



せいか社協だより

地域で共に助けあい 支えあうまちづくり

VOL.111



除幕式の様子（精華町社協デイサービスセンター前）
右から木村前会長（精華町共同募金委員会）・長谷川会長（精華町社協）
高山常務理事（京都府共同募金会）

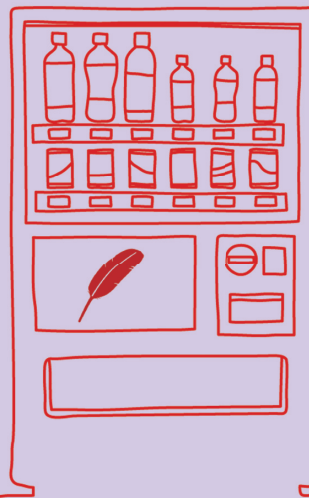
精華町初！ 社協に「赤い羽根 自動販売機」が設置 されました！



精華町社協では、地域住民の共同募金に対する理解と協力を得るとともに、募金用途を周知するなどの各種広報活動、街頭啓発などを実施しています。

集まった募金については住民主体の福祉活動がより充実したものになるよう、サロンや当事者団体をはじめとする福祉団体などへ広く分配されています。また、「障がい者の自立支援」や「子育て支援」「高齢者の見守り活動」などの地域の様々な福祉活動に役立てられます。

しかしながら、募金額は全国規模で年々減少傾向にあることから、精華町内での福祉活動を今後も支援していくための新しい募金のかたちとして、「赤い羽根自動販売機」を設置しました。売上げの一部が自動的に寄付される仕組みとなっていますので、皆様のご協力をお待ちしています。



この販売機でドリンクを買ったと、募金をしたことになるんだって♪



困ったときの頼りの成年後見制度

成年後見制度とは、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が不十分な方の権利を守るための制度です。

家庭裁判所が選任した成年後見人などが、ご本人に代わって財産管理や身上監護（身の回りの必要なサービスを手配すること）を行います。利用には費用がかかることがあります。成年後見人には次の種類があります。

▼法定後見人

判断能力が不十分になった時に、その方の能力に応じて、後見人・保佐人・補助人と3つの段階でご本人を支援します。

▼任意後見人

将来判断能力が低下したときに備えて、ご本人が後見人となってもらいたい人（任意後見人）や、支援の内容をあらかじめ契約により定めておく制度です。判断能力が不十分になった時に、家庭裁判所へ後見開始の申立てをします。

成年後見制度までの道のり

どんなことに困っているのか、これからの生活をどうしたいか、ご本人やご家族と話合います。



戸籍や登記事項証明、収支に関する書類など必要書類をそろえます。主治医の診断書が必要なので、事前に相談しておくといです。

※申立ての書類は家庭裁判所でもらえます。



家庭裁判所で、ご本人と申立をする人が調査官の聴取を受けます。

家庭裁判所から審判が下りれば、自宅に書類が届きます。選任された後見人と、これからの生活について話し合います。

【問合せ先】

精華町社協 地域福祉課
電話 94-4573

京都府社会福祉大会

受賞おめでとうございます！

令和元年9月4日（水）に、第68回京都府社会福祉大会が京都テルサにおいて開催されました。

この福祉大会は、地域福祉の推進とボランティア活動の活性化を図ることを目的として、毎年開催されています。

今年も社会福祉事業やボランティア功労者への表彰が行われましたので、京都府社会福祉協議会会長表彰を受賞された方々をお知らせします。（順不同・敬称略）



—京都府社会福祉協議会会長表彰—

◇ボランティア功労者（団体）

- ・乾谷らくらくサロン

◇社会福祉協議会活動功労者

- ・中筋 郁子（精華町社会福祉協議会 委員会委員）
- ・稲田 裕康（精華町社会福祉協議会 委員会委員）

◇社会福祉事業特別功労者

- ・川崎 郁代・押川 圭子（精華町社会福祉協議会 職員）

◇民生委員・児童委員特別功労者

- ・森 修美
- ・松阪 治彦
- ・小西 明一
- ・田中 義明



エスペローマ高の原

おく内科医院

電話 72-7023

お家のこと、なんでもご相談下さい！！

株式会社
大仙工務店

TEL : 0774-94-3171
E-Mail : kkdaisen@silver.ocn.ne.jp

令和元年度 法人会員(第2次報告)

