

ふれあいネットワーク

# かがやき

## 第217号

令和5年11月5日発行

### 社協だより

# 11月



## 子どもたちの声で、つながる善意

10月10日(火)にマックスバリュ佐用店、10月12日(木)にプチマルシェ徳久店で、赤い羽根共同募金運動の街頭募金を行いました。それぞれ佐用保育園、南光保育園に協力をいただき、園児たちは元気いっぱいに来店された方へ募金の協力を呼びかけました。募金運動の場所を提供してくださったマックスバリュ佐用店さまとプチマルシェ徳久店さま、協力いただいた佐用保育園・南光保育園の園児並びに職員の皆さま、足を止めて募金に協力くださった地域の皆さまありがとうございました。(写真は、マックスバリュ佐用店での街頭募金の様子です。)

### 社会福祉法人佐用町社会福祉協議会

○南光地域福祉センター (〒679-5213 佐用町東徳久1946番地)  
TEL(0790)78-1212(代表) FAX(0790)78-1700  
地域福祉課 TEL:(0790)78-0830  
介護支援課 TEL:(0790)78-1717  
HP <http://www.sayo-wel.or.jp/>

○きらめきケアセンター佐用  
TEL:(0790)83-2946 FAX:(0790)83-2920  
○きらめきケアセンター上月  
TEL:(0790)88-0001 FAX:(0790)88-0814  
○きらめきケアセンター三日月  
TEL:(0790)79-2994 FAX:(0790)79-2900  
○佐用朝霧園  
TEL:(0790)78-8050 FAX:(0790)78-8051

# 地域高齢者に栄養ある食事を 給食サービス 調理ボランティア等を対象に講習会



龍野管内や県内等の情報も示しながら話す川除さん

令和5年10月11日(水)、給食サービスの調理を担当するボランティアグループと委託業者を対象に、食品衛生講習会を開催しました。講師は、龍野健康福祉事務所の職員です。

## 栄養管理でフレイル予防

はじめに、食品管理課管理栄養士の川除明日香さんから、「地域高齢者の健康支援と栄

養管理」フレイル対策のポイント」と題して話がありました。

フレイルとは、体力や気力の余力が減り、心や体、社会的な機能が低下した状態のことを言います。長期間放っておくと要介護状態になる危険性が高くなると言われています。佐用町は、高齢化率、要介護率ともに兵庫県平均よりも高く、栄養不足が引き起こす健康問題(フレイルサイクル)が懸念されることから、フレイル予防が重要で

す。配食事業には厚生労働省が公表したガイドラインがあり、配食を通じた地域高齢者等の健康支援推進に努めることが求められています。そういった面から、日々変化する利用者の特性の把握について、配食担当、調理担当



しっかり加熱されているか確認中 (撮影協力:つくし)

それぞれの立場でできる把握方法の例示やメニュー設定のポイント、一日に摂ってほしいカロリー量等の説明がありました。

フレイル予防には栄養のある調理が必要です。栄養管理のポイントは①1日3回3つの皿(主食・主菜・副菜)を揃えよう②たんばく質をしっかり摂ろう。プラスチックファとして、料理に粉チーズ

やねりごま、マヨネーズ等を少し足したり、おやつに乳製品をとったりすることで栄養価アップの工夫ができる。と川除さんはまとめました。

## 食中毒予防の基本は手洗い

続いて、食品業務衛生課主任の小林瑠実さんから、「食中毒とその予防」についての話がありました。細菌性食中毒予防の三原則は、つけない・増やさない・やっつける。参加者は、適切な手洗いの実施や使い捨て手袋の使用法、調理済の食品はできるだけ早く食へること、中心部まで

しっかり加熱する調理温度・時間の目安等を学びました。「手洗いは感染症・食中毒予防の基本です。」と繰り返し手洗いの大切さを強調する小林さん。手指のATPふき取り検査(※)を参加者の

手指で実演し手洗い後の手指に汚れが残っていないか、衛生的な手洗いができているかを確認しました。

## 給食ボランティア募集

給食サービス(食の自立支援事業)のお弁当は、調理ボランティアグループや民間委託業者等が作り、配食ボランティアの協力で利用者の元へ届けています。

本講習会は毎年1回開催し、安心で安全なお弁当を届けるために調理衛生の啓発・意識付けを行っています。これからも食中毒の予防に努め、利用者に栄養のあるお弁当をお届けします。

給食サービスのボランティア活動に興味・関心のある方は、佐用町社会福祉協議会 地域福祉課(電話78-0830)まで。


(※)ATPふき取り検査とは、生き物を含む多くの有機物に含まれるATP(アデノシン三リン酸)を活れの指標とした検査方法。場所や器具、手指等の洗浄や清掃ができたかを誰でも簡単に測定、結果を数値で見ることができ



