

ごー!ごー!! ちいき

視覚障がい者向けに音声デジ版の「ごー!ごー!! ちいき」も発行しています



令和2年9月15日発行

No. 88
2020



社会福祉法人
都城市社会福祉協議会

〒885-0077 宮崎県都城市松元町4街区17号
TEL (0986) 25-2123 FAX (0986) 25-2103
E-mail info@m-syakyo.or.jp
URL http://www.m-syakyo.or.jp

Content

- 特集「ボランティア体験月間」について… 1
- 特集「高齢者の生活を支えるサービス」… 2
- わがまちじまん「五十市編」…………… 3
- 人生を豊かに「あなたの街の応援団」… 3



LINE
公式アカウント

都城市社会福祉協議会
公式HPはコチラから



スマートフォンでQRコードを読み込んでください。

特集

「ボランティア体験月間」について

宮崎県社会福祉協議会では、平成8年より、毎年7月～9月の3か月間を「みやざきボランティア体験月間」と提唱し、県民のボランティア活動の参加ときっかけ作りを応援しています。この体験月間の取組は、平成7年度に宮崎県が策定した「みやざきボランティア活動促進基本方針」の具体的展開の一つとして、提唱されました。



宮崎県ボランティアセンター
イメージキャラクター「ボラみん」

都城市の取り組み

宮崎県内の市町村ボランティアセンターでは、毎年8月第3、又は第4日曜日を「県下一斉ボランティアの日」として、新たな人材育成やボランティアの発掘を図りながら、ボランティア団体の認知度を高めていくことを目的に、取り組んでいます。都城市においても、この期間に、様々な活動が行われ、子どもから大人まで、たくさんのボランティアが参加します。それらの取組を一部紹介します。

県下一斉ボランティアの日

都城ボランティア協会では、福祉施設や個人宅の環境美化を



小学生に宿題を教える
中学生ボランティア



施設でのボランティア活動

今町っ子まなび館

夏休み期間中の小学生に、学習の場を提供することを目的に開催しています。中学生ボランティアが、小学生の夏休みの宿題を手伝ったり、地域のボランティアの方が作ったカレーを参加者全員で味わい、有意義で楽しい時間を過ごしています。

高城地区ボランティア学習会

地元の中学生を対象に、地域防災への関心を高めることを目的に、災害時の対応についての学習会を開催しています。防災士による講話や、中学生が地域ボランティアの方々と一緒に、被災者の緊急時の対応をグループごとに実演したり、身近なものを活用した応急措置・ほどこないロープの結び方等、様々なことを学んでいます。



被災者の緊急時の対応について実演

本年度は、新型コロナウイルス感染症予防の観点から、実施が難しい状況ですが、ボランティア活動について知りたい、参加してみたい、活動をお願いしたい等、ご相談がありましたら、お気軽に都城市ボランティアセンターまでお問合せください。

●都城市ボランティアセンター
☎ 25-7318

「色水あそび」

遊び
スト
Vol.5

社協のこども園・保育園の
取り組みを紹介します！



赤・青・黄の色水を何度も繰り返し混ぜ合わせをして、色彩感覚を育てています。

子どもたちは、園庭の草花、葉っぱなど色々な自然物が遊びの素材になります。草花を指でもんだり、すりこぎとすり鉢を使ってすりつぶしてみたり・・・その中で一番色が鮮やかに出る方法を考えて色水を作り、ジュース屋さんへと遊びが展開していきます。香りのあるミントやシンをすりつぶして「はみがきこのにおいがする」と言い、色や香りで視覚、嗅覚も刺激されています。毎日、色々な発見と学びの連続で、日々子どもたちは成長しています。

今日は何の日？

9月21日

敬老の日

敬老の日は、「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」国民の祝日です。1947(昭和22)年9月15日に兵庫県多可郡野間谷村(現在の多可町八千代区)の門脇政夫村長が、長い間社会に貢献してきたお年寄りに敬意を表すとともに、その知識や人生経験を次の世代に伝授してもらう場を設けることを目的として敬老会を開催したことが始まりとされています。

