

新年あけまして  
おめでとうございます

# いなべ市 社かだより

第115号

令和5年1月  
発行



# 誰でも気軽に いつでも自由に 四季の家へ

四季の家は11年前から、地域での支えあい・助け合い活動の中で、孤独、孤立を防ぐため、子どもから高齢者、障がいの有無に関係なく誰でも集える「居場所」を作ってきました。人と人のつながり、人と社会とのつながりを大事にし、集まった人同士でのおしゃべりや手・指遊び、体操など、さまざまな内容で、楽しい時間を過ごしています。

## 四季の家はこんなところ

### 交流



まずは、集まったらおしゃべり！日頃のこと、世間の話題など、話のネタには困りません！



手づくりカードでチームに分かれて言葉遊び！いくつ花の名前が作れるか？

### 運動



脳トレには、効果抜群のお手玉渡し！「つかんで右へ！つかんで右へ！」とリズムに合わせて隣の人に渡します。



足腰が弱らないように、ラジオ体操や、手足の運動を行います。

### 学び



いなべ市の栄養士さんや保健師さんから「フレイル予防」について教えていただきました。

その他にも学生との交流や天気のいい日には散歩に出かけるなど、自由に楽しく過ごしています。

## 『参加者の声』

- ★運動や体操はみんなでやると楽しいし、続けられる。
- ★10年通っている。自宅から歩いて行くので、運動にもなる。
- ★毎日元気でいられるのは、四季の家のおかげ。
- ★なぜか、おしゃべりに花が咲いてしまい、時間が経つのを忘れてしまう。
- ★四季の家に通えていることが自分の健康のバロメーターになる。
- ★コロナ前は、開催時間も長く、昼食も一緒に食べられて楽しかった。またそうなるといいなあと思います。

この3年間は、新型コロナウイルスの感染が広がり、人との関わりが少なくなりましたが、今年から活動を再開しました。

四季の家は、いつでも誰でも参加できる集いの場です。興味がある方は、是非お越しください。

開催場所、開催時間が9ページに掲載されているのでそちらをご覧ください。



## 送迎ボランティア

# あじさいまごころ隊 ～バトンタッチ送迎～

地域には免許証を返納するなどして、買い物や病院、集いの場などへ、外出ができなくなってしまうといった移動手段の問題があります。その問題に協力したいという方が集まり、始めたのが「あじさいまごころ隊」という送迎ボランティアです。

あじさいまごころ隊は「まごころを込めて接したい」「次の世代につなげていきたい」という思いが名前の由来になっています。

試行的に令和4年9月から送迎ボランティアの活動をするため、まずは四季の家に通えなくなった人の送迎を始めました。

利用された方からは、自宅から会場まで送迎をしてもらえるようになって「また、四季の家に通えてうれしい」「外出できて楽しみが増えた」と、とても喜ばれています。

この活動に興味のある方、送迎のお手伝いをしたいという方は、下記までお問合せください。一緒に活動しましょう。



《お問合せ》 地域福祉課 ☎41-2945

## 地域活動支援センター事業「<sup>ルート</sup>LUTE」前期

### 4月訓練生募集

中・軽度の知的障がいのある方等が、自宅で自立した生活ができるよう、日常生活に必要な家事等を習得することを目的として実施しています。

支援員と一緒に訓練し、ご自身だけでできるようにしてみませんか？



**募集定員** 4名

**応募資格** 市内在住で療育手帳（中・軽度）等をお持ちの方

**訓練期間** 4月～9月までの水・金曜日（1回2時間程度）

**訓練内容** 洗濯機や掃除機の使用法、調理など

**訓練場所** 訓練生自宅、ナナイロハウス

**申込方法** 所定の申請書に必要事項を記入のうえ、オレンジ工房あげき1階に提出してください。

**申込締切** 3月3日（金）まで

《お申込み・お問合せ》 障がい支援課 担当：和田 ☎72-5130



## 傾聴講演会 ～話を聞くことの大切さを学ぶ～

「傾聴」とは、人の話をただ聞くだけでなく、より深く丁寧に耳を傾けることです。傾聴は、こころのケアでもあり、ストレスを軽減させる効果があります。この機会に、傾聴について学んでみませんか？