## 参加者募集のお知らせ

### ほのほのクッキング

日時：令和5年11月22日（水）  
10：00～13：00

場所：三日月福祉拠点施設 

内容：料理をしながら交流を深めませんか

対象：佐用町内在住で概ね65歳以上の方

定員：先着10名 ※最少催行人数は5名

参加費：600円

申込締切：令和5年11月15日（水）までに  
78-0830へお電話ください

※送迎が必要な方は申込時にお伝えください

### 地域活動入門講座

日時：令和5年11月30日（木）  
13：30～15：30

場所：南光地域福祉センター

内容：地域活動やボランティア活動に参加  
するためのきっかけづくり

講師：mottoひょうご  
事務局長 栗木剛さん 

対象：地域活動やボランティア  
活動に興味・関心のある方

参加費：無料

申込締切：令和5年11月24日（金）までに  
78-0830へお電話ください

### 家族介護教室

日時：令和5年12月4日（月）  
13：30～15：00

場所：南光地域福祉センター 

内容：知って得する介護用品

～尿ケアパッドや

大人用おむつの上手な使い方～

参加費：無料

申込締切：令和5年11月29日（水）までに  
78-0830へお電話ください


※送迎が必要な方は申込時にお伝えください

### オレンジカフェ

日時：令和5年12月7日（木）  
13：30～15：30

場所：南光地域福祉センター

内容：クリスマススワッグ作り

対象：認知症の方やその家族、  
介護に関心のある方 

定員：15名（先着）

参加費：500円

申込締切：令和5年12月1日（金）までに  
78-0830へお電話ください

※送迎が必要な方は申込時にお伝えください

※スワッグとは、花や植物を束ねて壁にかけ  
飾りのこと

### 《11月11日は介護の日》

「介護の日」とは、介護について理解と認識を深め、介護を受ける方とその家族、介護に従事する方を支援するとともに、これらの人を取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、高齢者や障がい者等に対する介護に関し、国民への啓発を重点的に実施するための日として定められました。11月11日を介護の日とする理由は、「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう」の「いい日、いい日」にかけた覚えやすく、親しみやすい語呂合わせとされたからです。

### 家族介護者のつどい

日時：令和5年12月18日（月）  
13：30～15：30

場所：南光地域福祉センター

内容：お正月飾り多肉植物の寄せ植えづくり

対象：在宅で介護している方 

参加費：1,000円

申込締切：令和5年12月8日（金）までに  
78-1212へお電話ください

※送迎が必要な方は申込時にお伝えください

## 6月に植えた稲、手作業で稲刈り体験



自分で刈った稲を両手いっぱい抱えて運んでいます

10月7日(土)、三日月子ども広場を開催。内容は「稲刈り体験」で、6名の子もたちが参加しました。刈り取るのは、社協だより7月号の表紙で紹介した、6月10日の田植え体験で植えた稲です。子ども広場指導員から稲の刈り方を学び、一人ひとりが稲刈り鎌を手に稲の株元をざくざく刈り取っていきました。刈り取った稲は、藁で縛って束ねる作業も教えてもらいました。

コンバインを使うとあっという間に終わる稲刈りも、子どもたちが手作業で行うと2時間でも刈りきることができません。秋らしく涼しい風の吹く日でしたが、終わる頃には汗が滴るほど時間いっぱい稲刈り体験を楽しみました。子どもたちが収穫したお米は、10月28日開催予定の「さつまいも収穫体験」でさつまいもご飯として参加する子どもたちにふるまわれます。

## 秋の風物詩 ティ運動会



職員種目に利用者も大声援

きらめきケアセンターでは、10月16日(月)から10月21日(土)まで、季節行事として運動会を開催。座ったままボールをすくってカゴに入れる玉入れや、被り物とパンツを身につけてボールを運ぶ職員リレー等で盛り上がりました。

ティサービスの見学等お問い合わせは介護支援課(☎78-1717)まで。

ご協力ありがとうございます

小地域福祉活動やボランティア活動に活用

令和5年度社協一般会費

4,861,700円

今年度も社協会費の納入にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。現在のところ、4,861,700円の一般会費を納入していただいております。

皆さまからのご厚志は貴重な財源として、小地域福祉活動やボランティア活動等に活用させていただきます。

社協会費の趣旨にご賛同、ご協力をいただきました会員の皆さまと加入促進にご尽力いただきました地域の自治会長の皆さまに、この場をお借りして、心より御礼申し上げます。



# 令和5年度 佐用町社会福祉協議会 賛助会員募集のご案内



賛助会員とは、社協が行う各種事業に賛同していただき、活動を財政面で支えていただく個人及び企業・法人、団体のことです。賛助会費は、ボランティア活動推進事業や福祉教育推進事業、ひとり暮らし高齢者のつどい事業、福祉委員活動推進事業など、さまざまな事業に活用されます。