次世代育成対策支援法に基づき、仕事と家庭の両立支援に関する行動計画を策定し、計画に定めた目標を達成し、一定の基準を満たした企業を「子育てサポート企業」と呼び、厚生労働大臣の認定(くるみん認定)を受けることができます。この認定を受けた企業の証が、「くるみんマーク」です。令和2年5月末時点で全国3,331企業、宮崎県内では32の企業が認定を受けています。(出典：福祉新聞)

これって
どんな意味？

福祉トレンドキーワード

くるみん



特集

高齢者の生活を支えるデイサービス



脳トレとして、Tシャツを利用した布草履の作成をしています。(志和池福祉センター しわちの里)

高齢者向けのサービスは多くありますが、デイサービスもその一つです。デイサービスとは、高齢者（要介護認定※1を受けた方）が事業所に通い、自宅での生活を続けていくことができるように機能訓練をしたり、他の利用者との交流を通して社会的孤立を解消し、認知症予防を図るところです。また、デイサービスを利用することで家族の身体的・精神的負担の軽減を図ることもできます。

Q 日中はどのように過ごしているのですか？

A 食事の提供や入浴、機能訓練、検温や血圧測定、レクリエーションを行っています。季節に合った行事計画があり、季節を感じられる活動の中で他の利用者との会話やコミュニケーションをとることができ

Q 通うことのメリットは何ですか？

A デイサービスは通う場です。外出の機会を作ることができます。外出の機会が増えます。また、定期的な血圧測定や管理栄養士の作る自分にあった食事の提供による健康の維持・管理ができます。さらに、いま自分でできていることを今後も自分でできるように維持するための目標を持つことができます。ご家族にも、精神的・身体的な負担の軽減を提供することができ

Q 利用料はいくらかかるのですか？

A 利用料は一律いくらと決まっています。利用される方の介護度やサービスの提供時間、自己負担割合などによって変わります。また、食事は実費負担になるため、事業所によっても異なります。たとえば、要介護3で7〜8時間未満の利用の場合は1日あたり887円（利用者負担1割の場合）です。この利用料に、食費と日常生活費が加算されます。（都城市ホームページより）

Q 利用するにはどこに相談すればいいですか？

A これまでに介護保険のサービスを受けたことがある方は担当のケアマネジャーにご相談ください。要介護認定を受けたことがない方は、お住まいの地域の地域包括支援センターへご相談ください。

- 姫城・中郷地区地域包括支援センター ☎ 26-8339
- 妻ヶ丘・小松原地区地域包括支援センター ☎ 23-9712
- 祝吉・沖水地区地域包括支援センター ☎ 26-4212
- 五十市・横市地区地域包括支援センター ☎ 57-6767
- 志和池・庄内・西岳地区地域包括支援センター ☎ 45-4180
- 山之口・高城地区地域包括支援センター ☎ 29-1682
- 山田・高崎地区地域包括支援センター ☎ 45-8411

※1 要介護認定…介護を必要とする度合いによって、7つに区分されています（要支援1〜2、要介護1〜5）。区分によって受けられるサービスの内容や支給限度額が変わります。



90代の利用者さんも「自分のためだから」と意欲的にレクリエーションに参加しています。（山之口サテライト ひばり苑）

われら ほんとワーカー
福祉のお仕事

特定非営利活動法人さらだ相談・サポートさらだカフェ
管理者・相談支援専門員
那須 史代 さん

十人十色、どんな人でもできることもあればできないこともあり、良いところもあれば良くないところもあります。顔や姿や形、好みや性格、言動や受け取り方、一人として同じ人はいない、そんなお互いの違いに気づいて認め合う自分に、そして世の中になれるといいなと『さらだ』で働いていると強く感じます。いろいろな方の相談を受けながら、「この方もいつか笑ってくださるはず」と信じて東奔西走。自分らしく、笑顔がいっぱいで、地域と共に育ちたい！を胸に、これからも皆でニコニコ、日々鍛錬いたします。

