

NIKO

ニコ No.159



毎年6月1日は、兵庫県が制定した“善意の日”。「今日何かひとつ、いいことをしませんか？」
(豊岡 豊岡総合高等学校インターアクトクラブの皆さんによる啓発活動)

CONTENTS

- ◆特集 ひとり暮らしをしながら、
地域で安心して暮らす 2~4
- ◆ちいきからのおしらせ 5
- ◆健康福祉センター 貸館利用のご案内 6
- ◆いろいろNIKO 8

2019
6
Jun

豊岡市社会福祉協議会

この広報紙は赤い羽根共同募金の配分金により発行しています



ひとり暮らしをしながら、 地域で安心して暮らす

全国的に地域のつながりが希薄化していると言われるなか、ひとり暮らし高齢者の日常生活の困りごとや緊急事態発生時の対応などが課題となっています。一番身近な地域住民同士で支え合い、誰もが安心して豊かな生活を送るために必要なことは何でしょうか。

ひとり暮らしで不安に思うこと

豊岡市内に住むAさん（95歳）は、奥さまの他界をきっかけに、20年以上ひとり暮らしをしています。3人の子どもは、市外にそれぞれの家庭を持つています。

Aさんは、4年前から要支援1の認定を受けており、足腰に不自由さを感じるが増えてきました。食事の準備や後片付けで台所に立ち続けることや、以前は無理なく足を運んでいた墓参りに、大きな負担を感じるようになってきたそうです。

ひとり暮らしのなか、今もつとも不安なことは、急に体調が悪化した時などの緊急時にとるべき行動だそうです。「電話まで歩いていけるか分からないし、ボタンを押したり、話せる状態かも分からない。ひとり暮らし高齢者は、みんな同じ不安を抱えていると思います」と話してくれま



した。

また、日頃お世話になっている地域の方に対しては「緊急時に連絡すると迷惑になるのでは」、市外に住む子どもに対しては「連絡しても対応が間に合わないのでは」と思い、連絡相手を決めることも難しいようです。

ひとり暮らしを支えてくれる地域のつながり

「緊急時の不安はありますが、日常生活では多くの方が協力してくれています」とAさん。

例えば、ゴミ出しや買い物、電球替えなどの困りごとに対して、地域の支えがあるといえます。Aさんのゴミ出しを手伝っているBさんは、次のように話してくれました。

「私からAさんに声を掛け、自宅分と合わせてゴミ出しをするようになりました。出過ぎたことはないよう気をつけていますが、自分にできることは、可能な限りお手伝いしたいです。」

区や老人会の役員経験のあるAさん。「昔から地域とのつながりがあるから、ひとり



暮らしになった今、日々の暮らしを支えてくれる人たちがいると思います」と話してくれました。しかし、実際はAさんのように地域と強いつながりを持つ人ばかりではありません。

「地域とのかかわりに消極的な人もおられます。しかし、人間はひとりでは生きていきません。自分にできることは協力し、困ったときは助けてもらう。そういうつながりが必要だと思います」とAさんは話します。

（次ページに続く）



地域交流について、Aさんが特に心配しているのは、ひとり暮らしの男性についてです。

「女性に比べ男性は、コミュニケーションを取るのが苦手で、ひとりで過ごしがちな方が多いように感じます。私をよく行く集まりも、男性の参加者は1〜2割程度です。」
面と向かって話すことが苦手な男性は、工作や農作業など達成感の得やすい作業や、その人の夢中になれる趣味などを利用すると、地域とつながりを持ちやすくなるかもしれません。

支え合いの関係は『勇気』を持つことから

さらに、そのような支え合いの輪を広げるためには、さまざまな方の『勇気』が必要ではないかと、Aさんは続けました。

「地域で集まる機会があれば、交流の少ない方にも声を



掛け続ける。誘われたら、1度顔を出してみる。誘う人、誘われる人それぞれが『勇気』を出して交流を持つことが、いつか自然に支え合える関係につながっていくのではないのでしょうか。」

Aさんの話す『勇気』は、日常的な支え合いだけでなく、緊急時や災害時における地域の支え合いにもつながるでしょう。Aさんのように不安を抱え込みがちなひとり暮らし高齢者が「災害が起きた時に1人だと心配」と地域の方に伝えることができれば、また、Bさんのように地域の

