 24日(火) 結婚相談 2日(月)・16日(月)	無料法律相談 18日(水) 藤井紘士 弁護士 心配ごと相談 11日(水) 結婚相談 19日(木)	無料法律相談 26日(木) 西尾祐馬 弁護士 心配ごと相談 12日(木) 結婚相談 19日(木)

※4月の結婚相談は上記の他、2日(土)・16日(土)も江留上コミュニティセンターで実施されます。

※5月の結婚相談は上記の他、7日(土)・21日(土)も江留上コミュニティセンターで実施されます。

無料法律相談	心配ごと相談	結婚相談
各会場、開催日1週間前から電話予約にて受付します。※先着9名まで	相談員は、民生委員・児童委員の方です。	相談員は、婦人福祉協議会の方です。

各相談は、開催日の13:00～16:00です。無料法律相談は混雑が予想されますので、一人20分の相談時間とさせていただきます。相談予約、お問い合わせは、市社協/各支部(下記)まで。

※坂井町での無料法律相談・心配ごと相談の会場は市社協本部、結婚相談は坂井老人福祉センターです。

社会福祉法人 坂井市社会福祉協議会

- 本部
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄18-3-1
総務課 TEL 0776-68-5070 FAX 0776-67-2807
E-mail:sakaicityshakyo@lake.ocn.ne.jp
- 地域福祉課
ケアプランセンター TEL 67-0699 FAX 67-2807
ホームヘルパーステーション TEL 67-5180 FAX 67-2807
訪問入浴ステーション TEL 67-5152 FAX 67-2807
TEL 67-5181 FAX 67-2807
- みくに支部
〒913-0042 坂井市三国町中央1-6-3 (三国社会福祉センター内)
TEL 82-1170 FAX 82-1593
- れんげキッズ
TEL 080-1968-6580
- まるおか支部
〒910-0224 坂井市丸岡町八ヶ郷21-7-1 (いきいきプラザ霞の郷内)
TEL 68-5060 FAX 67-2950
- 霞の郷デイサービスセンター
TEL 68-5065 FAX 67-2950

- はるえ支部
〒919-0412 坂井市春江町江留中10-15-1 (春江総合福祉センター内)
TEL 51-4545 FAX 51-6269
- さかい支部
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄18-3-1 (本部内)
TEL 67-0699 FAX 67-2807
- 三国希望園
〒913-0045 坂井市三国町南本町1-2-52
TEL 82-2365 FAX 82-2365
- いきいきサロンセンターあい愛
〒913-0021 坂井市三国町楽園53-16-1
TEL 82-2020 FAX 82-2024
- 坂井老人福祉センター
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄19-1
TEL 67-0640

