



ひめじの社協



No.323 (隔月発行) 2023年 (令和5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>



姫路市飾東町 長谷川カツヨさんの作品 「桃色の春」

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

通所介護 デイサービスセンター
1日のスケジュール

4

市民のひろば/
訪問介護でできること・できないこと

5

赤い羽根共同募金
ご協力ありがとうございました

6

寄付だより／お知らせ/
俳句・川柳コーナー／読者の声

7

参加者募集・案内／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



NEW



Instagram



facebook

Instagram・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

この広報紙は共同募金配分金の
一部を活用して発行しています。

デイサービスセンター

1日の
スケジュール

デイサービスってご存知ですか？「聞いたことはあるけど、どんな所なのか分からない。」という方もいらっしゃるのではないでしょうか。

今回は、デイサービスでの一日をご紹介します。

デイサービス（通所介護）は、事業対象者（基本チェックリストを実施し、日常生活における何らかのリスクがあると市が認定した方）や介護認定を受けられた結果、要支援1、2、要介護1～5と判定された方がご利用可能です。ご自宅までお迎えに伺い、来所後は健康チェック、入浴、食事、機能訓練、体操レクリエーションなどのサービスを提供し、「いつまでも元気で、住み馴れたご自宅で生活したい」と思われている高齢者の方とそのご家族を支援いたします。

クラブ活動、イベント等は各々のデイサービスによって様々です。

午前中

入浴

職員がお手伝いをさせていただきます。安心、安全で快適な入浴。

ベッドに寝たまま
入れる特殊浴槽



手すり付きの
一般浴槽



椅子に座ったまま
入れるチェア浴



8:00

送迎出発

車でご自宅までお迎えに伺います。リフト車もありますので、車いす、ベッド生活の方も安心してご利用できます。



9:00

健康チェック

到着された方から看護師による健康チェックを行います。血圧、脈拍などの体調確認を行います。



10:00

朝の会

みんなで一緒にラジオ体操「今日も一日がんばるぞ〜」と大きな声で気合をいれます。



取材協力事業所：姫路市社会福祉協議会 蒲田デイサービスセンター



園芸クラブ

デイの南側に畑を作っています。スイカ、ピーマン、キュウリ、かぼちゃにゴーヤ、なすびなどなど…たくさんの野菜が収穫できました。



ちくちく倶楽部

材料費のみいただいて、ご自身でコツコツと作っていただきます。



書道クラブ

書道展に出展し、たくさんの方が素晴らしい賞を受賞されています。



クラブ活動をご紹介します

12:00

食事

昼食はお粥やきざみ、ミキサー食などにも対応できます。



15:30

ティータイム

お好きな飲み物とおやつで帰宅前のリラックスタイム。今日はどんな一日でしたか?色々なお話に花が咲きます。



15:40

終わりの会

「今日も一日ありがとうございました。またのご利用をお待ちしています」職員全員で挨拶をします。



13:30

ウォーキングプラス
(足の体操)

下半身の強化を目的とした体操です。安全に配慮しながらスクワットやウォーキングなどを行います。(希望者のみ)



14:20

集団レクリエーション

楽しみながら身体を動かします。



16:30

送迎出発

ご自宅に向かって出発!!
最後まで気を抜かず、安全にご自宅までお送りいたします。



14:10

音読

詩の朗読や発声練習などを行い、唾液の分泌や飲み込む機能を高めます。
お食事前にも行っています。



他にも市内には、様々な特徴のデイサービスがあります。半日型のデイサービス、入浴をメインにしたデイサービス、認知症対応型デイサービス、リハビリに特化したデイサービス、夕方から始まるナイトデイサービスなどなど。
詳細は、担当ケアマネジャーまたはお近くの地域包括支援センターにお問い合わせください。