ご存知ですか？「もしも」の時に役立つアイテム

緊急通報システム

- 対象者 65歳以上で、ひとり暮らしの方や高齢者世帯等で障害又は病弱等により必要と認められる方
- 内容 利用者に機器（緊急通報装置・ペンダント・火災警報器）を貸与します。緊急通報装置のスイッチを押すことまたは火災警報器が作動することで、豊岡市消防本部に自動的に通報されます。
- 利用者負担 ①機器設置費用の半額 ②機器の使用にあたって必要な電気料、電話の通信料、修繕費、撤去費
※機器の貸与料は無料です。
- 返却 施設入所等により利用を終了する場合は、機器の返却が必要です。ご家族で取り外していただき、高年介護課又は各振興局市民福祉課に返却してください。

救急医療情報キット

- 対象者 65歳以上でひとり暮らしの方や高齢者世帯等
- 内容 緊急時の迅速な救急活動へつなげるために、情報（かかりつけ医、持病、緊急連絡先など）を保管できる容器等を無料で配布します。

申込・問い合わせ先 豊岡市健康福祉部高年介護課 高齢者支援係
(立野町12-12 TEL: 29-0055)
申込は各振興局市民福祉課でも可

役に立ちたいと思う住民が「もしもの時は声をかけるので、一緒に避難しましょう」と声をかけることができれば、より安心であたたかい地域を築けるのではないのでしょうか。

時には制度が安心の後押しをしてくれることもありま。必要な制度を利用しながら、ひとり暮らし高齢者を含め、住民が支え合いながら住み慣れた地域で暮らし続けることを願っています。

障がい者の居場所づくり

はーと すまいる



- 【日 時】7月13日(土)
10:00~14:00
【場 所】但東健康福祉センター駐車場および
2階トレーニング室
(但東町出合433-1)
【内 容】BBQ&カラオケ
【参加費】100円
【申込締切】7月4日(木)
【問い合わせ】豊岡市社協 但東支所
☎: 54-0181



ほっとサロン

- 【日 時】7月13日(土)
13:30~15:00
【場 所】出石健康福祉センター
(出石町福住1302)
【内 容】たなばた会
【参加費】100円
【申込締切】7月4日(木)
【問い合わせ】豊岡市社協 出石支所
☎: 52-3024

ちいきからのお知らせ



第69回 “社会を明るくする運動”

～犯罪や非行を防止し、
立ち直りを支える地域のチカラ～



“社会を明るくする運動”は、犯罪や非行のない安全・安心な社会の実現を目指して、また、犯罪や非行をした人の立ち直りを支援する地域社会を築くため、法務省主催により、毎年7月を強調月間として全国展開します。



- 【日にち】7月1日(月)
【内 容】・パレード(大開通り 16時半~18時半)
・街頭活動(豊岡駅、江原駅、城崎駅、市役所および各振興局周辺)
本運動をテーマにした小・中学生・高校生の作文・エッセイコンテストなども後日開催予定。
【問い合わせ】社会を明るくする運動豊岡地区推進委員会
事務局
豊岡保護区保護司会 犯罪予防担当
☎: 090-5660-7874 (山崎)

認知症カフェ・ つどいの場

認知症カフェとは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職など、誰もが気軽に参加できる「集いの場」で、認知症の人や家族が安心して過ごせる「地域の居場所」です。お茶を飲みながら情報交換など、様々な活動をしています。ぜひ、ご参加ください。

