



ひめじの社協



No.311 (隔月発行)
2021年 (令和3年) 3月号

編集
発行

社会福祉法人 姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地 姫路市総合福祉会館内

TEL.079-222-4212 FAX.079-222-4256 URL <http://www.himeji-wel.or.jp>



姫路市御立東 湊辺幸子さんの作品 「お母さんありがとう!!」

表紙作品、社協クイズ、読者の声、俳句・川柳コーナー の応募先は裏面をご覧ください。

もくじ

2~3 特集

福祉教育の推進

4 介護のワンポイントレッスン
「歯みがきの介助について」

5 赤い羽根共同募金に
ご協力ありがとうございました

6 寄付だより
お知らせ／読者の声／俳句・川柳コーナー

7 事業紹介／社協クイズ

裏面 社協ヘルパーが薦めるこの一品
団体・法人賛助会員名簿



この広報紙は、赤い羽根共同募金配分金の一部を活用して発行しています。

姫路市社協フェイスブック

検索

Facebookもぜひご覧ください!

人とひとのぬくもり
心でつくる やさしい ひめじ

福祉教育の推進

地域の将来を支える力が育まれています！

地域で誰もが幸せに暮らしていくためには何をしたらいいのかを様々な人と共に考え、実際に行動するための力を育むことが福祉教育です。

福祉教育は、一人ではなく皆で話し合いながら実践していくことで、人とひとのかかわりについて考えるきっかけとなります。

姫路市社会福祉協議会では、平成29年度から市内の中学生を対象に、子ども達の福祉の学びを支援する取組として下記の内容で福祉教育を推進しています。

福祉教育出前講座

講座① 自分たちのまちの地域福祉活動を知ろう

- ・DVDやスライドを用いて、講義形式による地域福祉活動の紹介を行います

講座② 認知症について正しく理解しよう

- ・認知症についての学習に加えて、地元の地域福祉活動を織り交ぜて説明します

講座③ 高齢者や障害者の特性を学ぼう

- ・車椅子の講習や高齢者の疑似体験等を行います

市内2校での福祉教育の様子だよ。コロナ禍でも、感染対策をしながら実施したよ。



城山中学校

「福祉体験学習」

クラス毎に、3つのグループに分かれ、車椅子体験、アイマスク体験、高齢者疑似体験を行いました。

介助側の生徒は、相手の動きに合わせて声かけを行いながら付き添う様子が見られました。



花田中学校

「認知症、地域福祉活動の講義・福祉体験学習」

福祉体験学習

本覚寺苑山彦ホームと合同で認知症と地元の地域福祉活動の講義を行った後、福祉体験（車椅子・アイマスク体験）を行いました。講義では、認知症の症状や認知症の方との接し方などを学び、地域福祉活動では身近な地域で取り組まれている社協支部活動の内容や状況等の紹介を行いました。



生徒の感想

福祉とは、高齢者の生活のサポートだけと見て
いました。けれど私たちが、楽しく安全に生活する
情報も、つなぐことができる社会をつくるまちづくりのため
にもあることが分かりました。とてもすばらしい
事だと気づき、感謝しました。

今日の福祉体験で、高齢者や身体障害者の方の日々の
不自由さや暮らしにくさをほんの少し知ることができました。

車いすを利用している人や自杖を利用している人の 気持ちや意思
を大切に 細かく教えるのが大切だと分かりました。

相手を不安にさせないために「あと〇歩で〜」や「降り
ろよ」などの 声かけがすごく大切だと思いました。

私はこの体
験を通して、体が不自由な人と高齢者に対する気持ちが変わったと
思います。もし、そういう人を見かけたときは、自分から声をか
けて助けたいです。

どの体験も、不便さがわかったし、自分が今歩
いたり走ったりできることのありがたさがわかりました。みんな支え合っ
て共に障害を乗り越えていけたらいいなと思いました。

福祉体験とあわせて、地元の社協支部活動の紹介も行いました。社協支部活動
を、初めて知る生徒も多くいました。身近な所で取り組まれている、社協支部事
業をはじめとした地域福祉活動を知ること、地域福祉に関心を持ち、誰もが暮
らしやすい地域について考えるきっかけになったと思います。家庭でも、地域に
ついて話してみてください。



今後の展開

少子高齢化がますます進む
中、地域福祉活動に取り組ん
でいただいている社協支部に
おいても活動の担い手不足が
深刻という声を聞きます。福
祉教育には次世代の地域福祉
を担う人材を育成すると言っ
大きな役割があります。