各種イベント

夏祭りやクリスマス会、音楽会に文化祭などの各種イベントでは、職員の出し物も皆様にお楽しみいただいています。

ナースストレッチ
看護師による体操父の日
演奏会クリスマス会の
ハンドベル夏祭り恒例の
衣装・楽器
パフォーマンス

市民のひろば

社協支部活動の紹介

社協網干支部

子育て支援事業

12月10日(土)、網干公民館で、子育て広場「あぼしすくすく」が開催されました。

いつもボランティアさんが、あたたかい笑顔でお迎えをしてくれます。また、参加者が楽しめるように、プレゼントの用意や、お部屋の飾り付けを行っていました。

当日は、クリスマス会。はじめに、クリスマスソングをみんなで歌いました。子ども達も、楽器を持って一緒に楽しむことができました。そして、絵本の読み聞かせの後、サンタさんが登場！プレゼントをもらって、みんなで集合写真を撮りました。

ボランティアさんは、「子ども達から、元気をもらえます。」と素敵な笑顔。子育て広場「あぼしすくすく」は、新型コロナウイルス感染症対策のため、事前申し込みが必要です。参加を希望される時は、お問合せください。

姫路市社会福祉協議会
地域福祉課
☎079-222-4212



介護保険の

ホームヘルパー 訪問介護

で

できること
できないこと

「ご自宅でいきいきと自立した生活が送れるよう、ヘルパーがお手伝いします。」

介護保険の訪問介護で行えるのは、利用者本人が「**自立した日常生活を送るために必要なこと**」に限られます。そのため、下のように、できることとできないことがあります。

また、ホームヘルパーに任せきりにすると、心や身体の機能は低下していき、できていたことも難しくなってしまう恐れがあります。利用者本人ができることは、続けてもらいながら支援を行います。

社協の介護サービス相談窓口
(フリーダイヤル)
0120-1108-999

〈身体介護〉

できること



〈生活援助〉

食事や排せつなど、利用者の身体に直接触れる介助サービス
利用者本人が主に使用する居室の清掃・本人のための調理など、日常生活の援助

できないこと



- ① 利用者本人以外のための行為
- ② 日常的に行われる家事の範囲を超える行為
- ③ ホームヘルパーが行わなくても日常生活に支障がないと判断される行為

(例) ・庭掃除、草むしり

・花木の水やり

・ペットの世話

・行事食(おせち等)の用意

・家用車の洗車 等



3年ぶりに、市内の保育園や
団体の方々の協力を得て
街頭募金を実施しました。

街頭募金の様子



令和4年度 姫路市内でお寄せいただいた赤い羽根共同募金

(令和5年1月19日現在)

		協力件数
戸別募金	67,663,341円	71分会
街頭募金	215,517円	15回
法人募金	1,703,857円	125企業・団体
職域募金	2,143,590円	436件
学校募金	1,302,050円	161校
自販機募金	67,074円	自販機の売上の一部が募金される仕組みです。 市内に3台設置されています。
その他募金	39,499円	前年度集約後の繰越金
合計	73,134,928円	



赤い羽根共同募金は、都道府県を単位に行われる全国的な助け合い運動です。昭和22年にはじまり、今年度で76回目となりました。今年度も10月1日から共同募金運動を実施し、姫路市内の皆さまから多くの募金をお寄せいただきました。

赤い羽根共同募金

ご協力ありがとうございました



これからも
赤い羽根共同募金へ
ご協力よろしく
お願いします。



あなたの募金が活かされています



毎月第2火曜日に城北ふれあいの館にて、実施しています。毎回、喫茶の後にクイズを解いたり、歌を歌ったりし、参加者同士で楽しく交流をしています。城北小学校の児童が授業の一環でサロンに参加することもあります。同じ城北校区に暮らす住民が集まり、元氣いっぱい笑顔いっぱいひときわ時を過ごします。

ふれあいサロン 〈城北支部〉

情報交換会

ふれあいサロンは地域の誰もが気軽に参加できます。ぜひ、近くのサロンへ足をお運びください。



意見交換が盛んに行われました！

社協支部の活動を振り返り、活動していく中での気づきや課題に対応していくため、近隣の社協支部の関係者、ボランティアが集まり、活動の報告と意見交換を行う情報交換会を実施しました。今年度は、ふれあいサロン事業をテーマに市内12か所で開催しました。ふれあいサロン事業は、各支部で内容、日数、取り組み方が異なっており、情報交換によって、活動の意義や効果、魅力、ボランティアのやりがいを再認識する機会となりました。また、よりよい地域づくりのためのアイデア、ヒントがたくさん生まれ、これからの活動に活かされていくものと思います。

