令和2年9月号 (2020年)

No. 147

みんなで支えあう 心ふれあう やすらぎのまち



TEL 072-972-6786 FAX 072-970-3200 ホームページ



「ほのぼのちゃん」

http://kashiwara-shakyo.jp/

メールアドレス

こちらもどうぞ

soumu@kashiwara-shakyo.jp

編集発行 社会福祉法人 柏原市社会福祉協議会 =〒582-0018 柏原市大県4-15-35 健康福祉センター内

### 新型コロナウイルスに負けるな!

~合言葉は、『ひとりじゃないよ 地域でひろげよう 福祉の輪』~

この合言葉は、福祉委員さんが考えてくださいました。

合言葉には「密」を避けるために物理的には離れていても心の距離は離れずに「今できること」を相談し ながら進めていきたいという想いが込められているそうです。福祉委員さんに地域福祉活動について聞いて みました。



### ☆~\*新しい話し合いや 情報共有でつながる地域福祉※~☆

竪急事能宣言解 除後の研修会で 披露してもら い、参加者全員 で歌いました

「会議は顔と顔を合わせること が難しい中、どうされていまし たか?|

福祉委員さん「LINEや電話などを活用しまし た。LINEだと写真を共有でき、 2人以上の話し合いもスムーズ でした」

> 「顔の見えない分、密に連絡を 取ったので福祉委員同士の心の 距離は縮まった気がします」 「新しくチャレンジしたことは ありますか?」

福祉委員さん 「LINEでやりとりしながら、歌 謡曲の替え歌に手話をつけまし

たし

# **(1)**

研修会の様子

### ☆~\*新たな福祉委員会活動\*~☆

福祉委員さん 「マスクが不足していて、手作りマスク290枚を福祉委員の 有志者で作成して配布したら喜ばれました」

> 「児童養護施設で子ども用の小さなマスクも不足しているみた いです」

福祉委員さん 「みんなで話し合いました。ぜひ任せてほしいです!」

(1週間後に素敵な手作りマスクが200枚届き、市内の児童 養護施設に寄付しました)

「お礼状や感謝状などとてもうれしいです。マスク作りには裁 縫、アイロンかけ、生地を寄付してくれる人など多くの人たち の協力がありました」

「これからもっと協力していきたいです。このマスク作りを通 して知り合いが増えたと喜びの声も聞きました。そして週3回 の誰でも参加できるラジオ体操も始めました」





マスクづくりの様子

令和2年度

### 3



羽根共同募金運動が始まります。 今年も10月1日から全国一斉に赤い

**赤い羽根共同募金にご協力お願いします!** 

同募金は、市民が主体の取り組みと

昭和22年から始まった赤い羽根共

して社会福祉事業の推進の為役立て

られてきました。

この募金活動は柏原市民の各種団

### 赤い羽根共 金運動』が始ま 表

柏原市内では~

600

児童養護施設の子どもたちの入学

進学準備品の購入

### 共同募金の主な使い道。

75歳以上の一人暮らし高齢者の方の

当協議会では

▽在宅で暮らす重度障がい者とその家 助成事業 安否確認をするための事業 族の負担を軽減するためのオムツの

認知症の方や、支援活動や予防など に関心のある方々の集いの場を作る

られています。 体、学校、企業、 かいご支援をよろしくお願いします。 皆様の地域で、学校で、職場で温 赤い羽根共同募金 住民の皆様に支え

今年の記念 バッジのデザインは 中畑 康代さん (和歌山県) の作品です。

事業所募金・オアシス事務所での募金で 500円以上頂いた方にお渡ししています。



### 続い到根

募金の使い道など詳しくはこちらもご覧下さい。 赤い羽根共同募金ホームページ

ための募金活動です。

組む団体・グループを支援する

し、さまざまな福祉課題に取り

でも人と人とのつながりに着目

新型コロナウイルスの影響下

http://www.akaihane.or.jp/

援するキャンペーンを実施しま ナウィルスと向き合う人々を応 日本赤十字社とともに新型コロ

### バッジは、街頭募金や

### の募金活動と助成事業に取り組みました。 ~支える人を支えよう~ 福祉活動応援全国キャンペ KK KV 新型コロナ感染下

受けておられます。赤い羽根の大阪府共同募金会では、福祉課題 新型コロナウイルスの感染拡大を受け、さまざまな方々が影響を に対する取り組みを実施している団体・グループを対象に、3つ

