NIKO

ニコ No.152

早起きのご褒美は、蘇武岳のてっぺんから見る雲海とご来光。
きれいな景色の中に探すのは、大好きな我が家。「私たちのおうち、あのへんかなぁ？」
（日高　K.Yさん）

CONTENTS

キラキラヒカル …… 2、3
ぼくらは隣で暮らしてる …… 4
ちいきからのおしらせ …… 5
【連載】からだの声、きいてる? …… 6
地域福祉フォーラムのお知らせ …… 8

2018
11
Nov
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

キラキラ
ヒカル

どんな出会いも大切に
～夫婦で築いた憩いの場～

日高　日置区　山田　啓子さん

「人とのつながりは財産」と、取材中、何度も口にした山田さん。
民生委員として活動する一方、亡きご主人との約束を果たすため、自宅で趣味を活かした交流の場を提供しています。

夫婦の約束の場所「あうん」

手芸が得意な山田さんと骨董品集めが趣味だったご主人。多くの人に作品へ触れる機会を持ってほしいだけでなく、「日置にも気軽に立ち寄れる場所を」という想いから、自宅に作品を集めた小さな憩いの場を作ることが2人の夢でした。

しかし、志半ばにしてご主人が他界。山田さんは周りの方に支えられながら、「ギャラリーカフェあうん」を開きました。

あうんという名前には、「ここで出会った人たちと、いつか阿吽（あうん）の呼吸で分かり合えるように」という夫婦の想いが込められています。

山田さんが多くの人に気軽に来てほしいと願っていることは、玄関に取り付けられた手すりや、座りやすいようにと選んだ椅子と机からも感じ取れます。

自然に生まれる人とのつながり

最初は近所の方を招いていましたが、今では一人暮らしの高齢者の方が友人と立ち寄ったり、子どもたちでにぎわったりするほど。訪れる人の様子を気にかけることはもちろん、会話の中で「○○さん、最近見かけんなぁ」などの地域の情報が入ると、民生委員としての活動に役立てることも。あうんでの何気ないやり取りが、自然な流れで地域の見守り活動につながっています。

また、あうんを訪れる人の過ごし方もさまざまです。他愛もない会話で盛り上がる人や、静かに座りながら作品を眺めて帰る人。「ぼちぼち自分のペースで」がモットーの山田さんは、訪れる人にもそれぞれのペースで過ごしてほしいと願っています。

「来てくれるだけで大切なつながり。疲れた時や一息つきたい時、あうんに行けば誰かがいてほっとできる…と思ってもらえたら嬉しいです。」

最後に…

「ご主人が今の山田さんを見たら？」

「急がんでもぼちぼちせぇって言うと思います。でも、あうんを拠点に今以上に人とのつながりを作っていきたいです。」

新しい取り組みについてはまだ決まっていません。モットー通り「ぼちぼち自分のペースで」無理なく活動を続ける山田さんを、ご主人も温かく見守っていることと思います。

あうんでのさまざまな出会いが山田さんのエネルギーになっています。

オリジナル作品を作れるイベントを開くことも。これもつながり方のひとつ。

こたつから取り換えた椅子と机は、足腰の悪い方にもくつろぎやすいと好評。

ギャラリーカフェあうん

住　　所…豊岡市日高町日置173－1
オープン日時…毎週水・木曜日　9：00～17：00
連　絡　先…090－2197－7243（山田さん携帯）

国内に住んでいる方の5人に1人は障がい当事者やその家族と言われています。
みんなで支え合って地域で暮らすことは、特別なことではなく当たり前のこと。

ぼくらは隣で暮らしてる①

多くの情報が簡単に手に入る現在。
でも、障がいに関することは、まだまだ知られていないことが多く、そのために誤解や偏見もあります。
みんなが気持ちよく暮らすために、今月から障がいのある方がどんなことに困るのか、どんなことにフォローがあると嬉しいのか、シリーズでお伝えします。

