

2024  
1月号

へぐり 

# 社協だより



笑顔があふれる一年になりますように



本年もよろしくお願い致します  
平群町社会福祉協議会 職員一同

画像提供：竜田川団地自治会有志

※各系の電話番号は、見開きページ下をご覧ください。



## 二〇二四年 新年のご挨拶



社会福祉法人

平群町社会福祉協議会

会長 西脇 洋貴

明けましておめでとうございます。

皆様方におかれましては輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

町民の皆様をはじめ関係各位の皆様方には、日頃より本会の活動に多大なるご支援ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年5月に新型コロナウイルス感染症が感染法上5類に移行されて以降、自粛や縮小を余儀なくされていたさまざまな活動が再開され、また、新しい活動が立ち上げられるなど、地域には以前の活気が戻ってきました。しかしながら一方で、コロナ禍を含む近年のさまざまな社会情勢の変化は私たちの暮らしや地域社会の在り方に大きく影響し、人々が抱える課題がさらに深刻・複雑化するなど、依然として厳しい状況も生じています。

このような中において私たち社会福祉協議会は、地域住民の皆様をはじめ行政・関係機関や団体など、多方面の方々より一層連携し、どのような環境の変化があつたとしても地域での人々の暮らしを支えるとともに、誰もが支え合いながら安心して暮らすことができる福祉のまちづくりにむけ、今後も精一杯の努力を重ねてまいりたい所存です。引き続き皆様のご理解とご協力をお願い申し上げますとともに、この一年が皆様にとって佳き年となりますよう祈念し、年頭のご挨拶とさせていただきます。

## デイサービスボランティア募集

午前中に、デイサービス利用者の方と一緒に過ごしてくださるボランティアを募集します。

ボランティア活動に興味のある方、少しでもやってみたいと思われる方、お気軽にご連絡ください。



- 活動内容**
- 利用者の対応・傾聴
  - 利用者入浴後のドライヤー
  - お茶出し・片付け
  - レクリエーションの補助 など

**活動日時** 月～金曜日 9時～12時  
※応相談（ご都合の良い曜日・時間帯で構いません）

**活動場所** プリズムへぐり内 デイルーム

お問合せ 通所介護事業係

## 第1回「へぐり防災フェスタ」

11月12日(日)に開催された第1回「へぐり防災フェスタ」には、200名をこえる参加者がありました。この行事はこれまでの「竹あかりの集い」を引き継ぐものとして、防災意識を高め、住民同士のつながりを深めることを目的に行われたものです。

(主催：へぐり防災フェスタ実行委員会)



防災かまどベンチのお披露目式や講演会、非常食炊出しのほか、いざという時にそなえるさまざまな体験・展示コーナーが設けられました。



「へぐり防災フェスタ」は、一部赤い羽根共同募金の助成を受けて開催されました。

形で実施しました。防災出前講座（7月）、DVD鑑賞会（8月）、秋の歌会（10月）、貯筋体操（11月）につづき、12月はつながりワーカー養成講座を受講後、今後の活動についての話し合いを行いました。その中で「お手伝いするよ」と手を挙げてくだ



## 気軽に近くで楽しめる 集いの場づくり

竜田川団地自治会  
有志のみなさんと、  
昨年の夏より5回に  
わたり地域内での集  
いの場づくりに取り  
組んできました。令  
和4年に行った高齢  
者向けのアンケート  
調査にて「家の近く  
に集いの場がほし  
い」「前はよく集まっ  
ていたよ」とのお声  
から、お話しという



さった方々を中心に、小地域ネットワーク立ち上げに向けて話し合いを進めていく予定となりました。

## 「自分のために」が、「人のために」 ボランティアという健康法

少子高齢化、人口減少は留まることなく、2040年頃には団塊ジュニア世代が高齢者（65歳以上）になることで高齢者人口が最大になると言われています。このような中、社会保障費の増加、看護師・介護士などの人手不足などが、日本全体での問題となっています。

### では、わたしたちが今できることは？

やはりまずは自身の健康を守ることが第一です。そして地域住民同士、互いに助け合うことが大切になります。今回、竜田川団地自治会有志のみなさんと話し合いを行う中で、運営ボランティアをしてくださる方を募ったところ、

### 「あなたも一緒にしましょう！ 自分の健康のために！」

と、誘い合われている姿がありました。外に出て人と接する機会を増やすことで自身の健康へとつながること。そして自分の健康のために始めるボランティアが人のためにもなる。確かに、この循環が地域に生まれると、誰もが安心して暮らせる地域への第一歩となるのではないのでしょうか。

あたたかいお気持ち ありがとうございます

## 善意銀行預託者

11月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

## 社会福祉協議会

## 会費会員募集中

● 11月にお申込みいただいた会費会員の方 ●

山本 源三 二宮 佳子 松本 博行  
山本 文子 中川 文子 西浦 信子  
(敬称略)

ありがとうございました。

お申込み・お問合せ 総務地域福祉係

# 情報ひろば

各種イベントや福祉に関する情報コーナーです。  
お気軽にお問合せ・お申込みください！

地域包括支援センター ☎45-7012

☆開催場所はいずれもふれあい交流センターです。

## 認知症サポーター養成講座

日 時：1月30日(火) 10時～11時30分  
対 象：町内在住の方  
内 容：認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る「認知症サポーター」を養成するための講座を開催します。寸劇もしますので、お気軽に参加ください。

持ち物：筆記用具

申 込：1月29日(月)まで ※先着15名

## はつらつサロン

日 時：1月29日(月) 10時～11時30分  
対 象：町内在住の65歳以上の方、高齢者の生活を支援する方  
内 容：「リズムウォーク及び  
脳活性化エクササイズ」  
★音楽とともに楽しく動いて、脳とからだを元気アップさせましょう。  
講 師：奈良県国民健康保険団体連合会より  
健康運動指導士  
持ち物：水分、上靴、運動ができる服装  
申 込：1月26日(金)まで ※先着20名

## 認知症相談会 ～不安や悩みをご相談ください～

日 時：1月18日(木)  
13時30分～15時30分  
お一人40分程度【予約制】



## 認知症オレンジカフェ ～心晴～

日 時：1月12日(金) 10時～11時30分  
対 象：認知症の方やその家族、地域住民など  
参加費：100円 ★申込み不要

総務地域福祉係 ☎45-5710

☆開催場所はいずれもプリズムへぐりです。

## ふれあいお食事会

一緒に楽しい時間を過ごしましょう！  
皆さんのご参加お待ちしております。

日 時：2月9日(金) 11時～13時  
(送迎のサービスは行っておりません)  
対 象：町内在住の65歳以上のお一人暮らしで  
一人で外出可能な方。  
参加費：1,000円  
申 込：1月26日(金)まで ※先着20名  
詳細は決定者にお知らせします。

## 災害ボランティア登録セミナー

いつ起こるかわからない災害を自分ごとと考えていきましょう。

日 時：1月26日(金) 13時30分～16時  
内 容：・災害時助け合える地域づくり  
・地域協働型の災害ボランティア  
・災害ボランティアセンターの役割について  
講 師：奈良県社会福祉協議会  
総合ボランティアセンター  
主査 田中 和博氏  
申 込：1月18日(木)まで

老人福祉センターかしのき荘 ☎45-5768

## からだとあたまの体操～快活ルーム～

日 時：1月26日(金) 10時～11時  
場 所：老人福祉センターかしのき荘  
対 象：町内在住の65歳以上の方  
申 込：1月19日(金)まで ※先着25名

★今回の内容は…  
免疫力アップ「あ・い・う・べ」体操 です