多くの方に活動の趣旨をご理解いただき、気軽にできる地域貢献活動の一環として、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

**会費(年額) 一口 3,000円**  
何口でもご加入いただけます

○気軽にできる地域貢献活動です ○寄附金控除制度が適用できます

※賛助会費は、その金額によって個人の方は、所得税法上の寄付金控除及び町県民税の寄付金税額控除の対象となります。また、法人の方は法人税法上一定の限度額まで損金算入が可能です。

●会費納入方法は、本会事務局へ直接納入していただくか、下記の払込取扱票に必要な事項を記入し、お近くの郵便局で会費をお振込み願います。また、ご連絡をいただければ、職員が会費を受け取りにお伺いさせていただきます。

※郵便局(窓口・ATM)で「現金」にて払込みをする場合、110円(税込)の料金が発生します。

※通帳またはキャッシュカードを利用し、ご自身又は会社等のゆうちょ銀行口座からご送金される場合は、料金は発生いたしません。

●入金確認後、所定の領収書をお送りします。

<お問い合わせ> 地域福祉課 総務係 電話:78-1212 FAX:78-1700

02 大阪		払込取扱票				通常払込料金 加入者負担			
口座記号番号						金額			
009900						161045			
加入者名 社会福祉法人佐用町社会福祉協議会						料金		備考	
ご依頼人・通信欄 おところ・おなまえ ○住所(郵便番号 — ) ○氏名 ○電話番号 ○広報誌『かがやき』への氏名掲載(可・否)						日附		印	

各票の※印欄は、ご依頼人様においてご記入ください。  
ご依頼人欄に、おところ・おなまえをご記入ください。(承認番号大第60118号)  
これより下部には何も記入しないでください。

振替払込請求書兼受領証									
口座記号番号						通常払込 料金加入 者負担			
009900						161045			
加入者名 社会福祉法人 佐用町社会福祉協議会						金額			
ご依頼人 おなまえ						備考			
日附						印			
料金						備考			

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。  
この受領証は、大切に保管してください。

# 善意の心ありがとうございました。

9月11日～10月10日受け付け分  
預託者名（順不同・敬称略）

## 金銭口座

○香料返しにかえて

三日月 匿名  
末広 匿名

○供養として

円光寺 和田 真澄  
多賀 衣笠 環

○福祉のために

佐用 匿名  
下徳久 匿名  
ロードテック(株)  
代表取締役 圓井隆広

## 物品口座

○給食材料

長尾 小松 敬子  
山田 匿名  
平福 城内 衛

海内 匿名 2件  
下石井 匿名 2件

福澤 匿名 2件

東中 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

須安 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

久崎 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

大酒 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

多賀 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

東徳 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

平松 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

船越 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

春哉 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

匿名 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

匿名 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

匿名 匿名  
匿名 匿名  
匿名 匿名

○古切手、その他物品

上本郷 湯谷 明男  
桑野 橋本 一枝

豊福 山下 モモエ

大木谷 東口 弘子

久崎 匿名 弘子

河崎 中谷 文久

乃井野 黒崎 文子

上本郷 小笹 好子

匿名 1件

(有)かわた

グロリープロダクツ(株)

健康福祉課

テクノクリンセンター

西はりま天文台公園

(株)ヒラタ

(株)ポーラ化粧品

(株)三日月運送



## ご利用ください・・・ さよさよサービス ～ 通院に、買い物に、通学に、趣味にご利用ください～

**受付時間** 午前8時30分～午後3時00分まで  
※受付日：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

2週間前から利用日前日午後3時まで電話予約してください。  
但し、前日が土・日・祝日等の場合は、その前日が期日になります。

**運行時間** 午前8時30分～午後5時00分まで  
※運休日：日曜日・祝日・年末年始

<完全予約制> 予約専用電話 **☎78-8034**



### (ご注意)

- この用紙は、機械で処理しますので、口座記号番号および金額を記入する際は、枠内にはっきりとご記入ください。また、用紙を汚したり、折り曲げたりしないください。
- この用紙は、ゆうちょ銀行または郵便局の払込機能付きATMでもご利用いただけます。
- この用紙をゆうちょ銀行または郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証を必ずお受け取りください。
- 払込みの際、法令等に基づき、ご依頼人様（および代理人様）の運転免許証等、顔写真付きの公的証明書類のご提示をお願いする場合があります。
- この用紙の通信欄・ご依頼人に記載されたおところ・おなまえ等は、加入者様に通知されます。
- この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。なお、備考欄に「口座払」の印字をしたものは、通常貯金口座から指定口座への払込みが行われたものです。