ちなみに…まちで見かけるこのマーク

何のマークか分かりますか？？

身体障害者標識 （身体障害者マーク）	**聴覚障害者標識** （聴覚障害者マーク）	**「白杖SOS シグナル」** 普及啓発シンボルマーク	**ヘルプマーク**
肢体不自由を理由に運転免許に条件のある人が表示するマーク	普通自動車を運転することができる聴覚障害者が表示するマーク	視覚障害者のSOSのサイン 見かけたら声をかけてください	内部障害や義足等配慮が必要なことを周りに知らせます

この他にさまざまなマークがあります。
内閣府HPより　マークの一例 QRコード➡

こんな本あるよ♪

生まれてきてよかった

NHK［バリバラ障害者バラエティー］でおなじみ、兵庫県姫路市出身の玉木幸則さんの半世紀。さまざまな出来事に文字通り体当たりしながらチャレンジする姿に生きる力をもらえます。

下記の障害者基幹相談支援センターで貸出しています

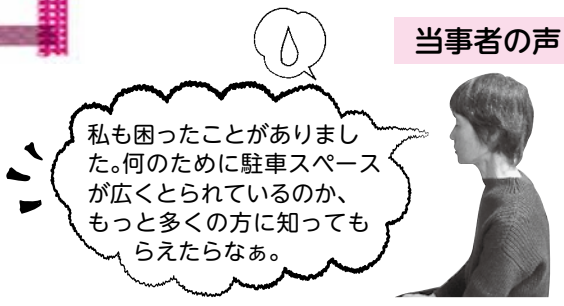
相談・問合せ先

豊岡市障害者基幹相談支援センター
豊岡市立野町12－12
電話：26－6060　FAX：26－6070

「こんなの困るわ！」4コマ写真

このあと、2人は移動のアナウンスを頼むことができず、数時間も待つことに…

当事者の声



障がい者(児)クリスマス会

各地域では、当日お手伝いいただける
ボランティアも募集します

楽しい楽しいクリスマス会♪
今年もみんなで盛り上がりましょう！

【対象者】それぞれの地域在住または施設に通所する心身障がい者(児)とその保護者

	日　時	場　所	参加費	申込期限	内　容	申込み 問い合わせ
豊岡	12月15日（土） 13：30～15：30	じばさん TAJIMA	100円	12月５日（水）	写真立て製作、うた・ダンスなどのレクリエーション	本所地域福祉課 TEL　23-2573
城崎	12月８日（土） 10：00～13：30	城崎健康福祉センター	100円	当日参加可	園児との交流、クリスマス絵本の読み聞かせ､ケーキ作り､会食	城崎支所 TEL　32-4503
竹野	12月15日（土） 13：30～15：00	竹野健康福祉センター	100円	当日参加可	クリスマスツリー飾り付け、ゲーム、ケーキ飾りつけ、みんなでおどろうなど	竹野支所 TEL　47-1423
日高	12月９日（日） 13：30～15：30	日高健康福祉センター	100円	当日参加可	ゲーム、ケーキ作り、うたなど	日高支所 TEL　42-0100
出石	12月8日（土） 13：30～15：30	出石健康福祉センター	100円	11月28日（水）	ゲーム、うたなど	出石支所 TEL　52-3024
但東	12月16日（日） 10：00～14：00	但東健康福祉センター	100円	12月７日（金）	クリスマスツリー飾り付け、会食など	但東支所 TEL　54-0181

つながり　支え合う　みんなの地域づくり

歳末たすけあい運動

「歳末たすけあい運動」は、共同募金運動の一環として行っています。新たな年を迎える時期に支援を必要とする方々が安心して暮らせるよう、福祉活動を展開しています。昨年度は､4,780,199円のご協力をいただき､ありがとうございました。豊岡市でお寄せいただいた募金は、全額豊岡市の福祉活動に活用させていただきます。

歳末たすけあい募金のつかいみち
- ○ひとり暮らし高齢者友愛訪問事業
- ○寝たきり高齢者・障がい者等友愛訪問事業
- ○見舞金贈呈事業(低所得者世帯等)
- ○里親制度支援事業