皆さまから寄せられた募金は、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支援に活用されます。

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
1,244,623円
令和4年12月1日～
令和5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】

●高尾 武弘	4,000円
●コープこうべ姫路田寺	4,000円
●真如苑	200,000円
●八徳山 八葉寺 国岡恵心「天台宗一斉托鉢料」	115,000円
●兵庫県中播磨県民センター	44,000円
●ミルトスの木	10,000円
●ミルトスの木利用者一同	9,564円
●細井 茂夫「元気に民生委員を退任できた記念として」	5,000円
●N.N.	3,000円
●Y.Y.	5,000円
●みのりデイサービスセンター東阿保	247,416円
●あいおいニッセイ同和損害保険(株)	150,000円
●播州農機販売(株)	10,000円
●播州農機販売(株)社員会	10,000円
●英賀保小 昭和36年卒 中村・天川学級	30,386円
●匿名	30,000円
●匿名	20,000円
●匿名	10,000円
●匿名	20,000円
●匿名	30,200円
●匿名	30,000円
●匿名	10,000円
●匿名	16,000円
●匿名	10,000円

【善意の箱寄付金】

●ゆめさきマッサージ治療院	1,508円
●ナカイ総合事務所	1,029円
●デイサービスリゾート杣緑	597円
●ダイハツ市川橋店	8円
●Japanese Dining Bar 辰起-tatuki-	2,016円
●イオンタウン姫路店	8,765円

●姫路市社会福祉協議会 事務所窓口	2,432円
●姫路市社会福祉協議会 家島地域事務所	541円
●姫路市社会福祉協議会 安富分室	2,342円
●姫路市社会福祉協議会 蒲田デイサービス	24,660円
●姫路市役所 白浜支所	300円
●姫路市役所 飾磨支所	3,262円
●姫路市役所 広畑支所	26,112円
●姫路市役所 中央支所	150円
●姫路市役所 網干支所	736円
●イオン姫路大津店サービスカウンター	5,938円
●イオン姫路大津店インフォメーションカウンター	6,494円
●岩製パン	3,152円
●スズキアリーナ姫路	536円
●藤井不動産	3,335円
●東洋医学堀治療院	12,483円
●イオン姫路リバーシティ店	9,425円
●つだ歯科医院	991円
●西播古紙協同組合	1,061円
●姫路市役所地下喫茶店	100円
●姫路市役所地下売店	3,084円

【供養寄付】

●匿名「姉中川妙子供養」	100,000円
--------------	----------

【物品寄付】

●レインボーグループ	タオル223枚
●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として」	杖10本
●山下 晴子	手編みひざかけ6枚
●匿名	手編みベスト5着、手作りバック7個
●匿名	車いす1台

お知らせ

成年後見専門相談

実際に後見人として活動している弁護士もしくは司法書士と社会福祉士が、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・時間

3月7・14・28日(各火曜日)

4月4・11・18・25日(各火曜日)

いずれも13時30分～16時30分

○問合せ・申込先

姫路市成年後見支援センター

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

俳句・川柳コーナー

これからも
無事故でいこう

SD爺(ず)

(照本 忠光)

※SDは、安全運転者(セイフティ
ドライバー)のこと

読者の声

●表紙のウサギの絵と「いい事いっぱい
年になりますように」の願いを込めたフ
レーズがすごく気に入りました。自分も
そういう一年を願うばかりです。

(前田 ちづ子)

参加者募集・案内

レクリエーション用品 貸出事業

姫路市社会福祉協議会では、「レクリエーション用品」の貸出を行っています。体を動かすものや卓上で使用するもの等、子どもから高齢者まで楽しめるものを用意しています。地域の行事や交流等にご利用ください。

