

2019  
4月号

# へぐり 社協だより

編集・発行 平群町社会福祉協議会  
〒636-0914  
平群町西宮2丁目1番6号  
(プリズムへぐり内)  
電話(45)5710 FAX(45)7363



さわる絵本をご存知ですか??

目が不自由なお子さんもさわって楽しむことができる布などで作られた絵本です。

ボランティアグループ「さわる絵本の会 ポピー」は、3月末をもって21年間のさわる絵本の製作活動に幕を閉じられます。一つひとつ丁寧に作られてきた絵本には、どの本にも魂が宿り、とても温かみのある絵本になっています。プリズムへぐりの図書コーナーに置かれていますので、どなたでも手にとってさわってみてください。作り手の優しさが感じられる絵本です。

～ 誰もが安心して自分らしく暮らせる福祉のまちづくりを目指して ～

## 2019年度 社会福祉協議会 会費会員へのご協力をお願いします!!

社協会費は、さまざまな地域福祉事業に活用されます。例えば、小地域ネットワーク活動、ボランティア活動、福祉有償運送などによる高齢者・障がい者への支援に役立てさせていただきます。皆様の温かいご協力を賜りますようお願い申し上げます。

—— 本紙に申込用紙を折り込んでいます!! ——

### ● 2月にお申込みいただいた会費会員の方 ●

奥村 敏 昭      川 上 しげ子      匿名 5人  
奥村 弘 子      瀬 戸 トキエ      (敬称略)  
川 上 博 通      高 倉 澄 子

ありがとうございました。

### 会費会員は随時募集しています

一般会員：一口 1,000円  
特別会員：一口 5,000円  
(法人・企業・施設・事業所など)

### 平群町小地域ネットワーク 連絡協議会 先進地視察

2月25日(月)、奈良市西部にある地区を訪れたのは活動者の27名。「うまくいっていることよりも苦労話や失敗談を聞きたい!」と冒頭から思いを地区の担当者に伝える場面も。

その地区は50年ほど前に開発された団地が存在し、高齢化率は50%に近い状況です。そのような中、地域住民が中心と



なり一人暮らし高齢者を対象にふれあい会食会を開催する等、居場所づくり」に取り組んでおられます。

これが「ゆるやかな」見守りにつながっていることを知りました。

また、個人情報取扱いについても意見交換することができました。

あたたかい気持ち ありがとうございます

### 善意銀行預託者

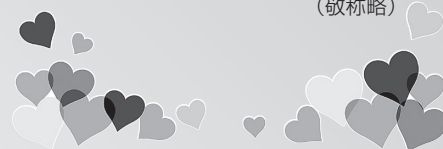
社会福祉協議会で開設している善意銀行は、住民の皆さんの善意の気持ちを受け取る窓口です。

ここでご寄附いただいた金品は、わたしたちの町のさまざまな福祉事業に活かされます。

平成31年2月1日～28日までに預託をしていただいた方をご紹介します。

氏 名	指定等
山 本 章	任 意

(敬称略)



預託の受付は総務地域福祉係まで



## 認知症オレンジカフェ ~こはる心晴~

認知症オレンジカフェは、認知症のお悩みや不安を抱えている方々、認知症に関心のある地域住民が気軽に集まれる場として開催しています。

**対 象：**どなたでもご参加できます。

**日 時：**4月12日(金) 10時~12時

**参加費：**100円

**場 所：**地域包括支援センター  
(ふれあい交流センター内)

お申込みは不要です。お気軽にお立ち寄りください。

## 認知症相談会

認知症に関する不安や悩みがある方は、お気軽にご相談ください。専門スタッフが個別に対応します。

**日 時：**4月18日(木) 13時30分~15時30分  
おひとり40分程度

**場 所：**地域包括支援センター  
(ふれあい交流センター内)

※予約制ですので、まずは地域包括支援センターにお電話ください。

## 介護予防 第2回

### 『へぐりいきいき百歳体操』 体験・交流会を開催しました

2月28日(木)、中央公民館で開催しました。当日は雨の降る中、総勢94名の住民の方が参加され、90歳以上で日頃から『へぐりいきいき百歳体操』を地域で続けている方(8名)が、西脇町長より激励を受けました。また、百歳体操をみんなで行った後、各地域での取り組みの様子をDVDで紹介したり、あいうべ体操(健口体操)、認知症予防の脳トレなどを体験しました。体操を通じ、高齢者同士支え合うことを学び、会場いっぱい笑いのある楽しい時間を過ごしました。『へぐりいきいき百歳体操』の立ち上げを希望される方等へ出前体験会も実施しますので、地域包括支援センターまで気軽にご相談ください。