社協会費を納めていただきありがとうございました。寄せられた会費は住民の皆さまが地域で安心して暮らすことのできるまちづくり支援に活用させていただきます。（順不同）

福祉サービスのご案内

地域で安心した生活を送るために

配食サービス事業

精華町社協では食事の調理が困

難な在宅の高齢者などに対して、
安否確認も兼ねてお昼のお弁当を
お届けしています。

高齢者などの自立と健康の増進
を図ることを目的としています。

●対象者

町内に住所を有する満65歳以上
の一人暮らし又は高齢者のみの世
帯及びこれに準ずる世帯であつて、
心身の障がい及び傷病などの理由
により食事の調理が困難な方。

●サービス内容

昼食弁当をご自宅までお届けし
ます。

●利用料金

一食460円

※月曜日～土曜日の間で希望日
を選べます。ただし12月31日～1
月3日を除きます。

●配達時間

午前10時30分～正午までの間。

(ただし交通事情などで遅れる場
合もありますのでご了承ください
い。)

●支払方法

1ヶ月分まとめて指定の口座か
ら引き落としします。

●申込み方法

所定の申請書に必要事項を記入
し、社協地域福祉課の窓口へ提出
してください。社協地域福祉課の
窓口まで来ることが困難な方は、
ご連絡ください。

※利用開始にあたっては、サー
ビスが受けられるかどうか簡単な
調査を行います。

※お弁当は、社協職員または、
ボランティアから利用者へ直接手
渡しとなります。

※外出などで一時的に取り消す
場合は、2日前までに社協地域福
祉課まで連絡してください。(連
絡がなかった場合は、有料キャン
セルとなります。)

ボランティアさんの手作りお弁当



ふれあいサポート事業

日常生活を営むのに支障があ
り、何らかの理由で他の福祉サー
ビスの利用が困難な方に対して、
住民相互の助け合いによる福祉
サービスを提供します。

●対象者

町内に居住し、何らかの事情に
よって日常生活を営むのに支障が
あり、他の福祉サービスの利用が
困難な方。

●利用日時

月曜日～金曜日の午前9時～午
後5時

※ただし、土日祝・年末年始(12
月29日～1月3日)は除きます。

●利用回数

基本として週3回までです。

●利用料金

30分あたり350円(生活保護
受給者を対象に利用料の減免制度
があります。)

会員制のため、年会費500円
必要

●支払方法

事前に利用券を購入し、活動し
てくれた協力会員に利用券を渡し
ていただきます。

●主な活動

家事の手伝い・外出時の付添な
ど



車いすでの通院付添の様子

【問合せ先】

精華町社協 地域福祉課

電話 94-4573

ナント・なら・ずっと!
NANTO 南都銀行

精華支店 電話 0774-94-2580

飾らない銀行
京都銀行
精華町支店 TEL.0774(93)2300

超小型高圧油圧ポンプ&モーター
株式会社タカコ

**ご寄付ありがとうございます！
じぎいいます！**

精華町商工会が主催しているイベント「まちゼミ」が今年度も7月1日から8月31日まで実施されました。

今回、まちゼミ実行委員である「御生菓子司ふたば」の越田さんと「光電子設計」の大谷さんから、まちゼミの参加費をご寄付としていただきました。

ご寄付については、地域福祉基金に積み立てし、地域福祉活動のために役立たせていただきます。

ご寄付くださった「御生菓子司ふたば」さんと「光電子設計」さんに厚くお礼申し上げます。



御生菓子司 長谷川会長 光電子設計
ふたばさん さん さん

**どんちゃんネル
まちの福祉サポーター店動画完成**

社協では、地域の困りごと解決のため、『困ったときはお互いさま』の精神に基づいて、地域と企業の方々のつながりを作る取り組み、「まちの福祉サポーター店事業」を平成25年から行っています。