また、福祉は「高齢者・障
害者のためのもの」といった
特別なものではなく、「すべ
ての人が幸せになるためのも
の」という、誰にとっても身
近なものであるという認識を
広めていくことがとても大切
です。

自身だけでなく他者への思
いやりの心を育てていくとと
もに、地域福祉を推進してい
くための理解者や支援者を拡
充していくため、これからも
地域にあった方法を検討しな
がら実施していきます。



介護のワンポイントレッスン

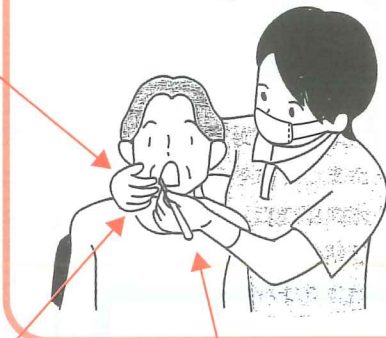
歯みがきの介助について

年齢を重ねる事で体が動きにくくなったり、認知症等の症状により歯をみがく事が困難になる事があります。食べ物のカスが口の中に残る事で虫歯や歯周病、口臭の原因になったり、誤嚥性肺炎をはじめとした感染症を引き起こすリスクも高まります。そのリスクを防ぐ為にも、しっかりと歯をみがく事が大切となります。なお、歯みがき介助の際には、感染予防の為にもマスクを着用しましょう。

歯みがき介助のポイント

唇が乾燥していると、ひび割れたり、傷つく場合があります。ですので、歯みがき前に唇に水を付けます。

歯みがきの介助



両手を使って介助します。空いている方の手を使ってあごを固定します。

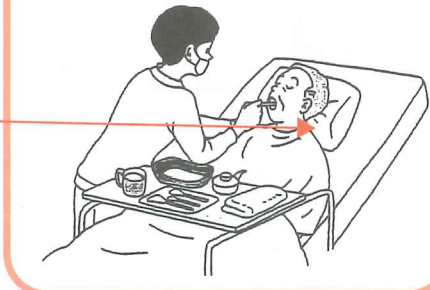
歯より内側に指を入れないように注意してください。

唇や頬を強く引っ張らないように注意をします。

寝たきりの方へ

寝たきりの方は、ベッドを少し起こして行います。

ベッド上での介助



首が後ろにそり返らないように枕を使い、あごを引くようにして、介助者側に少し傾けるようにします。

歯ブラシ以外の道具

みがく場所に応じて使い分けをすると粘膜などに負担が少なく、効果的に汚れが取り除けます。



スポンジ
ブラシ

口の中の粘膜汚れを取り除きます



口腔ケア
ウェット
ティッシュ

口腔用のウェットティッシュ



舌ブラシ

舌の汚れを取り除きます

片麻痺の方

片麻痺で顔に麻痺があると麻痺側に食べ物溜まりやすくなりますので、麻痺側をよく確認して、念入りにみがきます。

安定した座位姿勢の工夫



体が麻痺側に傾きやすくなりますので、クッションなどで体を安定させます。

口のトラブルがあると食事を楽しめなくなります。適切な歯みがきを行い、生活の質を高めましょう。

今年度は新型コロナウイルス感染症予防のため、通常のような街頭募金を行うことができませんでしたが、10月1日にはみゆき通りを行進し、募金活動を啓発しました。



赤い羽根共同募金運動は昭和22年に始まり、皆さま方の温かいご支援、ご協力をお持ちして、今年で74回目をむかえました。皆さまからいただいた募金は、姫路市内で地域住民同士のつながりやふれあいを高める福祉活動に使われるほか、兵庫県内の社会福祉施設の整備や福祉団体の活動に使われています。

赤い羽根共同募金

ご協力ありがとうございました



令和2年度 赤い羽根共同募金実績

協力件数

(令和3年1月31日現在)

戸別募金	69,099,553円・71分会
街頭募金	100円・1回
法人募金	1,490,925円・131企業・団体
職域募金	2,593,649円・474件
学校募金	1,640,139円・175校
自販機募金	67,900円・自販機の売上の一部が募金される仕組みです。市内に2台設置されています。
その他募金	20,995円・前年度集約後の繰越金
合計	74,913,261円

オンラインで募金できます!