○貸出対象者／

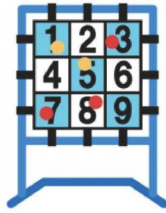
姫路市社会福祉協議会社協支部及び姫路市内の子ども会等

○貸出用品／

①アジャタ(玉入れ)



②ストラックアウト(的当てピッチングゲーム)



③パラバルーン



④災害かるた



⑤忍者セット



○費用／無料

○申込について／

貸出申込書への記入が必要となります。貸出中の場合がありますので、事前にお問合せください。

○問合せ・申込先／

姫路市社会福祉協議会 地域福祉課
〒670-0955

姫路市安田三丁目一番地

姫路市総合福祉会館4階

TEL(079)222-4212

生活困窮者自立相談支援事業 相談窓口のご案内

姫路市社会福祉協議会では、仕事やくらしの困りごとを抱えている方を対象とした相談窓口を設けています。

専門の相談員が相談者と一緒に、どのような支援が必要かを考え、他の専門機関とも連携しながら解決の糸口を探します。

まずは、電話または来所にてご相談ください。

○問合せ・申込先／

姫路市社会福祉協議会
総合相談支援課

(くらしと仕事の相談窓口)

姫路市安田三丁目一番地

姫路市総合福祉会館2階

TEL(079)280-1230

FAX(079)262-1900

○受付日・時間／

月曜日～金曜日

8時35分～12時、13時～17時20分

(祝・12月29日～1月3日を除く)

前回の答え

慶雲昌光

おめでたい雲に美しくひかる日光のこと。
雲は吉兆を運び、日光は生活に輝きをもたらすもの。

天	天	光
天	慶	天
昌	天	天
天	雲	天

一言(天)恩 精神(天)到
元気(天)刺 眉目(天)麗
神色(天)自若 快(天)乱麻
知行(天)合一 旭日(天)昇天

応募総数175名
(ハガキ74名・ホームページより101名)
のうち正解169名

●クイズの応募方法

ハガキまたはホームページの応募フォームでご応募ください。ハガキの場合は、クイズの答え、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢と広報紙「ひめじの社協」の感想を記入の上、裏面の右下段にある住所まで送ってください。正解者の中から抽選で3名の方に図書カードNEXT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。

? 社協! クイズ

右側から漢字を選び、四字熟語を完成させてください。

右側の漢字は1回しか選べません。

残った漢字を並べ替えて、意味のとおり四字熟語にしてください。

初志貫

最初に決めた志を最後まで突き通すこと。

雲

困難を乗り越え、努力して克服すれば快い青空が望めるということ。

飯千金

わずかな恵みにも厚い恩返しをするたとえ。

不撓

どんな困難にあっても強い心を持ちくじけないこと。

有

世の中の現象は常に移り変わりはかないものであるということ。

禍福無

不幸も幸福もその人自身が招くものであるというたとえ。

折不撓

何度失敗しても志を曲げないこと。

座

目的を果たすために苦難に耐えて機会を待つこと。

徹	薪	致
一	門	和
祥	百	為
氣	外	不

答え

○○○○



●応募締め切り
令和5年3月31日(金)消印有効

● 筑前煮

調理時間 30分

▼材料・分量(1人分)

ゴボウ …………… 1本
ニンジン …………… 中1/2本
大根 …………… 5cm程度
すし揚げ …………… 1枚
ちくわ …………… 1/3本
里芋 …………… 小6個
レンコン …………… 小1個
三度豆 …………… 3本
平天 …………… 1枚
水 …………… 500cc
酒 …………… 大さじ2
砂糖 …………… 大さじ1
醤油 …………… 大さじ2
みりん …………… 大さじ2