今回、まちの福祉サポーター店の活動をわかりやすくまとめた動画を「精華町ーTゆうー」さんが作成して下さいました。

動画は社協ホームページ↓どんちゃんネルからご覧いただけます。

現在、精華町内外を含めておよそ170カ所の企業や商店がサポーター店の登録をしています。商品を購入することで、売上げの一部が自動的に寄付される「どんちゃん募金」や、高齢者などの見守り・買い物支援に取り組みサポーター店もあります。

店に行ったときは、どんちゃんミニのぼりを探してみてください！



**介護者リフレッシュ
事業実施のお知らせ**

「介護で苦勞していることを誰かに話したいけれど、話す相手がない」「初めての人に話しても、わかってもらえないかしら?」「たまには介護から離れて外出してみたい」といった想いを共有してみませんか?

精華町では介護をしている家族の身体的・精神的負担の軽減を図ることを目的に、介護者リフレッシュ事業を実施しています。

対象は、現在、精華町にお住まいの高齢者を在宅で介護している方です。

また、当日は神の園や役場、社協職員も同行していますので、気軽に悩み相談や介護の方法について相談できます。



昼食交流会でわいわい



外出や講師の方が来ての体験活動

**第3回精華町在宅高齢者等
介護者リフレッシュ事業**

(バイキング交流会&道の駅
散策ツアー)

◇日時 12月16日(月)

午前10時〜午後3時30分

◇場所

神戸フルーツフラワー
パーク大沢

◇内容

午前…バイキング交流会

午後…道の駅散策ツアー

◇参加費 2,000円

(昼食代)

◇申込み期限

令和元年12月12日(木)

◇申込み先

精華町社協 地域福祉課

(電話 94-4573)

(電話 94-4573)

武田病院グループ 救急告示
精華町国民健康保険病院
内・外・皮・整・歯・透析センター
電話 0774-94-2076(近鉄新祝園駅前)

おいしいお米 お届けします。
かみむら米穀店



京都府相楽郡精華町祝園西1丁目30番地 5
TEL 0774-94-2058 FAX 0774-94-5757
定休日 日曜 祝日 営業時間 AM9:00~PM6:30

中川登記測量事務所

精華町菱田前川原 16-1
近鉄狛田駅北側燗谷川沿い
Tel.0774-94-3143

精華町ボランティアセンターからのお知らせ

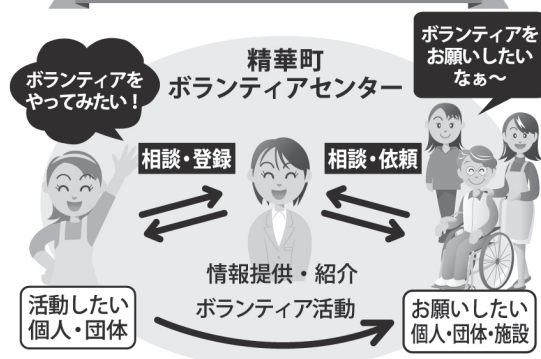
できる人が できるときに できることを！

精華町ボランティアセンターは、ボランティアに関する総合窓口としてかしのき苑1階に開設しています。

「ボランティア活動をやりたい！」「ボランティア活動に関心がある！」個人・団体から、「ボランティアをお願いしたい！」個人・団体など様々な人と人をつなぐ交流の場であると共にボランティアを必要とする相談に対応した新たなしくみ作りも支援していきます。