名 称	日 時	場 所	対 象 者	内 容	問 い 合 せ
若年性認知症の人と家族のつどい	毎月第3水曜日 13:30~15:30	豊岡市役所立野庁舎 (立野町12-12)	若年性認知症の方・ご家族	情報提供・意見交換など	市高年介護課 TEL: 29-0055
認知症カフェにじいるカフェ	毎月第4木曜日 13:30~15:30	特別養護老人ホームたじま荘2階 (日高町十戸455)	認知症・若年性認知症の方・ご家族	座談会	特別養護老人ホームたじま荘 TEL: 44-1730
認知症カフェわ・え・ん	毎月第3土曜日 13:30~15:30	リハビリ処和恩 (弥栄町1-11)	認知症の方・ご家族	自由な談話・情報交換・意見交換など	有限会社 和縁 TEL: 23-3428
認知症カフェふれでい	毎月第2水曜日 13:30~15:30	日高健康福祉センター (日高町祢布891-2)	認知症の方・ご家族	自由な談話 相談・意見交換など	豊岡市社会福祉協議会 日高支所 TEL: 42-0100
認知症カフェひまわり	毎月第1金曜日 13:30~15:30	豊岡健康福祉センター (城南町23-6)	認知症の方・ご家族	自由な談話 相談・意見交換など	豊岡市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL: 23-2573
あおぞらカフェ	毎月第3金曜日 13:30~15:00	但東健康福祉センター (但東町出合433-1)	認知症の方・ご家族、 関心のある方	自由な談話 相談・意見交換など	出石・但東地域包括 支援センター但東分室 TEL: 54-0515
あんくらカフェ	毎月第3日曜日 10:30~15:00	シカバレー (出石町安良239-1)	認知症の方・ご家族、 地域の方	自由な談話 相談・意見交換など	シカバレー TEL: 53-2800
楽々カフェ	5・7・9・11月の 第3木曜日 13:00~15:30	楽々むら (城崎町楽々浦419-1)	認知症の方・ご家族、 地域の方	自由な談話 相談・意見交換など	楽々むら TEL: 32-0161
カフェ・オレンジ きのさき	毎月第4水曜日 13:30~15:00	城崎振興局 (城崎町桃島1057-1)	認知症の方・ご家族、 地域の方	自由な談話 相談・意見交換など	豊岡市社会福祉協議会 城崎支所 TEL: 32-2540

※日時については、変更の可能性があります。問い合わせにてご確認ください。

健康福祉センター 貸館利用のご案内

会議や打ち合わせ・グループ活動等に、各地域の健康福祉センターの部屋をご利用いただけます。センターごとに利用条件（日時、部屋、利用料金など）が異なりますので、詳しくはそれぞれのセンターまでお問い合わせください。

注意事項

- 貸館利用は事前予約制です。
 - 営利目的でのご利用や冷暖房の使用には別途料金がかかります。
 - 市が指定した社会福祉団体やボランティア団体は、利用料が免除になります。
- 詳しくは、お近くの健康福祉センターへお問い合わせください。



ご利用に関するお問い合わせ

【豊岡健康福祉センター】	城南町23-6	豊岡市社協	本所	TEL：23-2537
【城崎健康福祉センター】	城崎町湯島625-9	豊岡市社協	城崎支所	TEL：32-4503
【竹野健康福祉センター】	竹野町須谷1478	豊岡市社協	竹野支所	TEL：47-1423
【日高健康福祉センター】	日高町祢布891-2	豊岡市社協	日高支所	TEL：42-0100
【出石健康福祉センター】	出石町福住1302	豊岡市社協	出石支所	TEL：52-3024
【但東健康福祉センター】	但東町出合433-1	豊岡市社協	但東支所	TEL：54-0181

豊岡市社会福祉協議会 会費ご協力のお願い

平成30年度会費
ご協力いただきありがとうございました

平成30年度社協会費 30,921,900円

皆さまにご協力いただきます会費は、支援を必要とする方々の見守りやたすけあい、地域の困りごとの解決に向けた支援、在宅福祉サービス、ボランティア活動などの貴重な財源となります。

地域での困りごとがありましたら、お気軽に“豊岡市社会福祉協議会”にご相談ください。地域の困りごとなど、課題の解決に向けて、皆さまと一緒に考えながら進めてまいります。

豊岡市社協 本所・各支所の連絡先は、裏表紙をご覧ください

令和元年度会費
ご協力をお願いいたします

会費の種類	金額
一般会費（世帯）	1,200円
賛助会費（個人・企業）	2,000円以上
施設会費（福祉施設）	2,000円以上

※賛助会費・施設会費については寄付金扱いとなり、税の優遇措置が受けられます。



善意銀行だより

みなさまのあたたかい善意をありがとうございます。
地域福祉活動推進のために役立たせていただきます。

令和元年5月1日～31日（敬称略・受付順）

住所	氏名	金額(円)	物品	摘要
本所受付分				
辻	新井 健夫	金一封	供養	
	秦楽	115,287	善意の預託	
福田	田村 英敏	金一封	供養	
加広町	豊岡総合高校 インターアクトクラブ	2,800	善意の預託	
瀬戸	西村 治枝	金一封	供養	
竹野支所受付分				
竹野	河原 正美	金一封	供養	
	匿名	43,480	善意の預託	
日高支所受付分				
府市場	中島 敏幸	金一封	善意の預託	
日吉	金子 たみよ	金一封	善意の預託	
	匿名	金一封	善意の預託	
万場	田中 まち子	金一封	供養	
	匿名	金一封	善意の預託	
石井	大谷 直樹	金一封	供養	
	匿名	金一封	供養	
出石支所受付分				
宵田	上垣 孝之	100,000	供養	