職 場

特定非営利活動法人 さらだ
相談サポートさらだカフェ
都城市早水町 3459 番地 1

脳トレクイズ

これはどこのことでしょうか？

修

収

周

囚

終

就

州

秋

秀

こんにちは中村です。

事務局長 中村 健児

『令和2年7月豪雨』は、各地に甚大な被害をもたらしました。社協のボランティアセンターにも「いてもたってもいられない。現地にボランティアとして駆けつきたい。」というお電話をいただいています。ただ、現状はコロナ禍の影響で被災地県は他県からの協力をお受けできない状況です。本当に歯がゆい限りです。今、私たちは動けない代わりに募金という形で支援するしかありません。このコメントが掲載される頃には他県ボランティアの受け入れもできる状況にあることを祈って。

電ケ関通信

厚生労働省社会・援護局地域福祉課派遣 谷口祐樹

昨今の社会情勢を受け、大勢が集まる会議等が開催できない状況が全国で続いています。そのような中で、これまであまり例のなかったインターネットを用いたウェブでの会議・研修会を実施しているところですが、年度当初より、さまざまなことが例年通りにいかない状況が続いていますが、そのようなときだからこそ、できる道筋を模索することも大切なのだと感じています。

★答えは「社協タイムズ」の下に掲載しています！

広告掲載スペース

広告掲載スペース



イメージキャラクター幸子を主人公にした4コマ漫画です。

「いそいちStudyRoom土曜の朝」は、毎年11月から高校受験に向けての学習を支援するために五十市中学校3年生を対象に実施しています。参加者の生徒は、ほどよい緊張感のなかで自主学習を行い、わからないところはボランティアの先生に質問し、学習の理解を深め

ています。ボランティアとして地域の退職教職員、都城工業高等専門学校に協力いただいています。参加した生徒が希望する高校に進学できるよう、一生懸命にサポートしています。また、サービス付き高齢者向け住宅「ウエルライフ3号館」（南鷹尾町）にも協力いただいて、会場として利用しています。整った設備のなかで自主学習できることは、生徒たちにとっても有意義な時間を過ごせているようです。



県立高校入試を控えた生徒たちのために、ウエルライフ3号館にてカツ丼とケーキが振る舞われました

五十市地区は、五十市小学校と今町小学校、明和小学校の一部の児童の3つの校区に分けられ、都城市内の15地区のなかでも2番目に人口の多い地区です。五十市地区社会福祉協議会（以下、「五十市地区社協」）では、児童・生徒が学習の理解を深め、学力の向上につながることを目的として学習支援事業を実施しています。

この事業は平成28年度から続く事業であり、はじめは参加者として来ていた学生が数年後にはボランティアとして来てくれるようになりました。五十市地区社協では、さまざまな関係機関やボランティアの協力をいただきながら学習支援



生徒たちは集中して自主学習に励んでいます

地区紹介

じょいよんよかとこ

わがまちじまん

五十市編

事業をすすめています。子どもたちを地域全体で応援していることが五十市地区の自慢です！

レシピ紹介 Vol.5

Rie's kitchen

管理栄養士／田平 リエ

肉団子の串さし

作り方

①玉ねぎはみじん切りにする。②ボウルに豚ひき肉、パン粉、卵、玉ねぎ、生姜、塩、砂糖を入れて、こねる。③手で小さいピンポン玉くらいに丸めて、油で揚げます。④鍋に調味料を入れて火にかけ、煮立ったら、揚げた肉団子をいれ、煮からめる。

☆爪楊枝等で刺してお弁当に入れてもOK！冷凍保存もできます。

材料 (2人分)

玉ねぎ.....1/2個
豚ひき肉.....150g
パン粉.....1/2カップ
卵.....1個
生姜みじん切り.....大さじ1
塩.....小さじ1/2
砂糖.....大さじ1/2
揚げ油
●だし汁.....100cc
●ケチャップ.....大さじ3
●ウスターソース.....大さじ1
●酢.....大さじ1