ボランティアセンターのしくみ



ボランティア活動を進めようというの相談、また地域の方々なボランティア活動の進め方についても相談していただけます。高齢化が進む中、手助けを必要とする人が多くなっています。ちょっとした困りごとのある方へのお手伝いを「できる人が・できるときに・できることを」行う個人ボランティアも募集していますので、ボランティア活動であなただけの「ちから」を助けあい・支えあいのまちづくりに役立ててみてください。

ボランティア募集中！

◆調理ボランティア募集

料理好きな方大歓迎！ひとり暮らし高齢者や障がいのある方などに週1回お届けする昼食のお弁当づくりを行う調理ボランティア「あじわい」に参加いただける方を募集しています。

●活動日時

毎週木曜日
午前8時30分～正午頃まで
※班編成をしているため活動は月1回程度です。

●活動場所

地域福祉センター
かしのき苑

◆配達ボランティア募集

右記の調理ボランティアによる手作りお弁当を配達していただくボランティアです。

●活動日

木曜日午前11時～正午頃（1か月に1～2回程度）
自家用車を使ってかしのき苑から利用者宅まで配達していただきます。

活動に際しては、1回あたり300円の実費弁償費をお支払いたします。

絆ネット構築支援事業 「不登校の子をもつ親の集い」

わが子の不登校・ひきこもりに悩むお母さん・お父さんなどのための集いです。3回目の開催となります。

同じ思いや悩みを抱えた方々が集まり、つながり、日々感じていることなどを話し合い、お子さんやご自身のことを一緒に考えてみませんか。

●日時

令和2年1月16日（木）
午前10時～正午

●場所

社協サービスセンター
2階研修室

●対象

精華町内にお住いの不登校・ひきこもりの子をもつ親など家族の方

※社協職員以外に精華町役場やNPO法人などの関係機関スタッフが出席します。
※参加無料で、途中退席も可能です。

【申込み・問合せ先】

精華町社協 地域福祉課
電話 94-4573



関西学研都市交通株式会社

〒619-0240
京都府相楽郡精華町祝園西1丁目24-1
TEL 0774-94-2345

たつみ歯科

〒619-0232 京都府相楽郡精華町桜が丘1丁目15-11
TEL.0774-73-2021

医療法人 桜井眼科

0774-93-4208

デイサービスからのお知らせ



当事者の手記

アルツハイマーと診断されて

アルツハイマー初期と27年4月初めに診断されてから、2年8カ月が過ぎました。当時を振り返ってみると自分がアルツハイマーになるとは考えもしなかったもので、毎日気持ちが落ち着かず、「家族やみんなに迷惑かけるんや」と悩んでいました。

先生からは、「見守りがあれば生活はそのままですりでもいい」と言われていました。施設との話しもあり、嫁に相談したら「先でその時がきたらお願いします」と様子を見ることになりました。今まで普通に話していた人にアルツハイマーと話したら手のひらを返したように話してくれなくなっただけ、とてもショックでした。自信がなくなり、息子夫婦の住む精華町に住居を移し同居することになりました。アルツハイマー発症後、3ヶ



月くらいはどうしようかと、壁にぶち当たりました。そういう時は息子の嫁が仕事から帰ってきたら相談しました。相談するとはつきり返事をしてくれます。すると気持ちがスツと楽になりました。問題十の内一は返事ができないことがあるのでそういう時は、次の日まで返事を待ちました。最近今までできた事ができなくなり、レベルの低下が見られこれからのことが心配です。予防接種の日を忘れたり、外出の予定を忘れお迎えに来られた方にビックリされたこともありま