①子どもと家族の緊急支援

③居場所を失った人への緊急活

題に取り組む活動への助成。 子どもと家族をめぐる生活課 地域で増加すると考えられる

②フードバンク活動応援

談機関や配食等を行っている 活動を資金面から応援 団体に食材や食事を提供する フードバンク、福祉施設等相

生活支援等、社会つくりを支 困難に陥った人への相談支援 居場所が失われた人や経済的 動応援



## NHKウィズコロナ・プロジェクト 『みんなでエール』」 に募金のご協力を!

大阪府共同募金会は、NHK、 う、募金活動と助成事業へのご 9日~12月31日まで実施予定 の取り組みです。 ※この運動は、10月から始まる 理解、ご協力をお願いします。 赤い羽根共同募金運動」とは別 【募金運動期間】令和2年7月 きめ細やかな支援が行えるよ

※詳細は大阪府共同募金会のホ ムページでご確認ください

### 2

### 「優しさ伝わる **手作りマスクをいただきました。**」

新型コロナウイルス感染症の拡散防止のため、「Anyアート」「柏原東地区福祉委員有志の方」などたくさんの方より手作りマスク・マスクホルダー合計約500枚をいただき、児童養護施設や、新型コロナウイルスによる相談に来所された方などへ配布いたしました。マスク入手が困難な時に、一人でも多くの方のお手元に届けたいという温かいお心もいただきました。





### 「自助・公助・近所」チカラを合わせて

令和2年2月4日、CSW(コミュニティーソーシャルワーカー)COW(小地域ネットワーク) 主催で地域それぞれの課題と向き合うために「(ひきこもりを含む) 生活困窮者を支えるためには」をテーマとした住民懇談会を国分西地区で開催しました。

住民懇談会には、民生委員さんや福祉委員さん、施設関係者・行政職員など、地域福祉の第一線で活動されている方々へ参加を呼びかけ「今それぞれができること」を意見として出し合い、様々な声を聞きました。

アンケートでは次回も開催してほしいという声が多数あり、住民と専門職が互いに目に見える関係性を 築く良い機会となりました。地域の課題を知ることは、地域の強みを知ることであり、課題を捉えること によって地域と関係団体の連携もより一層強まります。新型コロナウイルスによる深刻な状況が続いてい るこんな時こそ、自助・公助・近所でチカラを合わせることで困難に立ち向かっていけるのではないでしょ うか。今後も感染予防対策を講じながら住民懇談会を開催できるように関係団体と検討していきます。



短期目標、長期目標を立てよう!



行政・社協・地域との 情報共有が必要



居場所づくりには住民同士の つながりが大事

### ふれあい館才ガタ 出張相談会のお知らせ

毎月第3金曜日の午前10時~12時に、オガタ通り商店 街のふれあい館オガタ(柏原市清州1丁目3-21)で出 張相談会を実施しています。お気軽にご相談ください。

### 令和2年度 出張相談会

### 毎月第3金曜日

相談日	時間	相談内容
9月18日金曜日	いずれも 1 O時〜 1 2時	障害のこと
10月16日金曜日		ファミリーサポート 事業のこと
11月20日金曜日		高齢者のこと
12月18日金曜日		障害のこと
R3年1月15日金曜日		ファミリーサポート 事業のこと
2月19日金曜日		高齢者のこと
3月19日金曜日		障害のこと