- 対 象 話し相手ボランティアで活動されている方  
傾聴やボランティア活動に興味や関心のある方
- 日 時 令和5年2月6日(月) 13:30～15:30
- 場 所 北勢市民会館 2階 視聴覚室(北勢町阿下喜3083-1)
- 定 員 40名
- 講 師 山田 豊吉 氏

NPO法人 日本傾聴ボランティア協会 事務局長  
高齢社会における新たな相互扶助活動である「傾聴ボランティア」活動を、日本で初めて独自に立ち上げ、人との関わり方の基本である「傾聴的に関わる・聴く」活動の普及を目指し、運動を展開中。



講師：山田豊吉氏

- 内 容 他者とのコミュニケーションのコツ  
ボランティア活動における傾聴の必要性と活用方法
- 参加費 無料
- 申込期限 2月1日(水) までに下記へ電話またはメールにてお申し込みください。

### 防災・災害ボランティアに関する講演会

## 『災害を知り、ともに備える』 ～助け合えるいなべ市になろう～

いつ発生するか分からない自然災害について、正しく理解し、備えることを学びます。また、災害ボランティアによる様々な支援活動を知り、今後できることを考えあう機会にしたいと思います。災害について、自分ごととして考え、取り組む機会として是非ご参加ください。

※第113号で案内し、開催を延期させていただいた講演会です。

- 対 象 いなべ市内に在住、通勤・通学されている方
- 日 時 令和5年3月5日(日) 13:30～15:30
- 場 所 員弁コミュニティプラザ 2階 集会室(員弁町楚原940)
- 定 員 50名
- 講 師 松山 文紀 氏(災害対応NPO「MFP」代表)



講師：松山文紀氏

約25年にわたり、全国の震災や豪雨災害の被災地で復興支援活動に携わる。今年発生した静岡豪雨での対応にも携わり、支援活動を継続している。

- 内 容 自然災害や災害ボランティアについて知ってもらいます。その上で、自分にできる備えや、行動について考える場とします。

- 参加費 無料
- 申込期限 2月28日(火) までに下記へ電話またはメールにてお申し込みください。

いなべ市では大規模災害が発生した場合、災害ボランティアを受け入れる拠点として「災害ボランティアセンター(災害VC)」を立ち上げます。災害VCは、災害現場で活動するボランティアを受け入れ、ボランティアと被災された方を橋渡しするお手伝いをいたします。

《お申込み・お問合せ》 地域福祉課 担当：小川、山内 ☎41-2945 ✉chiiki@inabewel.or.jp

# 「福祉の就職ガイダンス」開催

これから就職活動を行う予定の学生や一般の方を対象に、“福祉の職場”や“福祉で働く魅力”を知っていただくために「福祉の就職ガイダンス」を開催します。

高齢・障がい・児童養護・保育所・社会福祉協議会の各分野において、実際に福祉の現場で働く職員から生の声をお届けします。

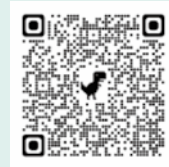
開催日時 1月21日(土) 13:30～15:40

開催方法 Zoom (オンライン形式)

参加費 無料

対象者 仕事を探している方や福祉職場について知りたい方  
大学・短大・専門学校生や高校生、教職員の方 など

申込方法 Google フォームで必要事項を入力してください



## 福祉・介護の職場体験 及び 職場体験動画視聴 参加者募集

対象者 福祉・介護の仕事に関心のある方

- ・これから福祉の職場への就職を考えている方
- ・福祉関係の資格を有しながら、福祉・介護の仕事に就いていない方
- ・転職をお考えの方 など

※学生さんもOKです。福祉の資格・経験は問いません。

### ●職場体験 ～施設を訪問して、実際の仕事を体験～

体験内容 利用者との交流、利用者の介護・介助(車いす・食事・入浴など)、作業補助(配膳・清掃など)

体験場所 三重県内福祉施設・事業所(高齢者・障がい者・児童)

体験日時 1人 2～10日(年間)、1日6～8時間

申込期限 令和5年2月末日まで

※体験場所・日時はご希望により調整します。 ※交通費、昼食代などは参加者負担です。

※希望時期や感染症等の状況によっては調整が難しい場合もあります。

### ●職場体験動画視聴 ～動画を観て、福祉施設の1日の仕事を疑似体験～

『観て体験!福祉のしごと』

【動画視聴時間】1施設あたり約30分

現在6施設視聴可能

【動画内容】施設紹介、1日の流れ(業務の様子)、職員インタビュー

※動画視聴はインターネットに接続したパソコン、タブレット、スマートフォン等が必要です。

※インターネット通信料は参加者負担です。

申込方法 Google フォームで必要事項を入力してください



《お申込み・お問合せ》 社会福祉法人 三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター  
〒514-8552 津市桜橋2丁目131 三重県社会福祉会館2階  
☎059-227-5160 (平日9:00～17:00)