私が生きている間、家族はただでさえいろいろな重荷を背負っているのに可哀そうなことになったなあと思う今日この頃です。私がデイサービスに行っている間家族は安心して生活ができてほっとしていると思います。私自身もデイサービスの日は脳トレや柔軟体操と笑いのシャワーをたくさん受けて毎日が浦島太郎みたいに過ごさせてもらっています。朝来た時は怖い顔をしていても帰りは上機嫌でみんなとワイワイ言いながら帰ります。職員の皆様には無理なことでも嫌な顔一つせず接してくださることに頭が下がります。深く感謝しています。

文・手記 岡本昭子^{てるこ}さん



認知症は身近な病気

この手記は、認知症対応型通所介護「ほつとぴあ」をご利用の岡本昭子^{てるこ}さんに二年前に書いていただいたものです。アルツハイマー病と診断をされてからの日々の悩み、葛藤を言葉にさせていただきました。

認知症は、脳や身体の病気のために記憶や判断力の能力などが低下する状態です。

引き起こす原因は様々ですが、なかでも「アルツハイマー型認知症」は一番多いとされています。

認知症はとても身近な病気です。大切なのは日々の生活での予防と早期発見・治療そして偏見のない地域の理解ある見守りです。自分や家族内だけで抱え込まず、かかりつけ医や地域包括支援センターまたは社協にご相談ください。

【問合せ先】

精華町社協 通所介護課
電話 98-3924

プ子ガイア 精華学研店
京都府相楽郡精華町精華台1丁目25-3
☎0120-64-3938


Sumioka Dental Clinic
住岡歯科医院
〒619-0237 相楽郡精華町光台4-56-7
TEL 0774-95-0986


山田内科クリニック
〒619-0238 京都府相楽郡精華町精華台2丁目10-94
TEL.0774-98-3660

ケアマネジャーとヘルパーからのお知らせ

「食べること」は人生の楽しみの一つです。しかし、摂食・嚥下機能の低下などによって、食事を楽しめなればかりか、そのひとくちが誤嚥性肺炎などを引き起こす原因になることもあります。

ケアマネジャーは、利用者やご家族から食事に関する相談を受けると、利用者面に面談して状態を聞き取ります。聞いた情報をもとに主治医や介護保険事業所などに意見を求め連携を図りながら、その人に合った介護計画を立てます。

ケアマネジャーが作成した介護計画に基づいて、ホームヘルパーが初めて支援に入る時には、サービス提供責任者も事前に健康状態や食事形態などの聞き取りをおこない、活動に入っています。

利用者宅で調理を行う際にはホームヘルパーは、形態、柔らかさ、飲み込みやすさ、噛みやすさを特に

注意しています。利用者一人ひとりが安心して食事をとっていただけるよう努めています。

食事中に見られる「むせ」を起こしやすい食品の代表的なものを紹介します。

飲み込んですぐにむせやすい食品

特徴	「むせ」が生じる原因	食品の例
パラパラしている	口の中や喉で散らばりやすい	クッキー・せんべい・チャーハンなど
液体状である	移動のスピードが速く、まとまりにくい	飲料・みそ汁・おかゆなど
噛むと汁が出る	嚥下のタイミングを合わせるのが難しい	煮大根・がんもどき・果物など

むせないための工夫

もつともむせやすい（誤嚥しやすい）食品である液体状は、とろみをつける、まとまりがよくなりやす。ゆっくり流れるようになるため、誤嚥のリスクを低くすることができます。

また、あごが上がっている姿勢は、口と気管が一直線になり、食べ物が一気に気管へ流れ込むおそれがあります。あごを引き気味にするとともに、一口量を少なくし、ゆっくりとしたペースで食べるようにしましょう。

介助の際には、食事にしつかりと集中できるように、余計な声かけは控えましょう。おしゃべりをしながらの食事は、むせやすくなります。「声かけより、見守り」を心がけましょう。



簡単レシピの紹介

豆腐のみぞれ煮

【材料】

- ・豆腐
- ・大根おろし
- ・めんつゆ（4倍濃縮）
- ・片栗粉
- ・水

【作り方】

- ①豆腐を食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に水とめんつゆを入れ豆腐を入れる。
- ③豆腐に火が通ったら大根おろしを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ④水溶き片栗粉でとろみをつける。