インターネットを通じて、クレジットカード等で赤い羽根共同募金にキャッシュレス募金をすることができます。

「QRコード」をスマートフォンで読み込みしていたるか、パソコンから下記のURLへアクセスすると、「兵庫県姫路市の共同募金」へ募金することができます。

<https://hanett.akaihane.or.jp/donate/entry/100/28/>



赤い羽根共同募金

赤い羽根共同募金

ログインIDをお持ちの方 (ログインしてからお読みください)

ログインIDをお持ちでない方 (初めてご利用いただく方) は 寄付金額の選択へお進みください

ログインID
メールアドレス

パスワード

パスワードをお忘れの方

ログイン

これからも赤い羽根共同募金へのご協力よろしくお願いします。

ふれあいサロン (社協御国野支部)

「深志野イキイキサロン」は、月1回第3水曜日に深志野公民館で実施しています。今回は地域包括支援センターの職員が、健康に関するお話をしてくださいました。コロナ禍での生活や食事の話などがあり、皆さんもそれぞれの近況などを話されていました。

参加された方は、「月1回のサロンがすごく楽しみ。人とふれあう機会が元気の源!」。ボランティアさんからは、「みんながいつまでも元気にサロンに来れるようにしたい。」と力強いコメントを頂くことができました。



共同募金の使われ方

1月12日(火)に、大塩公民館で「子育てサロン」が実施されました。当日のプログラムは、自由遊びと親子リトミックでした。お母さんたちは感染症対策をして会話を楽しんだり、子どもと一緒に音楽に合わせて体を動かすことが出来ました。

子育て支援事業 (社協大塩支部)



参加者は、「お母さん同士で交流することができる貴重な場所。開催回数も多く、季節行事などもあるので、いつも楽しく参加しています」「音楽に触れ合う機会は、子どもにとって貴重な体験になるので良かったです」と笑顔で話していました。

寄付だより

善意銀行にご協力をお願いします

お祝、供養、バザーの売上金の一部などを
私たちのまちの福祉のために

寄付額
711,272円
令和2年12月1日～
令和3年1月31日
(敬称略)

ご協力ありがとうございました

【一般寄付】

- 中島 次夫…………… 14,000円
- 住友生命姫路支社…………… 15,000円
- 天台宗第3部檀信徒会「托鉢浄財として」…………… 48,500円
- 余部校区婦人会…………… 44,538円
- 高尾 武弘…………… 4,000円
- 真如苑…………… 200,000円
- 中播磨県民センター…………… 65,000円
- NPO法人シニア・One&All…………… 39,674円
- 飾磨高校PTA令和元年度本部役員…………… 5,000円
- Y.Y.…………… 5,000円
- 匿名…………… 15,600円
- 匿名…………… 4,000円
- 匿名…………… 5,000円
- 匿名…………… 17,324円
- 匿名…………… 10,000円

【供養寄付】

- 綾部 明美 「娘 紀子の供養に」…………… 100,000円
- 三木 一恵 「三木基滋の供養として」…………… 50,000円

【善意の箱寄付金】

- ゆめさきマッサージ治療院…………… 150円
- ナカイ総合事務所…………… 1,616円
- 大阪ガスDILIPA姫路…………… 67円
- ダイハツ市川橋店…………… 77円
- イオンタウン姫路店…………… 2,328円
- イオン姫路大津店サービスカウンター…………… 63円
- イオン姫路大津店インフォメーションカウンター…………… 6,235円
- 岩製パン…………… 6,212円
- スズキアリーナ姫路…………… 975円

- 藤井不動産…………… 3,500円
- 東洋医学堀治療院…………… 7,098円
- イオン姫路リバーシティー店…………… 6,311円
- つだ歯科医院…………… 9,606円
- 西播古紙協同組合…………… 1,110円
- 姫路市役所 中央支所…………… 60円
- 姫路市役所 白浜支所…………… 63円
- 姫路市役所 飾磨支所…………… 1,713円
- 姫路市役所 広畑支所…………… 425円
- 姫路市役所 網干支所…………… 271円
- 姫路市役所地下喫茶店…………… 530円
- 姫路市役所地下売店…………… 5,297円
- 姫路市社会福祉協議会 事務所窓口…………… 1,938円
- 姫路市社会福祉協議会 家島地域事務所…………… 212円
- 姫路市社会福祉協議会 北部地域事務所香寺分室…………… 600円
- 姫路市社会福祉協議会 北部地域事務所安富分室…………… 2,867円
- 姫路市社会福祉協議会 蒲田デイサービス…………… 9,312円