# いなべ市ボランティア連絡協議会

## ●いなべ市ボランティア連絡協議会とは…

ボランティア団体や活動分野の枠を越え、ボランティア活動の振興と活性化を目的に結成された組織です。ボランティア相互の連携・連絡、交流と親睦を図ります。

### 活動報告

## ★清掃活動 —ボランティア・市民活動の“はじめの一歩”—

11月5日(土)にボランティア連絡協議会会員と、活動に賛同された25名の方で大安公民館や宇賀川周辺の遊歩道の清掃活動を行いました。

6月に清掃活動をした場所ではありませんでしたが、たくさんのごみが集まりました。



参加者からは、「子どもから大人まで幅広い世代の方々と一緒に活動が出来て楽しかった」「たくさんゴミがあったので、また活動が必要だね」という感想が聞けました。



引き続き、この活動は継続していきたいと考えていますので、思いを共感していただける方は是非ご参加ください。次回の日程は決まり次第、ご案内します。

## 加入活動者紹介 vol.8

団体名：NPO 法人障がい者支援の輪 ののはな

活動内容：知的障がい児・者が家族とともに、少しでも不安のない明るい暮らしができるように支援しています。そのための交流会や相談会を開催し、市内の障がい者施設とも密接な関係作りを行っています。また、会員間で活発な意見交換を行っています。



活動日時：定例会…毎月第4木曜日 18:30～19:30  
保護者会…毎月第1月曜日 10:00～11:30  
お楽しみ会…年4～5回(不定期)  
※活動日時・場所は変更することがあります。

場所：あじさいの家、いなべ老人福祉センターなど

連絡先：代表…木南 滋

☎090-3956-0013(辻)

★「すべての人に基本的人権がある」をモットーに活動しています！！★  
興味や関心がある方、一緒に活動しませんか。

《お問合せ》いなべ市ボランティア連絡協議会事務局(オレンジ工房あげき2階地域福祉課内)  
☎0594-41-2945 ☒chiiki@inabewel.or.jp

# こころホッと通信

今回は、藤原町の「かご作りの会」をご紹介します。

始まりは今年の5月。藤原町で民生委員児童委員をしている方が作っていたかごを会議に持って行ったところ大好評で、「私も作ってみたい!」と人が集まり、ふじわら高齢者活動支援センターで定期的に行われるようになりました。



## かご作りとは

かごの材料はPPバンドという荷物の梱包等に使用されるプラスチック製のバンドです。幅が広いので細かい作業が苦手な方でも、PPバンドであれば見やすく楽に作業が出来ます。また、針を使わないので指を怪我するといった心配もありません。PPバンドでのかご作りは、安全かつ気軽に制作できるといった特徴があります。

また、かご自体も水に強く丈夫で軽いといった特徴があります。

## かご作りが紡ぐ住民同士の絆

かご作りは一方的に教わるといったものではありません。作り方の本を持ってくる人やYouTubeで情報を集める人がいたりなど、皆さんがそれぞれ知恵を出し合っています。お互いにLINEでかごの写真を送り合い「次はこの模様を作りたい!」と、いつも和気あいあいと話し合っています。かご作りは趣味や脳のトレーニングとしてだけでなく、地域の交流の場になっています。



参加者のひとは、自分の住む地区で新しいグループを作り、かご作りを教えているそうです。このように参加者がここで覚えたことを各々の地区に持ち帰ることで、さらに交流の輪が広がっていきます。また、別の参加者はJA女性部からかご作りを教えて欲しいと依頼されたそうです。そのメンバーの中には東員町の方もいるようで、交流の輪はいなべ市外にも広がっていきそうです。

