



社協だより いこま

No. 113

令和 2年
7月 1日発行



傾聴ボランティア

「笑みの会」

声ぞ、つながる。



友愛電話訪問ボランティア

熱中症や感染症への心配や不安から、今まで参加していた体操教室やサロンなどに行くことを控えて活動の量が減っていませんか。
散歩やストレッチに加えて、人と関わることはフレイル（介護状態の前段階）予防に欠かせません。直接会えなくても、電話でお話することも効果的です。

SYAKYOU DAYORI IKOMA

編集と発行

社会福祉法人 生駒市社会福祉協議会

〒630-0257 奈良県生駒市元町1丁目6番12号（生駒セイセイビル4階）

TEL.0743-75-0234 FAX.0743-73-0533

クローズアップ・ボランティア

点訳グループ「なかま」



「グループ結成のきっかけ 私たち「なかま」は昭和61年に点訳講習会の卒業生が集まり結成しました。

活動内容

生駒市福祉センターの機関紙「ふれあいだより」の点訳を行っています。ほかに点字の福祉出前講座のサポートも行っています。

心がけています

読みやすい点字のレイアウトを心がけています。点字は6つの点でひらがな、カタカナ、数字、英語を表し

「やりがいを感じる瞬間 私たちが点訳した本の読者から「手打ちで丁寧に打ってくれていることがありがたい」と、直接お声がけいただいたことが嬉しかったです。

今後の目標

集まって点訳をするだけでなく、皆と楽しく談笑できる雰囲気の良い「なかま」の魅力です。このメンバーと可能な限り長く活動を続けていきたいと考えています。



▲点字を打っている様子

生駒市社会福祉協議会では、福祉に関わるボランティアグループに、情報提供やボランティア活動保険の加入手続きの支援を行っています。

新スタッフ紹介

北村 香織 (きたむら かおり)

配属：社会福祉協議会地域包括支援センター

地域の方々の生活の支えになれるように頑張ります。



宿賀 智恵 (やどか ともえ)

配属：社会福祉協議会地域包括支援センター

1日でも早く認知症地域支援推進員として地域の人の力になれるよう精一杯頑張ります。



村井 風太 (むらい ふうた)

配属：権利擁護支援センター

若さを武器に精一杯頑張ります。よろしくお祈りします。



障害者週間のポスター募集!



▲昨年の入賞作品

障がい者の福祉について、関心と理解を深めるための「障害者週間のポスター」を募集します。応募作品は、11月に開催する「ポスター展」に展示し、優秀な作品はキャンペーン用の啓発物品に使用させていただきます。

- 出品作品： 四つ切画用紙(39 x 54cm) 画材自由
- 提出先： 生駒市福祉センター (さつき台 2-6-1) TEL: 73-0700 FAX: 73-0294
- 締切り： 令和2年9月2日(水)

※ポスターの中に「障害者週間(12月3日～9日)」の文字は入れないでください。

みなさまのご意見やご感想をお待ちしています。次回「社協だよりいこま」は10月に発行予定です。

自分らしく、安心して暮らせる生駒に

令和2年度事業計画

近年、8050問題、子どもの貧困問題など地域からの孤立を起因とする様々な生活課題が多様化、複雑化していることから、国においても、全ての人が地域、暮らし、生きがいを共に創り、高め合うことができる地域づくりの実現が提唱されています。

推進項目

- ① 社会福祉協議会の基盤強化
- ② 地域福祉活動の推進
- ③ 権利擁護支援活動の推進
- ④ ボランティア活動の推進
- ⑤ 生活福祉資金等を活用した自立支援
- ⑥ 災害時に向けた取組み
- ⑦ 生活困窮者自立相談支援事業の実施
- ⑧ 福祉センターの円滑な管理
- ⑨ 地域包括支援センターの運営及び介護予防の推進
- ⑩ デイサービスセンター幸楽の円滑な管理及び運営
- ⑪ 交通遺児奨学金の支給

生駒市社会福祉協議会

会は、福祉関係団体と連携・協働し、誰もが住み慣れた地域で、共に支え合いながら自分らしく安心して暮らせる地域社会の実現に向けた事業を推進していきます。

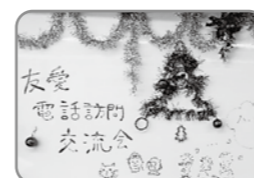
事業のようす



▲家族介護教室



▲やきもの教室 (福祉センター)



▲友愛電話訪問交流会

みんなの介護 ～食事で免疫力を高めよう～

- 以前より食べる量が少なくなった
- 食べにくくなった
- 時間がかかる
- むせてしまう
- うまく噛めない

1つでも当てはまることがあれば、水分・栄養が不足しているかもしれません。思うように食べられなかったり、水分が取れなかったりすると体力や免疫力が落ちてしまいます。下のおすすめ食材を参考にしっかり摂りましょう!