人生を豊かに

ボランティア NPO 法人 紹介 Vol.5

一般社団法人 paso a paso

代表者 江口 智美氏

私たちは、介護福祉士としてのこれまでの経験を活かしながら、地域における人と人とのつながりの機会、つながりの場、つながりの時間を提供しながら、特に高齢者、障がいのある方たちなど、支援を必要とする方の社会的孤立を予防し、また、地域社会との交流を促進することで支えあう社会を実現し、地域福祉の増進に寄与することを目的に活動しています。

コロナ対策を十分に行いながら、地域食堂・子供たちの創作活動教室を開催予定です！！

広告掲載スペース

広告掲載スペース

福祉なんでも相談コーナー

Q 「社会福祉士」って聞いたことはありますが、どんな仕事をしているのですか？

A 社会福祉士は福祉に関する国家資格であり、相談者から相談を受けたら課題を抽出し、その課題に対して相談者と一緒に解決に向けて考えていく専門職です。相談者だけでなく、場合によっては家族などの周囲に対しての支援も考えていきます。さまざまな専門職と連携しながら臨機応変な対応が求められることが多く、福祉施設や医療現場で働いていることが

Q 現在63歳です。いまは手すりがなくとも階段も昇れるし、歩くことも問題ないですが、老後に備えて手すりを付けることはできますか？

A 手すりを付ける「在宅高齢者転倒予防住宅改修事業」の対象者は、4つの項目①都城市内に住所がある65歳以上の在宅高齢者②要介護認定がなく、当面認定を受ける予定のない方③税金を滞納していない方④身体的理由により必要性がある方」をすべて満たしている方です。介護保険制度は、本人の心身の状態に基づいてサービスが提供されますので、実際に日常生活に手すりが必要になった際にご相談ください。

SYAKYO TIMES 社協タイムズ

災害時の「ボランティア活動保険」について

ボランティア活動保険では、大規模災害が発生して災害ボランティアセンターが設置された場合、「大規模災害特例」が適用されます。大規模災害特例の特長は、以下のとおりです。

①即時の補償開始

通常は加入申込手続きの完了した翌日午前0時から補償開始となりますが、大規模災害特例が適用された場合は、社会福祉協議会で加入申込手続きが完了した時点から即時の補償開始となります。

②加入申込

通常は皆さまのお住まいの市町村社会福祉協議会でボランティア活動保険の加入を申込みいただきますが、大規模災害が適用された場合は、被災地の社会福祉協議会（災害ボランティアセンター）でも加入申込が可能となります。ボランティア活動保険には「基本プラン」と「天災・地震補償プラン」があり、「天災・地震補償プラン」は基本プランの補償範囲に加えて、天災（地震・噴火・津波）によるケガも補償され、より安心して活動いただけます。

認知症パネル展を実施します

9月は世界アルツハイマー月間です。都城市では、認知症への理解を深めるため、認知症事業の取り組みや介護施設等の活動内容のパネルを展示します。また、その期間に合わせた認知症の方や家族・支援者などへのメッセージを手紙形式で投函するボックスも設置しますので、ぜひご利用ください。

場所Ⅱ都城市立図書館

（9月1日から9月30日まで）
場所Ⅱ高城生涯学習センター
（9月1日から9月18日まで）

お問合せ先Ⅱ

都城市介護保険課 地域支援担当
☎ 23-3184

連載「未来へつなぐ」

都城市立小松原中学校

小松原中学校では、毎年11月に小松原地区体育館にて行われている小松原地区まつりにボランティアとして参加しています。まつりは今年で45年続く行事であり、昨年度は1221名が来場しました。生徒は、まつり会場の設営や準備をはじめ、当日の受付や募金活動、出店の手伝い、まつりの司会進行などのボランティアを行いました。