## ふれあいカレンダー（11月）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10/29	30	31 給食サービス	11/1	2	3 文化の日	4
5	6	7 給食サービス	8 子育てひろば (ミニ運動会) 南光生きがいドーム 10:00~	9 生きがいデイ 三日月福祉拠点施設 9:30~	10 給食サービス	11 介護の日 さよう子ども 食堂「Full House」 さよう子育て支援センター 11:30~
12	13	14 給食サービス	15	16 ひまわり (親子 リトミック) 南光地域福祉センター 10:00~	17 給食サービス	18 ふれあい喫茶 「とも」 川原町公民館 9:00~  ふれあい喫茶 「あえる」 南光文化センター 9:00~
19	20 ふれあいの里 交流会 (三日月・島脇・ 久保・南広) 三日月福祉拠点施設 9:30~	21 給食サービス  生きがいデイ 三日月福祉拠点施設 9:30~	22 ほのぼの クッキング 南光地域福祉センター 10:00~	23 勤労感謝の日	24 給食サービス	25
26	27	28 給食サービス	29	30 地域活動入門講座 南光地域福祉センター 13:30~	12/1 給食サービス  ひだまり (クリスマス) 三日月福祉拠点施設 10:00~	2
3	4 家族介護教室 (知って得する 介護用品) 南光地域福祉センター 13:30~	5 給食サービス	6	7 オレンジカフェ (クリスマス ワッグ作り) 南光地域福祉センター 13:30~	8 給食サービス	9



町民ペンリレー (No.215)

くぼ まさひこ  
**久保 正彦 さん (65歳)**  
(佐用町豊福)

質問：自己紹介をしてください。

答え：江川地域づくり協議会のセンター長をさせてもらっていますが、この地域に住んで良かったなと思える地域づくり活動を目指しています。毎週水曜日の午前中には、できる限り江川地域づくりセンターを開けるように努力していますので、どなたでもおいでいただき、いろいろと情報交換ができれば嬉しいです。また久崎にある佐用日本語学校の顧問をしています。日頃から留学生の皆さんと話をすることで、いっぱい元気をもらっています。

質問：趣味・特技はなんですか？

答え：特技は何だろうと妻に聞くと、誰とでも喋ることができることだそうです。自分ではわかりません。趣味は写真撮影とゴルフです。

質問：日頃から心がけていることはありますか？

答え：インスタグラムやフェイスブックの投稿など、SNSで自分が撮影した写真等を発信しています。

質問：夢や目標はなんですか？

答え：サテライトオフィスやワーケーション施設を作り、人が少なくなり空き家や耕作放棄地が増えて疲弊していく地域の活力を取り戻す支援をすることです。佐用町に来ている留学生が地域の担い手として町に帰って来てくれることを期待しています。

前回の町民ペンリレー Zin Muyar Lwin さんからのメッセージ

「久保先生、これからもどうぞよろしくおねがいいたします。」



久崎の日本語学校で講義をしている久保さん



## まちの子育てひろば通信

### 「親子リトミック」

子育てひろばで親子リトミックを開催、4組の親子が参加しました。

音楽に合わせて挨拶や手遊びしたり、大きさの違うボールを上手にお隣さんへ渡していました。また、大小2種類の輪っかをたくさん床に置き、その輪の中にカエルのおもちゃを1個ずつ入れる遊びや、そのカエルはお尻を押さえると飛び跳ねるカエルだったので、親子で一緒に輪の中にカエルを飛び跳ねさせて入れたり一人で入れてみたりと初めてのおもちゃに興味津々。その他、スカーフやカラーボールも使い、親子でいっぱい体を動かして楽しい時間を過ごしました。



カエルを飛び跳ねさせて輪っかの中へ

11月8日(水) 10時から南光生きがいドームで、子育てひろば「ミニ運動会」を開催します。参加申込が必要ですが、当日参加も受付します。たくさんのおみなさまの参加をお待ちしています。

#### ☆町内の子育てひろば☆ (原則、10時~12時の開放です)

- ♪ひまわり 木曜日 南光地域福祉センター 佐用町東徳久1946番地 TEL: 78-0830
- ♪ひだまり 金曜日 三日月福祉拠点施設 佐用町下本郷647番地1 TEL: 79-2994

日程は社協だよりか、子育てひろば情報誌で確認してください♪



この広報紙は共同募金配分金の一部で作られています。