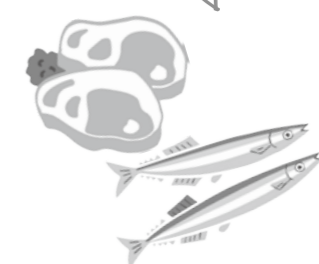
おすすめ食材

必須アミノ酸を多く含んだ良質なたんぱく質
卵・肉・魚介・大豆・乳製品など

ビタミンCを摂りながら水分補給もできる
フルーツ

手軽に使えてアレンジもしやすい
魚の缶詰、豆腐、プリンなどの市販食品

脂身の入った肉、脂の多い魚は柔らかく食べられます!



乳製品はシチューやグラタンで食べやすく!

介護される人も介護する人も、食べられない時は多々あります。そんな時は特定保健用食品や栄養機能食品、水分補給食品をうまく利用し、心にゆとりをもって体を労わしましょう。



(監修：管理栄養士 半田恵美子先生)

いこまの民生委員・児童委員

第2回 第一地区民生児童委員協議会 (北・真弓・あすか野小学校区)

市内各地域で活動する民生委員・児童委員(以下、民生委員)の経験者からお話を伺い、ご紹介させていただきます。

喜ぶ顔が見たくて

「15年前、当時の会長が一人暮らしの高齢のかたに喜んでもらえるプレゼントとして、シクラメンの花鉢を贈ることを思いつきました。シクラメンをお届けしていたかたは、『ずっと咲き続けるし、貰った後からでも楽しめる』『次の年も咲かせたよ!』と喜んでくださり、大変好評でした。

それ以来、ずっと年末には一人暮らしの高齢のかたにシクラメンの花鉢をお届けし、そのたびに喜んでくださる皆さんの笑顔を見てきました。この活動と同様、担当地域の皆さんが喜んでくださる顔を思い浮かべながら、日々、活動しています。」



▲プレゼントのシクラメン

毎年、民生委員の活動として、各地域で年末に一人暮らしの高齢のかたへプレゼントをお渡ししています。地域ごとにプレゼントの内容は異なりますが、どの地域でも、訪問先の笑顔は民生委員の力になっています。

相談日一覧

ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。



相談の種類	相談員	とき	ところ	予約	連絡先
心配ごと相談	民生委員 児童委員	毎月第1木曜日 (5月・1月は除く) 午後1時～午後4時	生駒セイセイビル 4階 (元町1-6-12)	一	生駒市社会福祉協議会 TEL: 75-0234 FAX: 73-0533 (土、日、祝日を除く)
無料家計相談	司法書士 社協職員	7/8・8/12 ・9/9・10/14 午後1時30分～ 午後3時30分		要	生駒市くらしと しごと支援センター TEL: 0120-883-132 (土、日、祝日を除く)
成年後見制度 無料相談	司法書士 社協職員	7/16・9/17・10/15 午後1時30分～ 午後3時30分	生駒市福祉センター (さつき台2-6-1)	要	生駒市権利擁護 支援センター TEL: 73-0780 FAX: 73-0294 (日、月、祝日を除く)
高齢者・障がい者の ための無料法律相談	弁護士	7/9・8/27・9/10 ・9/24・10/8・10/22 午後1時30分～ 午後3時30分			

相談は無料で、秘密は固く守られます。日時など変更になる場合がありますので事前に電話でご確認ください。

善意銀行の預託者
(令和2年3月～6月上旬)

- 高木 恵津子 ●二澤 タミ子 ●匿名(物品)
- 生駒市社会福祉協議会ボランティアネットワーク有志の皆様(物品)
- コロナ対策生駒・市民の会(物品) (敬称略・順不同)