この会は、誰でも気軽に参加することができます。1か月の活動回数などは特に決まっておらず、活動する日に来たい人は来ていいよ、といった敷居の低さもこの会の魅力です。

今後について、かご作り以外にもほうき作りやお菓子作りなど、新たな活動について話し合われているようです。興味のある方は地域包括支援センターまで相談ください。



## 【地域包括支援センターより】

少し前までほとんど関わりのなかった人たちが、1つのかごをきっかけに笑って話が出来た関係になりました。皆さんの周りにもまだ知らない交流の場がたくさんあると思います。地域のサロン等には出向くことが苦手でも趣味活動なら参加してみたいという方もみえるかもしれません。交流の場に参加することは自分の人生を豊かにします。まずは自分が楽しめることから始めてみましょう。

《こころホッと通信への掲載希望、お問合せ》 いなべ市地域包括支援センター ☎86-7818

# 善意のご寄附

心あたたまるたくさんのご寄附をありがとうございました

令和4年11月20日までに  
ご寄附いただいた皆さまです

住所

寄附者

住所

寄附者

住所

寄附者

## 社協事業全般へのご寄附

桑名市 牛田美穂様  
平塚 小林久雄様  
丹生川久下 服部正様  
其原 伊藤公喜様  
平塚 伏見稲荷大社大安支部様  
畑新田 奥岡教孝様  
阿下喜 近藤仁志様  
平古 牧野吉樹様  
田辺 岡田幸弘様

新町 新貝孝之様  
篠立 三羽一光様  
三羽一仲様  
平塚 高木慶二様  
松之木 加藤政三様  
中央ヶ丘 松本幸一様  
畑新田 出口典弘様  
石仏 市川博理様

## 保育園事業へのご寄附

阿下喜 森かをる様

## オレンジ工房あげきへのご寄附

浅山様  
其原 伊藤公喜様  
阿下喜 浄心会書道教室様

## 相談事業のご案内

相談事業について、令和5年4月から下記のとおり会場が変更となります。  
ご利用の際はご注意ください

### 令和5年3月まで

弁護士・司法書士相談  
会場：北勢福祉センター  
一般相談  
会場：員弁老人福祉センター



### 令和5年4月から

弁護士・司法書士・一般相談  
会場：北勢市民会館

## 相談事業とは？

### 弁護士・司法書士相談

法律の専門職である弁護士・司法書士の方に無料で相談いただけます(1人25分まで、年間1回まで)。  
事前予約が必要となりますので、予約の際は地域福祉課までご来所下さい。  
※予約時には身分証明書の提示が必要となります。

### 一般相談

民生委員・児童委員の方に身の回りの様々な心配なことや悩みについて相談いただけます。  
事前予約も必要ありませんので、お気軽にご相談下さい。

《お問合せ》 地域福祉課 担当：竹中・辻 ☎41-2945



# いなべ市社協イベントスケジュール

2月1日から3月31日まで

日	月	火	水	木	金	土
		2月 1		2 弁護士相談	3	4
5	6 四季の家だいあん 傾聴講演会	7 四季の家ふじわら	8	9 ひきこもり相談 四季の家ほくせい	10	11 建国記念の日
12	13	14 四季の家いなべ	15	16 弁護士相談	17	18
19	20 四季の家だいあん	21 四季の家ふじわら	22	23 天皇誕生日	24 司法書士相談	25
26	27	3月 1 四季の家いなべ		2	3	4
5 防災・災害ボランティアに関する講演会	6 四季の家だいあん	7 四季の家ふじわら	8	9 弁護士相談 ひきこもり相談 四季の家ほくせい	10	11
12	13	14 四季の家いなべ	15	16	17 司法書士相談	18
19	20 四季の家だいあん	21 春分の日	22	23 四季の家ほくせい	24	25
26	27	28 四季の家いなべ	29 一般相談	30	31	

