

3

March

2017年3月

Vol.66



坂井市社協だより エール

3/12(日)

いきいきプラザ霞の郷での  
第7回ゆめのたまごの音楽会  
～えほんうたあそびうたライブ～

主催:(特非)ゆめのたまごプロジェクト

※6p関連記事



## Topics

特集

# ボランティア・ 市民活動センターって？ 2p

みなさんこんにちは！地域包括支援センターです！ 4p

**表紙大募集！(カメラマンが撮影に伺います)**

次回第67号(5/25発行予定)の表紙被写体を大募集  
します！ご希望の方はホームページもしくは下記まで  
ご連絡ください。

※採用の方には粗品を進呈します。

※募集締切は4/20(木)です。

問合せ 市社協本部/総務課 (68-5070)

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。



# ボランティアセンターの役割



特集

# ボランティア・市民活動センターって？

## つながる

ボランティア活動者や団体の繋がりづくりの機会や場所の提供を行っています。



## つなげる

ボランティアしたい人とボランティアが必要な人を「つなげる」役割を持っています。



## 学び高める

ボランティアを始めたい人、今の活動を更に充実させたい人のためのボランティア講座を企画・実施しています。

また、学校や地域への福祉教育支援を行っています。

## 知らせる

活動備品や活動場所の提供、ボランティア保険の加入やその他情報提供を行っています。



## ボランティア保険に加入しましょう

～平成29年度から、保険料が変わります～

### 対象となる活動

国内における自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動とします。(市社協へのボランティア登録が必要です)

### 補償期間

加入日の翌日から翌年3月31日まで

### 保険料

|       | Aプラン | Bプラン |
|-------|------|------|
| 基本タイプ | 350円 | 510円 |
| 天災タイプ | 500円 | 710円 |

### その他

活動報酬として謝礼金が支払われる場合は補償対象となりません。ただし、交通費、昼食代、材料費等の実費支給については無償とみなされます。

詳細については下記までご連絡ください。  
市社協ボランティア・市民活動センター (68-5070)  
もしくは各支部窓口

### ボランティア活動者のための ハンドブック



滋賀市社協ボランティア・市民活動センター



ボランティア活動者のためのハンドブック作成及び発行もボランティア市民活動センターで行っています。

# ボランティアを始めたい人、 充実させたい人の第一歩を応援します！

## 平成28年度 さかい☆ふくし人講座報告

### 5月(翌年2月)

#### 福祉教育担当教諭連絡会

地域全体で福祉のこころを育てていくための活動について、福祉教育担当の先生が集まり、各学校の活動を共有しました。



### 6月 声、のボランティア

#### 音訳ボランティア養成講座

音訳ボランティアとして活動してするために必要な読み方やアクセントの付け方など専門的な知識を学びました。



### 9月 福祉のこころを伝える

#### 福祉教育サポーター養成講座

小中学校などで福祉のこころを広める福祉教育サポーターを養成しました。



### 9月 地域の方の生活をサポート

#### 生活・介護支援サポーター養成講座

高齢者の心や体についての理解を深めるなど、サポーターとして活動していただくために必要な知識を深めました。



### 11月 地域を支える権利養護

#### 生活支援員養成講座

判断能力に不安を抱える認知症のある方や障がいのある方の権利を守り、生活を支える生活支援員の養成をしました。



### 12月

#### ケアビクス体験講座

高齢者・低体力者向けに改良した「ケアビクス」体験し、「からだ」と「こころ」のケアと健康づくりについて体感していただきました。



### 2月 地域やサロンで役立つ

#### 地域のお役立ち講座

サロンで役立つ体操やレクリエーション講座、コミュニケーション講座のなかで、地域で活動するためのポイントや仕掛けづくりなどを学びました。



### 2月

#### ボランティアステップアップ講座

ボランティア登録個人・団体を対象に、活動先で関わる高齢者や障がいのある方への理解を深めるためのステップアップ講座を実施しました。



# みなさん、こんにちは! 地域包括支援センターです!

地域包括支援センターは、坂井市が設置する高齢者の身近な相談窓口です。

こんな時は…お気軽にご相談ください!