▼作り方

- ①大根、ニンジン、レンコン、里芋は皮むきをし、ゴボウは皮をこそげ落とします。
- ②ニンジンとゴボウは乱切りし、その他の食材は一口大の大きさに切ります。
- ③ゴボウ・里芋・レンコン・三度豆を下茹でします。
- ④大根はレンジを使用し、600Wの設定で1分30秒程温めます。爪楊枝で柔らかくなっているか確認し、硬い場合は再度柔らかくなるまで温めます。
- ⑤下ごしらえが出来たら、三度豆以外の材料を鍋に入れ、水とAを入れて煮込みます。
- ⑥最後に三度豆を入れて、少し煮込み完成です。



社協ヘルパーが薦める
この一品



今回は、

佐保田ヘルパー が
お薦めの1品を紹介します♪

●調理のポイント

味付けは甘めで作っています。糖分を抑えたい方は砂糖やみりんの分量を少なめにしてください。今回は下ごしらえに時間がかかりそうな小芋の皮むきや、ゴボウの皮を剥いて準備して下さっていた為、利用者様とお話ししながら一緒に調理ができました。

●利用者さんの声

いつも上手に作ってもらっています。私の好みに合わせて味付けしてくれるので、美味しく食べることができています。

姫路市社会福祉協議会 ヘルパー事業室 ☎(079)224-3525

令和4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)

但陽信用金庫溝口支店
但陽信用金庫飾磨支店
(株)坪田工務店
姫路ケーブルテレビ(株)
(弁)菊井法律事務所
タイコ展装(株)
但陽信用金庫城北支店
竹田テント装備(株)
姫建機材(株)
姫路鋼管(株)
(株)神戸医療事務センター
(株)日東社
山陽アメニティサービス(株)
永井産業(株)
但陽信用金庫香呂支店
但陽信用金庫姫路支店
但陽信用金庫城西支店
播州調味料(株)
(株)ダスキンハクロ
(株)西松屋
(学)姫路文化学園 姫路福祉保育専門学校
但陽信用金庫勝原支店
但陽信用金庫姫路北支店
松山自治会
中山下自治会

六九谷自治会
八幡自治会
奥佐見自治会
口佐見自治会
林谷自治会
新町自治会
林田ガス(株)
林田自治会
上構自治会
中構自治会
特別養護老人ホーム 白鳥園
久保自治会
下構自治会
大堤自治会
上伊勢自治会
(株)大東
(株)稲葉マシナリー
(株)西日本ファーム
下伊勢自治会
神戸畜産山田牧場
特別養護老人ホーム しらさぎの里
山田自治会
観光ボランティアガイド
林田地域振興組合
NPO新風林田

林田郵便局
JA兵庫西林田支店
姫路婦人寮
小規模多機能ホーム 燦燦
救護施設 ジョイガーデン
グループホーム つむぎ
(株)モスエ
但陽信用金庫姫路灘支店
但陽信用金庫姫路南支店
但陽信用金庫姫路東支店
(株)ナカチュー
光瑞寺
(株)安原商店
(福)敬寿会しかの里
ハマダコンフェクト(株)
トップマンナガタ教材(株)
JA兵庫西高浜支店
北斗エンタープライズ(株)
三平社
ちびっこランド姫路南
(株)幡中機械製作所
柳川鉱泉(株)
あいおいニッセイ同和損害保険(株)姫路第一支社
JA兵庫西安富支店
三条建設(株)

(有)下森瓦商店
サラダ館安富店
農事組合法人 安富ゆず組合
(株)北村工業
ヘラマンタイトン(株)兵庫工場
(株)吉田組
(株)泉平
(株)平井工業
(株)姫路トラスト
(学)誠和学院
丸ハ工業(株)
(福)ひめじ福寿会
マルイチ(株)
JA兵庫西姫路西支店
(福)あかね本部
(医)みどりの会 酒井病院
三相電機(株)
(福)夢前和楽園
フジプレアム(株)
マックスパリュ西日本(株)町田店
(株)西濃運輸
(株)関西物流
(株)オフィスサプライズ岸本商事

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

2023年5月号 表紙作品募集中!

●応募締め切り 令和5年3月15日(水) 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どしどしご応募ください。

- *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ください。
- *匿名希望の場合は必ずお書き添えください。

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