【物品寄付】

- (株)シンセイコーポレーション
…………… ハンド抗菌スプレー500ml 300本、50 16本
- 公民館総合手芸代表指導員 大石香代子
「アルミ缶、古新聞等収集ボランティア金(全額)として」
…………… 子ども用車いす2台
- 三橋 ミチコ…………… タオル180枚、雑巾30枚

● 介護ベッドの記事があり、とても参考になりました。高齢の母は今のところ元気に生活していますが、今後の備えとして役に立ちました。
(匿名希望)

読者の声

俳句・川柳コーナー
さざ波の
寄する小島や 瀬戸の春
(龍田輝子)

お知らせ

成年後見専門相談

後見人として活動中の弁護士、司法書士または社会福祉士が、法律や福祉の視点から成年後見制度の必要性や利用のタイミング、手続きにあたっての留意点等、市民の方の多様な相談にお答えします。(相談無料・事前予約優先)

○相談日

3月2・9・16・23日(各火曜日)
4月6・13・20・27日(各火曜日)
いずれも13時30分～16時30分

○問合せ・申込先

姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館2階
TEL(079)26219000

事業紹介

法人後見事業

姫路市社会福祉協議会が、法人として成年後見人や保佐人、補助人（以下、成年後見人等）になることで、認知症などの病気や障害によって、物事を判断する能力が十分でない方の生活の支援をします。

高齢化の進行などにより、成年後見人等の支援を必要とする方はご相談ください。

こんなことで困っていませんか？

私も年をとってきた。障害のある子どもの将来のことが心配だなあ。成年後見人がいたほうがいいかな。



母の認知症が進んできていて、後見人がいたほうがいいかな。でも、遠くに住んでいる私になるのは難しいわ。



成年後見人等って、何をしてくれるの？



成年後見人等の主な仕事は次のようなものです。

● 本人の体や心の状態や生活に合わせて、診療・介護や福祉サービスなどの手続きや契約をする。

● 資産や負債、収支の内容を把握し、本人の生活状況に合わせて管理する。

法人が成年後見人等になれば、個人がなる場合と比べて、長期間継続して支援に関わることができるという利点があります。

法人後見事業の対象となる方について、財産や生活状況に関して要件を設けています。詳しくは、左記までお問い合わせください。

問合せ先

姫路市社会福祉協議会
総合相談支援課
〒670-1095
姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館2階
TEL(079) 280-2224

前回の答え

レンタル

1	レ	ク	ト	モ
イ	ギ	リ	ス	モ
ン	ニ	ジ	カイ	
コ	タ	ツ	イ	ロ
ー	ク	サ	キ	
ト	リ	ル	ン	バ

応募総数325名
(ハガキ219名・ホームページより106名)
のうち正解319名



●クイズの応募方法

ハガキにクイズの答え、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、年齢と広報紙「ひめじの社協」の感想を記入の上、8ページの右下段にある住所までご応募ください。正解者の中から抽選で3名の方に図書カードネクスト(3,000円)を進呈いたします。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

※いただいた感想は「読者の声」として紹介させていただくことがあります。

※匿名・ペンネームをご希望の場合は、必ずお書き添えください。

※掲載時の連絡はいたしません。皆さまのご応募をお待ちしております。

ヨコのカギ

- 約9割は飲料用容器に利用。調味料や化粧品にも用いられる。
- 春と秋にはさまれた季節。
- 平安時代に流行した球技。
- 感染予防対策。
- 首都はニューデリー。
- 動物の卵がかえること。
- 〇〇ル〇〇ムの略。実時間。

タテのカギ

- スポーツの反則行為に対する罰則。〇〇〇〇〇〇キック
- 丸く細長くて中が空洞になっているもの。くだ、管。
- 〇〇とツツコミ。
- 夏の赤い野菜。お弁当の彩りには小さいものが活躍する。
- 紫色を帯びた濃い青色。人名や曲名にも使われる。
- こし〇〇、つぶ〇〇。
- 情報の真偽を確認すること。
- 入り口をふさぐためのもの。瓶、缶、箱などに付いている。
- チャンス、好機、時機。

社協！クイズ

タテのカギとヨコのカギをヒントにして各マスをうめてください。

①～③の文字を順に並べて答えの〇に入る言葉は何でしょうか？

1	ア	イ		ウ	エ	オ
2				3		
			キ			
4		カ				ク
5					6	ケ
			7			

答え

〇〇〇

●応募締め切り

令和3年3月31日(水)消印有効

● 彩りチヂミ

調理時間 20分

▼材料・分量(一枚分)