最近外に出るのが  
おっくうになった。  
段々足腰が弱くな  
っているような気  
がする。



隣のおじいちゃん  
最近見かけんな～。  
大丈夫かな?



妻も亡くなり、  
子どもは県外…  
ひとりで生活して  
いけるか不安だな～



介護予防の  
ために

私たちがお手伝いします

問題や不安を  
解決するために

高齢者の  
皆さんの権利を  
守るために



主任ケアマネージャー



保健師



社会福祉士

住み慣れた  
地域で自分らしく  
暮らし続ける  
ために

地域包括支援センターではこんなこともやっています

おじいちゃんの介護が大変だけど  
誰にも相談できない。同じ介護を  
している仲間がいれば心強いのだ  
けど……

「家族介護者交流会」に  
参加しませんか?

保健師



体操で健康づくりをしたい!  
指導してくれる人を紹介して  
ほしい。

出前講座やりますよ!  
内容に応じた講師を  
派遣します



お  
ら  
せ  
知  
せ

平成29年4月から介護予防・日常生活支援総合事業（新しい総合事業）が始まります。  
この事業は「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」とで構成され、  
これまでよりも介護予防サービスの選択幅が広がったことが大きな特徴となります。  
※坂井市の総合事業に関する情報は「広報さかい29年2月号」をご覧ください

「新しい総合事業」のお問い合わせ・ご利用は各地域包括支援センターにご連絡ください

坂井市役所健康長寿課（基幹型地域包括支援センター） ☎50-2264

三国地域包括支援センター ☎82-1616

丸岡地域包括支援センター ☎68-1130

春江地域包括支援センター ☎43-0227

坂井地域包括支援センター ☎67-5000

YELL4

☆くらしにキラリ☆

# 地域で輝く

幅広い  
教養を

生涯の  
仲間  
づくりを

地域へ  
の社会  
参加を

会員・受講生募集

# 生きがいライフ

## 坂井市身体障害者福祉協会

三国・丸岡・春江・坂井の4支部と聴覚障害部会・視覚障害部会から構成されています。活動内容は、スポーツ大会や旅行、研修会などを企画・実施しています。

安心して自分たちの地域で暮らすことのできる社会づくりを目指して、いっしょに活動しませんか。

対象 市内在住で身体障害者手帳をお持ちの方  
会費 年度1,000円  
問合せ 各支部事務局（市社協 各支部内）

## 第40期 九頭竜福祉学園

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充実した生活を送るための高齢者学級です。

対象者 坂井市内在住の65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  
（その他行事に応じて別途負担金あり）  
開講日 5月9日（火）  
会場 三国運動公園健康管理センター  
内容 各種生きがい健康講座  
（第2・4週 9:30～11:30 全21回予定）  
申込み 4月21日（金）まで  
お問合せ・申込先  
市社協 みくに支部（82-1170）

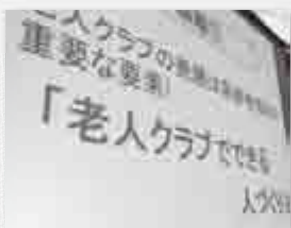


## 豊かな地域社会の一躍を ～4地区老人クラブ連合会が懇談会～



3月6日（月）ユリウム春江で三国、丸岡、春江、坂井の4地区老人クラブ連合会が合同の懇談会を行いました。この懇談会は、住民主体のふくしのまちづくりの指針となる『第2次地域福祉活動計画～かたいけのプラン～（平成29年度～5ケ年）』に当事者団体の意見を反映していくために開催。当日は約70名の役員等が参加しました。

各グループに分かれ活発な意見を交わすなか『色々な趣味活動から仲間づくりを進めてはどうか』『地域の歴史や文化の伝承は高齢者の役目なのでは』など積極的な声もあり、老人クラブがこれからの地域社会の一躍を担うためにできることを話し合いました。



## 100万人 会員増強運動中！

各地区老人クラブでは、全国老人クラブ連合会が取り組む「100万人会員増強運動」を推進し、新たな仲間づくりに取り組んでいます。私たちといっしょに生きがい活動に参加しませんか？