地域の方々とのふれあいが一日を過ごすことで、生徒は「自分が人の役に立っている」という実感を味わうことができました。また、後日行われた実行委



まつりの様子

みなさまの善意ありがとうございます

社会福祉法人 都城市社会福祉協議会では、みなさまからいただいた善意寄付や忌明寄付を福祉向上のために使わせていただいております。掲載事項につきましては、ご本人の承諾を得ております。なお、空欄（寄付内容等）につきましては、寄付者の希望により掲載しておりません。

■ 忌明寄付（7月受け入れ分）

● 事務局管内

住所	寄付者	故人	寄付内容	住所	寄付者	故人	寄付内容	住所	寄付者	故人	寄付内容
下長飯町	松田 洋子	政昌	20,000	吉之元町	別府ミチ子	砂男	30,000	金田町	井之上 寛	ツルエ	20,000
庄内町	久玉 照雄	テル	30,000		千知岩	聖史	20,000	南鷹尾町	尾崎 和子	政彦	20,000
安久町	菅 嘉輝	横山スミエ	30,000	鷹尾1丁目	東郷 明彦	育子	30,000	太郎坊町	橋口チサ子	美芳	30,000
庄内町	萬代 哲也	スゞ子	30,000	丸谷町	中西 徹博	フヂ子	30,000	下水流町	田中 春美	則男	20,000
志比田町	坂上 昭二	宗市勢	30,000	安久町	後久 光美	鎌田 榮三	100,000	豊満町	瀬之口きり子	秀喜	20,000
関之尾町	中満 トミ	正利	20,000	安久町	内村みち子	野村トシ子	20,000				

● 山之口サテライト管内

正近	山下 憲秋	千江子	30,000	向原東	中村 時子	孝夫	30,000
----	-------	-----	--------	-----	-------	----	--------

● 高城サテライト管内

桜木	木下 絹子	柚木崎ハツエ	30,000	有水	高山 正子	忠昭	30,000	有水	新穂ツヤ子	ナミ	20,000
----	-------	--------	--------	----	-------	----	--------	----	-------	----	--------

● 山田サテライト管内

山田	高原 春子	藤夫	30,000	上是位川内	新增 玉子	勝章	30,000	長谷	福森 隆	實治	100,000
長谷	今村 信子	登	30,000	瀬之口	桂木日出雄	ハル子	30,000				

● 高崎サテライト管内

前田	黒原 利浩	睦子	30,000	大牟田	宇都秀一郎	江美子	50,000	縄瀬	廣村 福美	テル子	30,000
----	-------	----	--------	-----	-------	-----	--------	----	-------	-----	--------

■ 善意寄付（7月受け入れ分）

住所	寄付者	寄付内容	住所	寄付者	寄付内容
前田町	護国寺	お米 32kg	安久町	CDデビュー3周年のチャリティショー 柴田 富美子	10,306
千町	匿名	10,000	高崎町	からいも会 吉岡 瑞昭	10,028
花緑町	平井 昭子	100,000			

■ フードバンク（7月受け入れ分）

寄付者	寄付内容	寄付者	寄付内容
宮迫 由紀夫	缶詰 2kg	姫城地区民生委員児童委員協議会	カップ麺等 6kg
旭食品株式会社九州中央支店宮崎営業所	缶詰など 80kg		

編集後記



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、外での活動を自粛してきたこともあり、何か運動を始めようと思ったのがきっかけで、夏前から自転車通勤をしています。実は、一昨年、毎日自転車通勤することにチャレンジしたのですが、雨が降った日に「一日ぐらいい」と車で通勤したところ、車の便利さを

感じてしまい、以降自転車通勤は頓挫してしまいました。ただ、今回は「無理しない」と初めから決めていることで、なんとか継続できています。更にパンクしにくいタイヤに変更したことにより、通勤に快適さがプラスされました。健康に気を使いながら、自転車通勤を楽しんでいます。（税所）

発行
社会福祉法人 都城市社会福祉協議会
事務局 ☎25-2123
山之口サテライト ☎57-4577
高城サテライト ☎58-3279
山田サテライト ☎64-2200
高崎サテライト ☎62-3422