### 【問合せ】

くらしの相談係 ファミリー

電話 972-6786 サポート FAX 970-3200

高齢者いきいき元気センター 高齢者 電話 970-3100 のこと FAX 970-3200

柏原市障害者基幹相談支援センター 障害 電話 971-2039

のこと FAX 971-6801

### 健康のための豆知識(1

不良姿勢というのは見た目の問題だけではなく、様々な身体 的なトラブルを引き起こす原因にもなります。慢性的な頭痛や 首~肩こりがある人の原因が実はあご上がり姿勢であったとい う場合も少なくありません。また高齢者の場合、あごが上がっ た状態では、嚥下機能(物を飲み込む動作)に影響を与えます。 嚥下機能が低下すると、飲み込んだ物が間違って食道ではなく 肺の方へ入ってしまう誤嚥性肺炎という命に関わる病態の原因 にもなるのです。

では、この「あご上がり姿勢」を改善するには どうすればいいのでしょうか?

### 【基本的な方法】

①仰向けに膝を立てて寝る

③あごを「軽く」引く (息を吐きながら)

②目線を膝の方へ向ける

④ゆっくりともとに戻す

### 【ポイント】 続けられれば、姿勢改善につながりますよ!

- あごの動きの前に目線を 動かす
- · 「軽く」引く。 力みすぎは NG
- ・首の上【頭の付け根】の 関節を曲げる
- ・首の後ろの筋肉が伸びてい くことを感じる・イメージ

### 『「やすらぎの園」瓦版』を発行しました。

柏原市立老人福祉センター「やすらぎの園」では、新型コロナウィルス感染拡大防止の ため5月31日まで休館していました。その間に大阪府施策の一環として「声で届ける寄り 添い支援による困りごと発掘事業」を実施、合計 76 名の老人福祉センター利用者に安否確 認と困りごとの聞き取り調査を行いました。

その中で何度か「インターネットを使わないから情報がなかなか入ってこない」という 声が聞かれました。そこで、さらなる支援として、高齢者に情報を届ける『瓦版』を発行 することにしました。

6月中旬に第1号を発行し「高齢者はやっぱり紙で読むほうがわかりやすい」とのご感 想もいただいています。

これからも老人福祉センターの情報や災害時の情報な どを、「シンプルに」「新しいものを」「なるべく早く」お 伝えしていきます。まだお読みいただいていない方は、 公民館などに置いていただいていますのでぜひ一度読ん でみてください。

福豪市上老人福祉センター [やすらぎの画]瓦版。 らぎの間及版

1 ← A は A に 本 は A に 本 は B に か - A に が - A に か - A に 間クラス さ 972-6786 60 X ぺわ 集 7セルを 3, 455 mm 3, 横55 mm 中容 してい 1から、 ージや ・込み】 され載 封 戦する広告 『ささえ手 日筒等、ま 筒等、 幅のと 〇封 ます В 200 Ŏ 筒 以 Ŏ 内 0 円 円

誠意ある販売と責任あるサービス ●富士ゼロックス・京セラDS(複合機) ● PCネットワーク関連・各種業務システム

### 阪南システムマシン株式会社

大阪府富田林市喜志町5丁目8-14 TEL 0721-25-2663 / FAX 0721-25-2822 http://www.hsm-net.co.ip/

### 特別賛助会員

社協の活動に賛同してい ただいた市内事業所の方々 より特別賛助会員として、 会費-01,000円でご支 援、ご協力をいただいてお ります。ご協力いただきま した賛助会費は、地域福祉 事業やボランティア活動支 援など、地域に根差した事 業に活用させていただきま す。

令和2年1月1日から令 和2年3月31日までにご 協力いただいた事業所をご 報告いたします。 (敬称略)

おそうざいお弁当

tant-tant

まだまだ社協の応援団、 特別賛助会員を募集中!

問合せ・申込み

総務係 972-6786