対象 市内在住の概ね60歳  
以上の方

問合せ 各地区事務局  
（市社協各支部内）



しあわせ  
キーワード

## 『多様な社会』



代表理事 松本美樹さん(右)と  
副代表理事 我谷奈々代さん(左)

**音楽会をやろう!**  
きっかけは6年前、発達障がいのある娘と参加した音楽会で、娘が嬉しくて大声を出し飛び跳ね、周りに迷惑をかけたことがあったから。  
その時「どうして静かに聴かないといけない音楽会ばかりなんだろう?自由に参加できる音楽会はないのだろうか。だったら自分たちで障がいのある子が自由に楽しめる音楽会をやろう!」と思い、ゆめのたまごプロジェクト(ゆめたま)を立ち上げ、第1回ゆめのたまごの音楽会を開催しました。(松本)



世界自閉症啓発デー  
2016 in FUKUI

**ゆめたまの活動**  
ゆめたまは、6人の理事とスタッフで活動しています。主に発達障がいの理解のための啓発をしています。講演会の他、講師等のマネジメント、イベントの企画・運営にも取り組んでいます。活動資金を寄付や助成金だけに頼るのではなく自らが生み出すことで安定した啓発活動にも繋がっています。(我谷)

### 人に「伝える」こと

はじめは、障がいのある子どもが楽しむことを第一に考えていましたが、ある時、「本人や家族、関係者だけの参加で子ども

### 大きなステップ

一昨年の第10回坂井市社会福祉大会に携わらせていただいた



今井さん(左)と  
福井副代表理事(右)  
第10回坂井市社会福祉大会

これに機にさらなるグレードアップの必要性を感じ、昨年9月にNPO法人化しました。そもそも『啓発』ってどこに向けるものなのか?って考えることやぱり社会全体に向けるものだと思っています。誰でも参加できる音楽会が、ゆめたまの趣旨や目的をしっかりと伝えることの出来る場だとあらためて気づかせられました。(松本)

### ゆめたまが伝えたいこと

『発達障がい』は、目に見えない障がいです。とても分かりにくいので周りの理解が必要です。私たちは発達障がいの支援をしています。理解や配慮が

### 正会員・賛助会員 募集してます

私たちは、誰もが地域のなかで自分らしく豊かに暮らしていけることを目的に活動しています。私たちの活動にご賛同・ご入会いただければ幸いです。

(特非)ゆめたまごプロジェクト  
090-5170-0464(松本)

「社会は個性を持った一人一人の集合体」という考え方は誰もが認めるところです。「障がい」も個性としてとらえ、「障がいのある方」も社会の一員であると考えることが大切。そして、障がいのある方だけではなく、あらゆる個性を互いに認め合う社会が、私たちみんなが幸せに生きていける社会なのではないでしょうか。(松本)



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

## 『ゆめのたまごを育てよう!』

特定非営利活動法人 ゆめのたまごプロジェクト(丸岡町)

私たちは地域に理解され暮らしたいけるのか?」って思ったんです。そこで、昨年の音楽会では、チラシ配布のエリア拡大やマスコミへの売込み等広報活動に力を入れました。結果、参加者は約240人にまでのぼり、メディアにも紹介され、幅広く啓発することができました。

時は、本当にお世話になりました。規模や内容が大掛りでしたし、SPEED今井絵理予さんのハートフルトークショーでは大手プロダクションとのマネージメントで多くのことを学ばせていただきました。ゆめたまにとって大きなステップとなり感謝しています。(松本)

「障がいがあってもなくても自分らしく生きられる社会を目指して・・・」  
今回は、子どもたちの笑顔あふれる明るい未来を目指すNPO法人のご紹介です。

必要な人は障がいのある方だけではなくありません。多様性を認める社会になれば、みんなが暮らしやすくなると思います。

(我谷)