生地

- A
小麦粉………カップ1/4(27.5g)
片栗粉………カップ1/4(27.5g)
顆粒チキンスープの素(中華風)
……………小さじ1/2
- B
卵……………1個
ごま油……………小さじ1
水……………カップ1/4

にら(3cm長さに切る) 1/2把分(50g)
桜エビ(乾)……………大さじ3~4

甘辛だれ

ポン酢しょうゆ……………大さじ2
コチュジャン……………大さじ1/2



▼作り方

- ①ボウルにAを入れて泡だて器でよく混ぜる。
- ②Bを加えさらによく混ぜ合わせる。
- ③玉子焼き器にごま油大さじ1をひき、②の半量を流し入れ、にら、桜エビを全体に均等にのせ箸でなじませる。
- ④残りの②を流し入れる。
- ⑤弱火にかけ、底が固まってきたら上下を返す。
- ⑥生地と玉子焼き器の隙間からごま油大さじ1/2を加え、両面に焼き色を付けて取り出し、6等分に切る。
- ⑦たれは混ぜ合わせ、添える。

姫路市社会福祉協議会 ヘルパー事業室 ☎(079)224-3525

社協ヘルパーが薦める
この一品



今回は、

今宿ヘルパー が

お薦めの1品を紹介します♪

●調理のポイント

旬の桜エビを使用し、風味が良くカルシウムもたっぷり、調理時間も短く簡単においしく調理できるためおすすめの料理です。

色合いも良く食卓に映える一品です。

●利用者さんの声

ヘルパーさんには硬い材料の物を切ってもらったり調味料の調合をしてもらい、私はやわらかい材料のものを切ったりしています。テーブルにIH調理器を置いてもらう事で、炒め物や煮物を自分で調理することが出来ます。ヘルパーさんに毎日来てもらい一緒に調理することがとても楽しみです。

令和2年度

姫路市社会福祉協議会

団体・法人賛助会員へのご加入ありがとうございます

(順不同・敬称略)

株式会社清瀬工務店
有限会社ごとう土地
有限会社藤尾酒店
小西医院
アート薬局
医療法人社団 山本内科医院
優美歯科
多月歯科クリニック
社会福祉法人徳宗福祉会こうろ苑
株式会社香寺設備サービス
株式会社イワタ技建
株式会社神崎工業
香寺ハーブガーデン
株式会社香寺運輸
こまだ電器
フジタ工務店

日並内科・外科医院
ネスレ日本株式会社姫路工場
有限会社ナンパオートサービス
有限会社サキタニ自動車
ハローズ香寺店
アマノ自動車株式会社
株式会社ヒメコン
播州信用金庫香寺支店
業務スーパー香寺店
有限会社藤花電器
藤原自動車钣金塗装
小林眼科
有限会社誠和
空地歯科医院
姫路医療生活協同組合
おおつか歯科医院

竹村整形外科医院
株式会社興和建設
ニューたかはし
金川サイクル
株式会社セイコー自動車
ながわ耳鼻咽喉科クリニック
サラダ館・安富店
兵庫西農業協同組合 安富支店
有限会社下森瓦商店
株式会社北村工業
農事組合法人安富ゆず組合
株式会社三条建設
ヘラマンタイト株式会社兵庫工場
有限会社安富石油
株式会社ハリマ調剤薬局 ホシ薬局

社会福祉協議会職員募集

詳細はホームページを
↓ ご覧ください

姫路市社協 で 検索

2021年5月号 表紙作品募集中!

●応募締め切り 令和3年3月15日(月) 消印有効

広報紙「ひめじの社協」表紙に掲載する作品を募集しています。どなたでも応募できますのでぜひご応募ください。

*ハガキ、8切、4切サイズの横書きで応募してください。

*応募作品は返却できません。

*応募作品の中で、表紙に掲載されなかった作品を随時姫路市社協ホームページに掲載します。

*広報紙、ホームページ掲載時の連絡はいたしません。

*作品のタイトルを必ずお書き添えてください。

*匿名希望の場合は必ずお書き添えてください。

①社協クイズ ②読者の声 ③俳句・川柳コーナー ④表紙作品

①~③は社協のホームページからも応募できます。



の応募先

応募の際に切り取ってご利用ください▶

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地
姫路市総合福祉会館内

社会福祉法人
姫路市社会福祉協議会