



マスコットキャラクター  
にじ丸ちゃん

交野市社協

検索

交野市社会福祉協議会  
ホームページ ▶



第154号

[編集と発行]

社会福祉法人

交野市社会福祉協議会

〒576-0034

交野市天野が原町5-5-1

☎ 072-895-1185

FAX 072-895-1192

✉ nijimaru@katano-shakyo.com

ホームページ <https://katano-shakyo.com/>

プレゼントもあるよ!

まみのしらな  
かたの

# ザ★クイズラリー

2022 7/21(木)~10/31(月)

さんか  
参加  
むりょう  
無料

し  
知らなかった交野の魅力を発見してみませんか? (〇〇)

ちず  
地図をたよりに社会福祉施設をまわって、クイズに答えるとプレゼントがゲット

できます!

とも どうし おやこ  
友だち同士や親子などで参加して、夏休みの思い出づくりや自由研究のヒント

にしてください。

くわ  
詳しくはこちらから



小中学生対象!

★ 問い合わせ ★

社会福祉法人 交野市社会福祉協議会

担当 よしだ よねたに おのだ ふなやま  
吉田・米谷・小野田・舟山

☎ 072-895-1185 FAX 072-895-1192

Mail nijimaru@katano-shakyo.com

### 今号の内容

P.2 ボランティア体験プログラム/  
学生ボランティア募集

P.3 令和4年度 地域貢献連絡会の出前講座一覧

P.4 令和3年度 社協事業・決算報告

P.5 地域包括支援センターコーナー

認知症介護者向け講座/はまゆりの会と本人ミーティング合同イベント/にじ★カフェ

P.6 保健だより 脱水症・熱中症を防ごう

P.7 ふくし教育/社協の出前講座 活動紹介

P.8 交野地区募金会からのお知らせ/善意銀行

●新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、催しなどの開催を中止・延期する可能性があります。開催の可否については、事前に社協のホームページで確認または問い合わせをお願いします。

アカウント名: 交野市社会福祉協議会



Instagram



フェイスブック



ツイッター



# 参加者募集!

## 夏のボランティア体験プログラム

～つながり×新しい活動×チャレンジ～

「人が好き」「誰かの役に立ちたい」「余暇時間を有意義に過ごしたい」そんな思いをボランティア活動でカタチにしませんか。オンラインでの交流や分別活動など、コロナ禍でもできる方法や分野もあります。未経験者や社会人、学生さん、地元と一緒に活動しましょう。1日だけの参加でも大丈夫です!体験以外の活動相談も随時受け付けています。

**対象** 市内在住の高校生以上

**ところ** 交野市ボランティアセンター

**定員** 各回15人まで  
※事前申込制①のみ5人

**申し込み** 交野市ボランティアセンター  
☎072-894-3737  
FAX072-891-3340

◎申込書は社協HPからもダウンロードできます。



＼申し込み／



### 体験内容

- 登録ボランティア向けICT講座の講師サポート  
●8/10(水) 午後1時30分～3時30分  
[Gmail活用法]
- 障がい者との交流  
「ほほえみ」ベルマーク分別体験  
●8/25(木)、9/1(木)、9/8(木)  
午前10時30分～12時
- 避難所運営カードゲーム「HUG」  
●8/25(木) 午後1時30分～3時30分
- 学生交流会 活動紹介や意見交換(オンライン参加可)  
●9/7(水) 午後1時30分～3時30分



### 参加者交流会(オンライン参加可)

- 9/12(月) 午後1時30分～3時30分
- ①～④までのいずれかに参加した人が対象です。

# 学生さん! ボラセンへいらっしゃ～い

今年の3月に発行されたコロナ禍におけるコミュニティ支援や地域活動の促進事例集「コミュニティ支援のすゝめ」(岩手県被災地コミュニティ支援コーディネート事業)に**交野市ボランティアセンターの学生ボランティアが紹介されました。**