# ありがとうございました。

**寄付** (1月4日～2月28日受付分) 敬称略・順不同

| 氏名                 | 住所  | 金額                      |
|--------------------|-----|-------------------------|
| ジュスターザ店            | 三国町 | 13,100 円                |
| 芝政観光開発株式会社         | 三国町 | 50,000 円                |
| 三国商業振興協同組合         | 三国町 | みくにかにカード2,000円分         |
| 福井県遊技業協同組合<br>匿名4件 | 福井市 | お菓子(段ボール7箱)<br>21,784 円 |

**賛助会員** 川上順子 川上善行 平澤富士子  
三浦三博 (出版内祝) 匿名1件

賛助会費・寄付について、税法上の優遇措置があります。  
お問合せは市社協本部/総務課(68-5070)までご連絡ください。



細川 保子  
(春江町)

昨年3月まで「坂井地域ファミ  
リーサービスクラブ」で10人の仲  
間と一緒に子育て支援活動をして  
いました。今はシルバー人材セン  
ターに引き継いでいます。また、  
形を変えて子育てを応援していき  
たいと思っています。その時は、  
若いママ達、頼って来てね！待っ  
ているから！



## ありがとう～おかげさまで10周年～

2月12日(日)高椋コミュニティセンターで市視  
覚障害者協会創立10周年記念大会が行われ、来賓、  
協会会員、関係者など約100人が臨席し協会創立10  
周年を盛大に祝いました。

また、アトラクションでは  
喜楽舎馬次郎(きらくやうま  
じろう)師匠による『手話落  
語』で会場がたくさんの笑顔  
に包まれました。



### 市社協 各支部・事業所 移転のご案内

**まるおか支部** 4月3日(月)より稼働  
〒910-0242 丸岡町西里丸岡12-21-1  
(坂井市役所 丸岡支所内)  
TEL 68-5060 FAX 67-2950

**みくに支部・れんげキッズ**  
5月1日(月)より稼働  
〒913-0021 三国町楽円53-16-1  
(いきいきサロンセンターあい愛内)  
みくに支部 TEL 82-2020 FAX 82-2024  
れんげキッズ TEL 080-1968-6580

～ご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力を  
よろしく願います～

## つながる伝言板

### 夢と希望を胸に

1月22日(日)三国観光ホテルで「あなたの成人を祝  
う会(主催/市心身障害児者  
福祉協会)」が行われました。

当日は、来賓や関係者、  
保護者が見守るなか、夢と  
希望に満ち溢れた10人の新  
成人の門出を祝いました。



### 餅つきを通じて地域の交流を

2月11日(祝)子ども発達支援センターこぶし園で  
“寒の餅”として毎年恒例の「餅つき大会(主催/NPO  
法人障害者自立援助センタ  
ーしいのみ)」が行われま  
した。

当日は、利用者やその家  
族、地域関係者など約200人  
が参加し、交流を深めました。



## 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たり、さまざまな効果をもたらします。

今回は、三国町内で行っているサロンのご紹介です。

**サロン名** 米納津区いきいきサロン

**開催数** 年3回 **参加者数** 約30名

**スタッフ数** 6名

**主な取り組み** 各種講座、レクリエーション、体操など

**コメント** 1月のサロンでは、春江大好きプロジェクトの皆様にお越しいただき、「子ども落語」を楽しみまし  
た。参加者のみなさんは、「(しゃべる内容を)よくあんなに覚えられたなあ」と顔を見合わせ感心し  
ながら、小さな落語家の寄席を笑顔で楽しんでいました。お昼にはみんなでぜんざいを食べ、心も体も  
温まる一日となりました。(代表 小林 信義)





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

料理名 甘酒 エネルギー 82Kcal(1人分)  
材 料(1人分) 酒粕 25g 水 100cc 砂糖 大さじ1  
おろし生姜 小さじ1/4

### 【作り方】

- ① 酒粕を包丁で刻んでおく ② ①の酒粕を少量の水で溶いておく
- ③ ②の鍋に分量の水を入れ弱火にかける。だまがなくなるまでよくかき混ぜ砂糖、おろし生姜で味を調えて沸騰直前で火を止める。 ④ カップに注いで出来上がり。