今年も12月1日から
全国一斉スタート！
ご協力をよろしく
お願いします。

恋 BELL♪

ちょっぴり早めのCHRISTMAS PARTY

日　　程	平成30年12月8日（土） 18:00～21:00
集合時間	男性　17時15分　女性　17時45分
場　　所	AK★CAFÉ（出石町福住408-28）
定　　員	男女各12名
参 加 費	男性　3,000円　女性　2,000円
参加資格	20～25歳の独身男女 ※男性は豊岡市在住または在勤
持 ち 物	**500円相当のプレゼント** 本人確認書（例：運転免許証等）
参加方法	お電話またはメールでお申し込みください メールでお申し込みの場合は「恋BELL♪」に参加、氏名、住所、携帯電話番号、生年月日を入力してください

主催/豊岡市婚活応援プロジェクト　はーとピー
豊岡市社会福祉協議会　企画総務課　担当　藤田
TEL：0796-23-2573　am8:30～pm5:30（月～金）
MAIL：heart-p@toyooka-wel.jp
H P：http://www.heart-p.com

平成30年度　赤い羽根共同募金配分金事業
『地域応援事業』第２期助成団体募集

地域の交流・ふれあいを深める催しや、地域での助け合い・支え合い等を目的とした活動に、市民の皆さまからお寄せいただく「赤い羽根共同募金」を活用し助成を行います。

【助成対象】

◆行政区において、世代間の交流を深める活動や、地域住民の交流活動、地域で支援を必要とする方を支える活動など

◆障がい者団体や介護者の会（セルフヘルプグループ）などが行う交流・仲間づくりを目的とする活動

＊自治体等の公共団体や他団体からの助成金、補助金を受けていない事業に限ります

【対象期間】
平成30年４月１日～平成31年３月31日

【助成団体】10団体

【助成金額】
30,000円以内（経費の75％以上とし、30,000円を上限とします。ただし、1,000円未満は切り捨てとします）

【募集期間】
平成30年11月22日（木）～平成31年１月11日（金）

【助成決定】提出いただいた審査書類を審査し決定

【提出書類】
下記の申込先・問合せ先にご確認ください。事業終了後、年度末に実績報告書の提出が必要になります。

【申込み・問合せ】
豊岡市社会福祉協議会　本所・各支所

からだの声、きいてる？

最終回

文　タッキー先生

こんにちはー。タッキー先生です。

さて、今日は皆さんがよくお困りの症状が表す気持ちをお話してみましょう。

私のドラッグストア時代の18万件の事例の統計ですが、同じ症状の人は同じような思い込み、思い癖を持っていることが多かったです。

これが「からだは今のあなたの本当の気持ちを教えてくれている」と考え始めたきっかけでした。

今、皆さんはどんな症状にお困りですか？

腰痛の方は「誰かの分まで頑張って責任を取らなくっちゃ」と思っていませんか？右肩が凝っている方は「今、やりたいことがあるのにできていない」と焦っていませんか？左肩が凝っている方は「自分の理想の姿になかなか思うようになれない」と思っているかもしれません。

「目は口ほどにものを言う」という言い方をします。「目」の症状はわかりやすく、充血は何かに怒っている時、近視は近いものしか見えていない、老眼は先の将来は見えているが今の自分の足元が見えていないことが多いです。白内障は水晶体が固くなる症状ですが、性格も頑なになっていくことが多いです。

これらが全部正しいとは限りませんが、自分で今の状態を「何の例えなんだろう」と考えてみると、案外見えてくることがあります。ぜひ、ご自身の症状にこころを寄せて生活してみてください。からだの声が聞こえるようになるかもしれません。からだはあなたの気持ちにきっと応えてくれますよ。

短い間でしたが連載にお付き合いいただきありがとうございました。

からだ占い：
http://karadauranai.com/
からだ学研究所：
http://karadagaku.jp/
タッキー先生公式HP：
http://tackeysensei.com/