住所	氏名	金額(円)	物品	摘要
但東支所受付分				
矢根	大石 傳郎	金一封	善意の預託	
矢根	大石 傳郎	金一封	善意の預託	
虫生	平野 晋哉	金一封、 介護用品	供養	
大河内	栗垣 吉嗣	金一封	供養	

緊急食料支援事業 食料提供

5月受付分（敬称略）

九日市下町	ローソン豊岡九日市店 西田 泰代	調味料、カレー粉
日高町祢布	日本財団在宅看護センター豊岡 大槻 恭子	レトルトご飯、レトルト食品、カップ麺、缶詰、即席みそ汁
	匿名	米

あなたの支えで笑顔になれる人がいます。

少しでも多くの方が笑顔で暮らせるよう、善意銀行への預託にご協力をお願いいたします。

振込先：但馬銀行 本店営業部 普通預金 口座番号 7328341
名義 フク) トヨオカシヤカイフクシキヨウギカイ

お振り込みの他、各支所窓口でも受け付けております。ご連絡いただきましたら、払込手数料のかからない振込用紙を郵送いたします。
(TEL: 23-2573)

Hapimari 登録者限定

オトナの
カフェ婚

古民家カフェで
素敵なお相手、
見つけませんか？

7.28 (SUN) 14:00～16:00
集合時間 13:30

場所 * Cafe Lamp eye

(豊岡市城崎町楽々浦字深浦442)

参加費 * 男性/2,500円 女性/1,500円

参加資格 * 男性：30代・40代で独身の方
女性：20歳以上で独身の方

(いずれもHapimari会員登録している方)

定員 * 男女各8名

募集期間 * 7月18日(木)まで

持ち物 * 本人確認書(例：運転免許証等)

参加方法 * ホームページにて会員登録後、お電話かメールでお申込みください

※メールでお申し込みの場合は、「オトナのカフェ婚」に参加します。氏名、住所、生年月日、携帯電話番号を入力してください

Hapimari ●普段は1対1のお見合いをさせていただいています
って? ●登録費用無料 ●年齢制限なし!

豊岡市社会福祉協議会 (担当 北村)

HP : <https://www.hapi-mari.net/>

TEL : 0796-23-2573 MAIL : info@hapi-mari.net

地域で見つけた！
旬のニコニコ笑顔♪

いろいろ N I K O ニコ



出石

一人ひとりの力を合わせ
地域のカフェ、オープン！

5月19日、坪口区公民館にて、ふれあいカフェ坪口が開催されました。

5年前に老人会がなくなった坪口区。このカフェは「昔のようにみんなで気軽に集まりたい」という住民の想いから、先月より始めました。看板やチラシのデザイン、パソコン操作、物品の調達など、スタッフそれぞれが得意なことで力を発揮し、協力しながら運営していることが特徴です。

ボードゲームをしながら世間話に花を咲かせる参加者からは「こんな集いの場を心待ちにしていました」という声が多くありました。また、「地域の子もたちと話す機会がないので、子どもたちともつながっていったら嬉しい」と、世代間交流を期待する声もありました。

心配ごと相談 一人で悩まず、まずは相談を

◆豊岡市社協 本所・各支所
(月)～(金) 8:30～17:30
祝日・年末年始(12/29～1/3)は休みです

法律相談 気軽に弁護士に相談できる機会です

◆豊岡健康福祉センター (☎: 23-2573)
2日(火) 13:00～16:00
先着8名、電話予約のみ(受付6/26(水)8:30～)
次回、8月の法律相談日は6日(火)、
予約受付7月31日(水) 8:30～

7月各種相談日

いずれの相談も無料です

結婚相談 素敵なお相手を見つけましょう

◆豊岡健康福祉センター (☎: 23-2573)
5日(金)、19日(金) 13:30～16:00
◆日高健康福祉センター (☎: 42-0100)
10日(水)、24日(水) 13:30～16:00

どちらの窓口でも、お気軽にお越しください