★四季の家 四季の家は誰でも自由にご参加いただける、つどいの場です。

時間 9:30～

会場 ふじわら：ふじわら高齢者生活支援センターいこい

いなべ：員弁老人福祉センター

だいあん：イオン大安店 2階 大安ホール

ほくせい：北勢市民会館

※8:00の時点で気象警報（大雨警報、洪水警報、大雪警報）、地震に関する情報（地震注意情報）が発令されている時は四季の家は休みます。

★一般相談の相談員は民生委員児童委員の方々です。事前予約は必要ありません。

時間 13:00～16:00 会場 員弁老人福祉センター 1階

★ひきこもり相談

会場 ひきこもり支援センター瑠璃庵 相談室

時間 10:00～12:00 13:00～15:00

《お問合せ》ひきこもり支援センター瑠璃庵

☎37-0084

★弁護士・司法書士相談は事前予約が必要です。

時間 13:00～16:00（1人25分以内）

会場 北勢福祉センター 2階

《お問合せ・予約受付》 地域福祉課 ☎41-2945

# “笑顔の写真”に多数のご応募、 ありがとうございました！！

前号114号で笑顔の写真を募集したところ、たくさんの方  
にご応募いただき、

今年もみなさんのすばらしい笑顔で社協だよりをいっぱい  
にすることができました。

新型コロナウイルスの影響でまだまだ以前のような生活を  
送ることは難しいですが、苦しい時こそ支え合い、助け合え  
る地域を一緒につくっていきましょう。社協も今回の表紙の  
ように、たくさんの方が笑顔になれるよう職員一同、精一杯  
努めて参ります。

今年もいなべ市社協をどうぞよろしくお願い致します！！



編集・発行



社会福祉法人 いなべ市社会福祉協議会

## オレンジ工房あげき

〒511-0428 いなべ市北勢町阿下喜 2624-2  
 ▶総務課 TEL 0594-41-2942 / FAX 0594-41-2943  
 ▶こども支援課 TEL 0594-41-2947 / FAX 0594-41-2949  
 ▶地域福祉課 TEL 0594-41-2945 / FAX 0594-41-2949  
 ▶障がい支援課 TEL 0594-72-5130 / FAX 0594-72-5162

## いなべ市地域包括支援センター

〒511-0498 いなべ市北勢町阿下喜 31 いなべ市役所内  
 TEL0594-86-7818 / FAX0594-86-7866

## いなべ市くらしサポートセンター<sup>えにし</sup>縁

## いなべ日常生活自立支援センター

## いなべ市成年後見支援センター

〒511-0498 いなべ市北勢町阿下喜 31 いなべ市役所内  
 TEL0594-86-7817 / FAX0594-86-7866

## ひきこもり支援センター瑠璃庵

北勢町阿下喜 974  
 TEL0594-37-0084/FAX0594-37-7531

## 山郷保育園

北勢町其原 818  
 TEL/FAX0594-72-2624

## 員弁子育て支援センターなかよしひろば

員弁町石仏 1868-1  
 TEL/FAX0594-74-5829

## 石樽保育園

大安町石樽南 335  
 TEL/FAX0594-78-0245

## 員弁西保育園

員弁町石仏 1868-1  
 TEL0594-74-4182/FAX0594-74-4192

## 笠間子育て支援センター遊・友・YOUチャイルド

大安町門前 531-1  
 TEL/FAX0594-77-2657

## いなべ市社協ケアプランセンター

## いなべ市社協ホームヘルパーステーション

〒511-0428 いなべ市北勢町阿下喜 2624-2 オレンジ工房あげき隣  
 ▶ケアプランセンター  
 TEL 0594-82-1728 / FAX 0594-72-3147  
 ▶介護支援課 ホームヘルパーステーション  
 TEL 0594-72-7788 / FAX 0594-72-3147

## ふじわらデイサービスセンター

## 介護予防事業係

〒511-0511 いなべ市藤原町市場 494-2  
 ▶ふじわらデイサービスセンター  
 TEL 0594-46-8007 / FAX0594-46-8044  
 ▶介護予防事業係 はつらつ教室  
 TEL 0594-37-4254 / FAX0594-46-8044  
 青空教室  
 TEL 0594-37-4879 / FAX0594-46-8044

## 三里保育園

大安町平塚 535  
 TEL/FAX0594-78-1391

## 石樽子育て支援センターはっぴいはあと

大安町石樽南 335  
 TEL/FAX0594-78-0246

## 藤原子育て支援センターつくしんぼ

藤原町川合 770  
 TEL0594-46-8733

## 丹生川保育園

大安町丹生川中 2109-3  
 TEL/FAX0594-78-2086

## 北勢子育て支援センターすこやかランド

北勢町其原 818  
 TEL/FAX0594-72-8488

※希望保育の詳細については、  
各園にお問い合わせください。

数字で見るいなべ市の福祉

(令和4年12月1日現在)

▶人口 … 44,838人 ▶世帯数 … 18,940世帯 ▶65歳以上 … 12,431人  
 ▶高齢化率 … 27.7% ▶ボランティア登録者数 … 1,759人