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。

平成30年10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			
下　陰	勝地　利光	2,000	善意の預託
気　比	木下　裕正	金一封	供養
祥雲寺	岡　とし子	金一封	供養
上　陰	裏千家淡交会	10,000	善意の預託
戸　牧	豊岡病院　看護師会	43,065	善意の預託
加広町	豊岡総合高校 インターアクトクラブ	4,537	善意の預託
	匿　名	金一封	善意の預託
竹野支所受付分			
森　本	太田垣　透	金一封	供養
竹　野	今井　正夫	金一封	供養
羽　入	笠浪　幸壽	もち米	善意の預託
	匿　名	金一封	善意の預託
竹　野	濵上　千秋	金一封	供養
和　田	上野　喜美子	金一封	供養
切　濵	山崎　三代吉	金一封	供養
竹　野	中川　和久	金一封	供養
大　森	大田　弘昭	金一封	供養
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
知　見	谷垣　信作	金一封	供養
	匿　名	金一封	供養
八　代	沼田　盛繁	金一封	供養
奈佐路	長谷川　晋	金一封	供養
道　場	谷口　敏昭	金一封	供養
	匿　名	食料	善意の預託
鶴　岡	西村　英明	金一封	供養
藤　井	赤松　芙蓉	金一封	供養

住　所	氏　名	金額(円)・物品	摘　要
出石支所受付分			
	匿　名	金一封	善意の預託
日野辺	小川　貞夫	金一封	供養
但東支所受付分			
畑	農事組合法人 畑営農組合	もち米	善意の預託
	匿　名	金一封	善意の預託
	匿　名	金一封	供養
中　藤	和田　忠男	もち米	善意の預託

緊急食料支援事業　食料提供

10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	袋入りラーメン、ふりかけ
加広町	豊岡総合高校 インターアクトクラブ	米
日高町祢布	日本財団在宅看護センター豊岡　大槻　恭子	レトルト食品、シリアル
	匿　名	米
	匿　名	米

ＮＩＫＯ151号（10月25日発行）にて、施設会員様のお名前が掲載漏れとなっておりました。
ご協力いただきました会員様に心よりお詫び申し上げます。

日高支所受付（４月１日から９月30日）　特別養護老人ホーム　やすらぎの里　ひだか　様

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）
4日（火）13:00～16:00
先着８名、電話予約のみ（受付11/28（水）8:30～）
次回、1月の法律相談日は8日（火）、
予約受付12月26日（水）8:30～

12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）
7日（金）、21日（金）13:30～16:00
◆日高健康福祉センター（☎：42-0100）
12日（水）、26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

NIKO
第152号　平成30年11月25日発行
豊岡市社会福祉協議会
HP:www.toyooka-wel.jp
E-Mail：info@toyooka-wel.jp

地域福祉フォーラム

地域では時代に合わせて暮らしや文化・伝統を守る取組みが、住民みなさんの創意工夫により数多く行われています。それらの取組みから、地域活動の魅力や素晴らしさなどを知っていただき（再認識していただき）、住みよい地域づくりを一緒に考えていきませんか？

入場無料
当日参加可

日時：**平成30年12月1日(土) 13:30～16:00** (受付13:00～)

場所：**じばさんＴＡＪＩMA 多目的ホール**

内容：

基調講演

住みよい地域づくりの処方箋
～ありのままの暮らしを維持するために～

島根大学 教育学部 共生社会教育講座 教授
作野広和 氏

実践発表

①塩津区 (豊岡地域)
「塩津水曜カフェの３年間　～水曜日から始まった楽しみのススメ～」

②資母地区 (但東地域)
「のちの資母のために　～しゃってもせんなん事～」

③なごみてぇ (竹野地域)
「煌めくたけの　～楽しい地域の拠点をめざして～」

（その他、地域の活動や情報を紹介する展示コーナーもあります！）

（主 催）豊岡市社会福祉協議会
（共 催）豊岡市
（後 援）生活協同組合コープこうべ第７地区活動本部、
兵庫県社会福祉協議会

お問合せ先
豊岡市社会福祉協議会
地域福祉課
Tel：23－2573　Fax：24－4511

本所　23-2573
日高支所 42-0100　城崎支所 32-4503
出石支所 52-3024　竹野支所 47-1423
但東支所 54-0181