### ◆甘酒◆

甘酒は飲む点滴と言われています。まずビタミンが豊富です。ビタミンB1…疲労回復・ストレス緩和  
 ビタミンB12…貧血予防・不眠症予防 ビタミンB6…健康な肌や髪をつくる など  
 新陳代謝の活性化、老化防止、精神安定、免疫力アップに効果があります。余分な糖分を排泄してくれるので糖尿病の予防、  
 血圧抑制にも効果があります。酵素類も豊富に含まれているため、栄養素を効率的にエネルギーに代えてくれます。  
 最近では健康食品としてもダイエットにも注目されているため冬には温かく、夏には冷やして年中飲まれるようになりました。

|               |  |   |   |   |
|---------------|--|---|---|---|
| 無料法律相談・心配ごと相談 | 三国社会福祉センター<br>82-1170                            | 坂井市役所 丸岡支所<br>68-5060                       | 春江総合福祉センター<br>(いちい荘)<br>51-4545             | 坂井市社協本部<br>68-5070                          |
|               | 4月<br>無料法律相談 3日(月)<br>近藤 憲彦 弁護士<br>心配ごと相談 17日(月) | 無料法律相談 11日(火)<br>黛 千恵子 弁護士<br>心配ごと相談 25日(火) | 無料法律相談 19日(水)<br>黒田外来彦 弁護士<br>心配ごと相談 5日(水)  | 無料法律相談 27日(木)<br>端 将一郎 弁護士<br>心配ごと相談 13日(木) |
|               | 5月<br>無料法律相談 1日(月)<br>野条 泰永 弁護士<br>心配ごと相談 15日(月) | 無料法律相談 9日(火)<br>川上 賢正 弁護士<br>心配ごと相談 23日(火)  | 無料法律相談 17日(水)<br>村上 昌寛 弁護士<br>心配ごと相談 10日(水) | 無料法律相談 25日(木)<br>岩本 雄太 弁護士<br>心配ごと相談 11日(木) |
|               | ▲5月から変わります<br>【会場】いきいきサロンセンターあい愛                 |   |   |   |
| 結婚相談          | 三国木部<br>コミュニティセンター                               | いきいきプラザ<br>霞の郷                              | 春江中<br>コミュニティセンター                           | 坂井<br>老人福祉センター                              |
|               | 4月<br>10日(月)・24日(月)                              | 3日(月)・17日(月)                                | 6日(木)・20日(木)                                | 6日(木)・20日(木)                                |
|               | 5月<br>8日(月)・22日(月)                               | 1日(月)・15日(月)                                | 18日(木)                                      | 18日(木)                                      |

※結婚相談は上記のほか、4/1(土)・4/15(土)・5/6(土)・5/20(土) 10:00~15:00  
 春江中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。

## 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  
TEL 0776-68-5070 FAX 0776-67-2807  
E-mail: [sakaicityshakyo@lake.ocn.ne.jp](mailto:sakaicityshakyo@lake.ocn.ne.jp)
- 地域福祉課  
TEL 67-0699 FAX 67-2807
- 坂井市坂井地域包括支援センター  
TEL 67-5000 FAX 67-2807
- ケアプランセンター  
TEL 67-5180 FAX 67-2807
- ホームヘルプステーション  
TEL 67-5152 FAX 67-2807
- 訪問入浴ステーション  
TEL 67-5181 FAX 67-2807
- みくに支部 ※5/1(月)より  
〒913-0042 三国町楽円53-16-1(いきいきサロンセンターあい愛内)  
いきいきサロンセンターあい愛 TEL 82-2020 FAX 82-2024  
れんげキッズ TEL 080-1968-6580
- 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

- まるおか支部 ※4/3(月)より  
〒910-0242 丸岡町西里丸岡12-21-1(坂井市役所 丸岡支所内)  
TEL 68-5060 FAX 67-2950
- 霞の郷デイサービスセンター  
〒919-0224 丸岡町八ヶ郷21-7-1(いきいきプラザ霞の郷内)  
TEL 68-5065 FAX 68-0067
- 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
- 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