掲載内容は、令和2年度ボランティアの日々の活動を制限せざるを得ない中、「大学のない交野市にも何かしたいと思っている学生がいるのではないか」という思いから、学生ボランティアを募集。コロナ禍で思うように活動ができない状況ですが、実際の活動の様子が掲載されています。



子ども食堂の運営には多くの方が携わっていることを知りました。

ボランティアセンターでは引き続き学生ボランティアを募集しています。上記の夏のボランティア体験プログラム④への参加もお待ちしております。当日参加できない人は、個別面談・Zoomによるオンライン相談も可能です。学生限定の夏休みの活動もありますよ!



コミュニティ支援のすゝめ  
[増補版]



### 問い合わせ

交野市ボランティアセンター

☎ 072-894-3737

FAX 072-891-3340

Mail katabora1994@katano-shakyo.com



てんば  
担当:天場

令和  
4年度

# 交野市社会福祉施設 地域貢献連絡会

## 出前講座一覧



### ★★★★ 依頼にあたって ★★★★★

市内在住のおおむね10人以上のグループが対象です。各施設の依頼受付担当者の方にご連絡いただき、日程・内容・時間等ご相談ください。

(携帯電話から連絡する場合は、連絡先の前に市外局番の072をつけてください)

### ◆交野市社会福祉施設地域貢献連絡会とは

交野市内における高齢者施設・障がい者施設・保育施設などの社会福祉施設が分野を越えて、交野市内の様々な地域福祉課題に協働して取り組み、地域福祉の向上に寄与することを目的とした連絡会です。

施設名・住所・連絡先	講座名	内容
<b>豊年福祉会 明星</b> 星田8-6-7 <b>天の川明星</b> 藤が尾2-5-22 ☎891-4974	施設見学ツアー	老人ホーム、デイサービスセンターってどんなところ?という方に施設内をご案内致します。
	介護保険とサービスと一般的な知識としての施設入所について	介護保険制度とサービスの種類や利用方法、様々な種類がある高齢者施設についてその内容や利用金額などを説明します。
<b>ケアハウスきんもくせい</b> 南星台2-5-15 ☎895-2468	認知症の人への対応 ~介護職員からのメッセージ~	認知症とは?対応の心がけやアドバイスを認知症の人と日常接している介護職員がお話しします。
	知ってらくらく介護講座 ~ご本人と介護者が共に楽にならしましょう~	車椅子の操作方法、移乗の方法、衣類の着脱方法、食事介助の方法を介護福祉士が実技でお伝えします。
	ケアハウスはどんなところ?	サービス付き高齢者向け住宅や有料老人ホームとの違いについて説明します。(施設見学含む)
	施設での看取りケアについて	ケアハウスや特養での看取りケアについての説明をします。
	認知症の方へのかかり方について (施設版)	軽度の認知症から、重度の認知症までかかり方によって進行度が違うことなどを事例をあげてわかりやすく説明します。
	介護保険とサービスの利用方法について	専門的な在宅リハビリ、訪問看護の使い方までケアマネジャーが説明します。
<b>特別養護老人ホーム 美来</b> 倉治4-40-7 ☎810-8670	人生の終い方、ACP (アドバンス・ケア・プランニング)	人生の終い方や意思決定能力低下に備えての対応プロセスについて説明します。
	医療連携とは	入院から退院して在宅に帰るまでのプロセスを説明します。
	ケアマネジャーの選び方	ケアマネジャーの選び方のポイントを説明します。
	介護技術	離床介助、更衣介助、オムツ交換、車いす操作、歩行介助等。
	健康教室	希望に応じて対応します。
<b>介護老人保健施設 青山</b> 青山3-432 ☎893-0328	介護保険ってなあに?	介護保険サービスの使い方。
	特養とは?	特養に入るまでの流れ、入所後の生活など。
	介護食とは?	高齢者施設での食事提供について。
<b>介護老人保健施設 青山</b> 青山3-432 ☎893-0328	介護保険入門	介護保険の利用の仕方から、通所系サービスや入所系サービスの種類や違いについて説明します。(希望があれば施設見学にも対応します)
	介護技術教室	移乗介助、更衣介助、食事介助など在宅でも役立つ介助技術をお伝えします。
<b>サール・ナートかたの</b> 私部南1-490 ☎892-7777	必ず知っておきたい! 介護保険講座	介護保険制度と利用方法やサービスの種類などの説明。
	施設見学ツアー	特養・ショートステイ・デイサービスのご案内。内容や利用方法、金額など。
<b>交野自立センター</b> 寺4-590-1 ☎893-4523	高次脳機能障がいについて	高次脳機能障がいの基礎的な知識についてお話しします。(実施については要調整)
<b>心生会 ミルキーウェイ</b> 天野が原町 2-14-20 ☎896-5656 <b>みのり</b> 天野が原町 2-14-18 ☎893-9511	精神疾患と精神障がいについて	精神疾患の代表例と疾患と障がいの違いについて説明するとともに精神障がい理解を深めます。(施設見学を含む)
	地域福祉について	当法人の歩み、活動を紹介しながら、コミュニティソーシャルワークについて重要性や課題を話し合います。(施設見学を含む)
	障がい者ホームヘルパーについて	介護給付ではなく訓練等給付であることから制度のねらいと支援の実際を紹介いたします。
	障がい者グループホームについて	世話人とともに利用者の生活環境を紹介し「暮らし」に視点をあてた支援を説明します。(施設見学を含む)
<b>かたの福祉会</b> 寺4-590-1 ☎892-6671	障がい支援について	生活、就労支援の現状を紹介いたします。(施設見学を含む)
	知的障がいについて	知的障がいについての理解、接し方などの講座。施設見学及び職場体験など。
<b>New わかばこども園</b> 私部1-22-1 ☎891-1824	絵本の読み聞かせについて	絵本の読み聞かせとその効果。