## 介護予防「元気アップ教室」

毎回、参加者より「また参加したい!」と大好評の教室で、4月から下記の日程で開催します。柔軟性、筋力アップ、有酸素運動を取り入れた運動を行います。

**日 時：**10時~11時15分

- |            |            |
|------------|------------|
| ① 4月24日(水) | ② 5月 8日(水) |
| ③ 5月29日(水) | ④ 6月12日(水) |
| ⑤ 6月26日(水) | ⑥ 7月10日(水) |
| ⑦ 7月24日(水) | ⑧ 8月28日(水) |
| ⑨ 9月 4日(水) | ⑩ 9月11日(水) |
| ⑪ 9月18日(水) | 全11回       |

**持ち物：**運動できる服装、上靴、飲み物、タオル

**講 師：**健康運動指導士  
(地域振興センター職員)

**定 員：**先着25名

両教室とも地域包括支援センター(ふれあい交流センター)で実施します。平群町在住のおおむね65歳以上の方、運動を医師より止められていない方が対象です。(新規の方を優先しますが、定員に満たない場合は、以前参加された方も可)費用は、無料です。

4月1日(月)~4月12日(金)までに地域包括支援センターに電話または窓口へお申込みください。

## 認知症予防「わくわく教室」

4月から下記の日程で開催します。教室では、認知症について学び、「脳トレ」や「コグニサイズ(頭を使いながら運動)」を中心に行います。教室に参加して、体も脳も活性化しましょう。

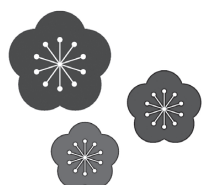
**日 時：**10時~11時30分

- |            |            |
|------------|------------|
| ① 4月23日(火) | ② 5月14日(火) |
| ③ 5月28日(火) | ④ 6月11日(火) |
| ⑤ 6月25日(火) | ⑥ 7月 9日(火) |
| ⑦ 7月23日(火) | ⑧ 8月13日(火) |
| ⑨ 8月27日(火) | ⑩ 9月10日(火) |
| ⑪ 9月24日(火) | 全11回       |

**持ち物：**運動できる服装、上靴、飲み物、筆記用具

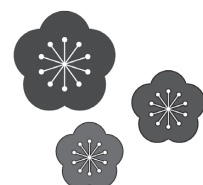
**講 師：**健康運動指導士  
(株式会社 WIN (ウィン))

**定 員：**先着20名



# 地域食堂

# おかえり ～ OPEN ～



## 4月27日(土) 12時～14時 (11時～16時まで自由に出入りできます。)

準備の都合上、4月15日(月)～25日(木)の間に電話にてお申込みください。

**〔 限定30食・先着順 〕**

地域食堂とは、こどもを真ん中に、誰もが集えるみんなの居場所。ボランティアの方々による手作りの食堂です。どなたでもお越しいただけます。お家に帰るような気軽な気持ちでどうぞ皆さん、お立ち寄りください。



**📍 場所 📍** ふれあい交流センター (平群小学校北側・かしのき荘隣)  
梨本350-1 当日の連絡先：080-3480-0139

**¥ 料金 ¥** おとな 300円 / こども 無料 (18才以下)



メインはカレーライス♪アレルギー対応はできておりません。

☆お問合せ・お申込み 総務地域福祉係 (平日8時30分～17時15分)

## 赤い羽根共同募金



### 2020年度に実施する事業(福祉・環境・子育て)等に対する助成金のお知らせ

平群町共同募金委員会では、誰もが住み慣れた地域で安心・安全に暮らすことができ住民自らが参加する地域福祉コミュニティの実現をめざして様々な地域福祉活動を実施されているボランティアグループや福祉団体へ助成支援を行っています。

**助 成 の 対 象：**平群町内に活動拠点を置き、福祉、医療、子育て、教育の分野において町内を活動エリア・対象としている団体

**助成の対象経費：**地域福祉事業のための必要な経費、または物品等

**助成の限度額：**事業に係る経費の5分の3以内で限度額20万円

**応 募 方 法：**募集要領に基づき、所定の用紙に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、提出してください。(所定の用紙は事務局にあります。)

**受 付 期 間：**4月8日(月)～5月31日(金) 9時～17時まで (但し、土・日曜、祝日は除く)

**お 問 合 せ：**平群町共同募金委員会事務局 (社協 総務地域福祉係内)

### ● かしのき荘からのお知らせ

4月に下記の選挙が行われる予定です。かしのき荘は投票所となるため、以下の日程で休館となります。また休館日前日の利用は16時までとなっています。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。

	選挙期日	16時から閉館	休館日
①奈良県知事及び県議会議員選挙	4月7日(日)	4月5日(金)	4月6日(土)
②平群町議会議員選挙	4月21日(日)	4月19日(金)	4月20日(土)