出来上がり♪

【問合せ先】

精華町社協 在宅介護課
 訪問介護係
 電話 98-3526
 居宅介護支援係
 電話 98-3398

寿司(持ち帰り・宅配) 仕出し



京都 精華

やまと寿司

0774(73)3100



精華町北部地域包括支援センター・あんしんサポート北部
 高齢者総合福祉施設 神の園

★私たちが取り組む地域交流活動を総称して「せいいちろカフェ」と呼んでいます。

ご相談
お問合せは

TEL.94-5677



相談情報コーナー

・ ・ ・ 内容に応じて次の相談業務を行っています。相談はすべて無料で秘密厳守します。 ・ ・ ・

相談の種類	相談員	相談日時	相談対象者	備考
法律相談	弁護士	第2水曜日 午後1時30分から 午後4時	精華町内に在住・ 在勤している方 ※過去3か月相談を 受けてない方優先	相談日の1週間前 午前8時30分から 受付開始
介護相談	地域包括支援 センター職員	月曜日～金曜日 午前8時30分から 午後5時15分	※訪問もいたしますので お気軽にご連絡ください	
社協ふくし& 相続相談	コミュニティー ソーシャルワーカー、 司法書士等	①第2火曜日 ②第4金曜日 午後1時から午後4時	精華町内に在住・ 在勤している方 ※事前予約制です	相談場所 ①せいかガーデンシティ 2階「イマージュサロン」 ②「かしのき苑」

相談日が祝日と重なる場合はお休みです。

予約などは地域福祉課へお願いします。法律相談・介護相談の場所は「かしのき苑」です。

工事のお知らせ

法人運営室・地域福祉課（南部地域包括支援センター、権利擁護・成年後見センター）の事務所がある「地域福祉センターかしのき苑」では、下記の期間、大規模工事を行う予定です。

大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をくださいますようお願いいたします。

【工事期間】

令和2年1月1日～令和2年3月末（予定）

※上記の期間中、社協の事務所が移転する場合があります。

【移転先】精華町社協デイサービスセンター2階
（かしのき苑と同一敷地内です）

社協職員の募集



下記のパート職員を募集しています。未経験の方も、親切丁寧に指導します。詳しくは担当課までお問合せください。

①介護支援専門員（ケアマネジャー）

- ・時給：1,200円～
- ・勤務日：月～金（社会保険完備）

②訪問介護（登録ヘルパー）

- ・時給：1,340円～（介護職手当含む）
- ・勤務日：月～日のうち3日程度

【問合せ】在宅介護課：98-3398

☆発行日 令和元年11月15日
☆発行 社会福祉法人精華町社会福祉協議会
京都府相楽郡精華町南稲八妻砂留22番地1
精華町地域福祉センター「かしのき苑」内

○法人運営室 TEL 0774-94-4573 FAX93-2278

○地域福祉課 TEL 0774-94-4573 FAX93-2278

○在宅介護課 TEL 0774-98-3398（ケアマネジャー）

TEL 0774-98-3526（ホームヘルパー）

○通所介護課 TEL 0774-98-3924 FAX98-3559

※在宅介護課のFAX番号は通所介護課と同じです。

E-mail daihyou@seikashakyo.or.jp

URL <http://www.kyoshakyo.or.jp/seika/>

・目の不自由な方のため、朗読ボランティアひびきの皆さんが本誌を朗読したテープを社協地域福祉課で貸出しています。

ご寄付ありがとうございました

・御生菓子司 ふたば

・（有）光電子設計（順不同・敬称略）

精華町社協では、皆さまからお寄せいただいた金品は住民の皆さまと進める地域福祉に活用させていただきます。

※社会福祉法人へ寄付をいただいた場合は、税法上の優遇措置がうけられます。