ご希望に添えない場合もございますが、あらかじめご了承ください。

令和4年4月時点

6月7日の理事会・6月28日の評議員会で、令和3年度事業および決算が承認されました。主な事業および決算についてご報告します。

## 令和3年度 社協事業報告

新型コロナウイルス感染症が拡大する中、校区福祉委員会活動・ボランティア活動などの多くの福祉活動が中止となることもありましたが、「今出来ること」を試行錯誤し、繋がりを絶やさない活動を推進することが出来ました。また、市民・各関係機関・各委員の協力を得て、交野市の地域福祉活動を具体的に推進していくための指標である「**第4期交野市地域福祉活動計画**」及び、各校区福祉委員が携わる「**校区福祉委員会アクションプラン**」を策定しました。令和4年度～令和7年度までの4年間、計画に沿って地域福祉活動を推進していきます。

社協の新たな取り組みとして、様々な世代の方への情報発信のツールであるSNS (Instagram・Twitter・Facebook) を立ち上げ、試行錯誤を繰り返しながら各事業の情報を発信しています。

また、各相談支援事業の中では、生活課題を抱える児童・高齢者・障がい者・生活困窮者が安心して日々の生活が送れるよう職員の資質向上を図り、事業を推進しました。

## 令和3年度 社協決算報告

(単位：円)

人件費支出 153,989,551 (47.4%)

事業費支出 112,252,474 (34.5%)

事務費支出 23,197,758 (7.2%)

助成金支出 11,084,240 (3.4%)

支払利息支出 224,575 (0.1%)

その他の支出 304,919 (0.3%)

事業活動資金収支差額 23,151,900 (7.1%)

歳出 324,205,417

歳入 324,205,417

会費収入 5,379,900 (1.7%)

寄附金収入 406,464 (0.1%)

経常経費補助金収入 33,534,925 (10.3%)

受託金収入 232,964,123 (71.9%)

事業収入 23,416,777 (7.2%)

介護保険事業収入 26,675,668 (8.2%)

受取利息配当金収入 128,631 (0.1%)

その他の収入 1,698,929 (0.5%)

## 交野市社協職員構成

令和4年3月31日現在 (人)

会 長		1
常務理事兼事務局長		1
事務局次長兼課長		2
総務・経理担当	正規職員	1
	非常勤	2
	アルバイト	1
地域福祉・在宅福祉担当	正規職員	6
	非常勤	3
	アルバイト	4
地域包括支援センター	正規職員	4
	非常勤	10
	アルバイト	3
職員総数		38

## 決算総額

324,205,417円



## 交野市 地域包括支援センターコーナー

高齢者の皆さんが住み慣れた地域でいきいきと生活出来るように支援いたします

### 認知症介護者向け講座

#### 「介護者家族向け認知症講座」を開催します

高齢化が進み、介護を必要とする人が増加しています。これに伴い、ご家族の介護を行う人も増えてきました。今回は、仕事と介護の両立に向けて、自身もまた、介護者家族と認知症専門医として両立されている松本先生に、お話をさせていただきます。



**と き** 9月21日(水) 午後2時～ (受付開始 午後1時30分～)

**と ころ** ゆうゆうセンター 4階 交流ホール

**内 容** ・基調講演「介護と仕事の両立支援について～医師として、介護者家族として～」  
・介護者家族へのインタビュー

**講 師** 医療法人圓生会 松本診療所 (ものわすれクリニック) 理事長・院長 まつもと いっしゅう 松本 一生 先生

**対 象** 認知症の家族を在宅で介護されている人、講座内容に関心のある人

**定 員** 150人 **費 用** 無料 **申し込み締切** 9月14日(水)

### はまゆりの会と本人ミーティング合同イベント

#### 「認知症の人と介護者家族の音楽会」を開催します

ご自身や家族の病気の事や、これからの事など、一人で悩んでおられませんか？  
素敵な曲を聞きながら、同じ立場の方々とお話ししたり、ご家族と一緒にゆっくりとコーヒーを楽しんだり、思いのひとときを過ごしてリフレッシュしましょう！

**と き** 9月26日(月) 午前10時～午後4時※出入り自由。お好きな時間にお越し下さい。

**と ころ** ゆうゆうセンター 1階 レストランスペース (にじ★カフェ内)

**内 容** 参加者同士の歓談や楽器演奏等

**対 象** 認知症の人や介護者家族など **費 用** 無料 (ドリンク代実費)



### 通いの場「にじ★カフェ」

時間内であれば、いつ来てもよい、いつ帰ってもよい、自由な通いの場です。

☆申し込み不要☆参加費無料☆お気軽にお越しください♪

**と き** 毎週月曜日 午前10時～午後4時 (8月15日はお休み)

**と ころ** ゆうゆうセンター 1階 レストランスペース

**対 象** 交野市内にお住まいの高齢者やその家族など



随時情報  
更新中!



フェイスブック



にじ★カフェ Face  
book



インスタグラム



にじ★カフェ Inst  
agram



6月13日にオープンしました!!

申し込み・問い合わせ 交野市地域包括支援センター (ゆうゆうセンター 1階交野市社会福祉協議会内)

☎072-893-6426 FAX 072-895-1192 担当 たなか おおぬき よしかね 田中・大貫・吉兼

# 保健だより

## ～脱水症・熱中症を防ごう～

### 筋肉量が低下するフレイルは脱水のリスクも高まります

フレイルとは、老化により心身の活力や社会的な側面の活力が低下し、生活機能障害や要介護状態の危険性が高くなった状態をいいます。心身の働きが低下し筋肉量が少なくなると、体内に蓄えられる水分貯蔵量も減り、脱水症や熱中症のリスクが高まります。また、年をとるほど体内水分量が減り、成人は体重の60%から、高齢者は50%と少なくなり、脱水症状になりやすくなります。

### 脱水症・熱中症予防のポイント

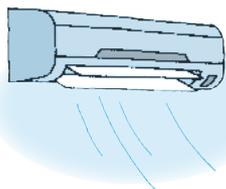
フレイルを防ぐとともに、脱水症や熱中症を防ぐために、食事をしっかりと、適度に体を動かし、こまめな水分補給を心がけましょう。

#### ◎意識して定期的に水分をとみましょう



高齢になるとのどの渇きを感じにくくなるので、意識してこまめに水分をとみましょう

#### ◎エアコンや扇風機を使い室温28℃、湿度70%以下に保つようにする



#### ◎汗をかく運動をする



涼しい時間帯を選んで、ウォーキングなど汗をかく運動で、暑さに強い体づくりをしましょう

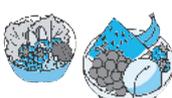
#### ◎食事をしっかりとる

##### 肉・大豆食品



豚肉や大豆食品はタンパク質や脂肪、ビタミンが豊富で、夏バテ予防に最適

##### 野菜・果物



ビタミンCが豊富な野菜や果物はからだの調子を整えます

##### ゼリー・ところてん



ゼリーやところてんは、のどごしがよいので食べやすいです

##### 牛乳・プリン

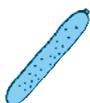


牛乳やプリンは、少量でもエネルギーがとれます

### 旬の食材を食べて脱水症予防

夏野菜には、水分やカリウムが豊富に含まれており、脱水症予防や高血圧予防に効果的です。

#### 水分がたっぷり 夏が旬の食材



キュウリ



トマト



ナス



トウモロコシ

#### ◎トウモロコシは高エネルギー食材

トウモロコシは糖質と炭水化物が多く含まれ、エネルギーの高い食材です。疲労回復に役立つビタミンBも含まれており、夏バテ解消にも期待できます。

### 身近なところで心配な方に気づいたときは

#### 交野市地域包括支援センター

連絡先 ☎072-893-6426

ご相談ください

#### 認知症初期集中支援チームが地域包括支援センターにあります

認知症の方（疑いのある方）や、その家族に対して、専門家である担当者が早期治療・早期対応に向けた支援を行います。

#### 開設日

月～金曜日  
午前9時～午後5時30分  
祝日・年末年始を除く



## かたの七夕プロジェクト

～世代を越えて心がつながる願いごと～

更生支援と世代間交流による生きがいづくりを目的として、交野市および交野女子学院、関係機関・企業等と協働し、「かたの七夕プロジェクト～世代を越えて心がつながる願いごと～」と題して、七夕の笹飾りや短冊を作成・展示しました。市内の高齢者の通所施設利用者や園児・保護者、また来場した市民も短冊に願いをこめました。「星のまち☆かたの」をもりあげるため、世代を越えた多くの人の協力のもと、心のバトンが繋がりました。



ゆうゆうセンター

笹に飾りきれないほどの短冊が届きました ✨



子どもたちの笑顔の思い浮かべながらの短冊づくり



フレンドマート交野

僕もいっぱいお願いごとしたよ

## 社会福祉協議会の 出前講座 活動紹介

令和4年5月号で「**知らなきゃ損する福祉のアレコレ**」社会福祉協議会の出前講座」と題して、福祉の制度や相談窓口などを、身近な事例を用いてわかりやすく説明する講座一覧を掲載しました。さっそく依頼をいただき、いろいろな地域で出前講座を実施しましたので、ご紹介します。

### 6月7日 交野みらい校区福祉委員会 いきいきふれあいサロン in 梅が枝

「これってどこに相談したらいいの? ～地域の福祉相談窓口の紹介～」

気持ちの良い風の吹く日、上記テーマに沿って、地域包括支援センター、コミュニティソーシャルワーカー事業、生活困窮者自立支援事業の3つの事業担当が事例を交えながら、各相談窓口についての説明を行いました。また、ブレイクタイムには脳を活性化する運動『ブレパサイズ』の動画を見ながら、実際に皆さんと体を動かしました。『これってどこに相談したらいいの?』と迷われた際は、まずは社会福祉協議会までお気軽にご相談ください。

### 6月26日 旭小学校区福祉委員会 役員研修会 in 星田山手

「移送サービスについて」



旭小学校区福祉委員会の役員さん向けに「移送サービス」の説明、福祉車両の乗車体験・見学を行いました。福祉車両に車いすのまま乗り込む体験時、電動ウインチベルトで楽々スロープを上っていく様子を見て、「へー、押し上げる力はいらんの?」という驚きの声が上がりました。多くの人に「移送サービス」を知っていただき、ご活用いただけると嬉しいです!



スロープを下るときは少しこわいねー

### 6月27日 郡津小学校区福祉委員会 お楽しみサロン in 幾野

「困りごと」迷った時、相談先は?

夏の兆しを感じられる日、コミュニティソーシャルワーカー (CSW) から上記のテーマに沿って、事例を交えながらお話をさせていただきました。講座開始時には、「コミュニティソーシャルワーカー」という言葉に馴染みがなかったというお声もある中、出前講座の終了後には『福祉の困りごとなんでも相談窓口』について、「よくわかりました」というご感想をいただきました。コミュニティソーシャルワーカー=福祉のなんでも相談員



「困りごと」迷った時の相談先はCSWへ!

交野地区募金会からのお知らせ

# 令和5年度の 地域福祉事業を支援します

交野地区募金会では、今年も「赤い羽根・歳末たすけあい募金助成金事業」として、地域組織やボランティア団体などが交野市内で展開する地域福祉活動に対して助成します。なお、助成金の原資は令和4年度「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい募金」でいただく募金であり、大阪府共同募金会からの配分を受けた額の範囲となります。

### 助成限度額 (1団体)

- ① 地域組織団体 (行政区) **25万円以内**
- ② ボランティア団体・市民活動団体 **10万円以内**

### 対象事業期間

令和5年4月1日から令和6年3月31日まで

### 募集期間

8月1日 (月) から8月31日 (水) まで

### 申請・問い合わせ

**交野地区募金会** (交野市社会福祉協議会内)  
要綱・申請書類の配布は窓口ならびにホームページ

☎ 072-895-1185

FAX 072-895-1192

### ◆◆ 共同募金とは ◆◆

共同募金は、民間の福祉事業や地域福祉を行う住民を応援するために行われる募金です。皆様からお寄せいただいた寄付金は、社会福祉施設・民間福祉団体に配分され、地域福祉活動の推進に幅広く活用されます。ご寄付いただいた皆様の地域で生きる寄付金です。

### ◆◆ 共同募金運動の期間 ◆◆

毎年、10月1日から12月31日まで「**じぶんの町を良くするしくみ**」をスローガンに全国一斉に展開されます。



赤い羽根共同募金シンボルキャラクター  
愛ちゃんと希望くん

## 善意銀行

交野市社会福祉協議会の善意銀行に、次の方から預託していただきました。この善意に厚くお礼申し上げます。

4月～6月まで

4月19日	交野市グラウンド・ゴルフ協会さんから	2,500円
26日	(株) 栄 交野ガスリビングさんから	6,800円
5月23日	青山の匿名さんから	200,000円
23日	交野市グラウンド・ゴルフ協会さんから	2,700円
24日	NISI歌謡教室さんから	11,231円
30日	(株) 栄 交野ガスリビングさんから	6,800円
6月 2日	Aさん (匿名) から	米90kg
28日	(株) 栄 交野ガスリビングさんから	6,800円

