

# 社協だより

社会福祉法人  
宇陀市社会福祉協議会  
〒633-2221  
宇陀市菟田野区松井502番地  
TEL 0745-84-4116  
FAX 0745-84-3600



【石舞台の前で】

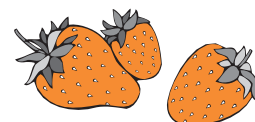


## 主な内容

- 2面・・・役員会の報告、会長・副会長就任のあいさつ、新役員の紹介
- 3面・・・平成22年度当初予算
- 4面・・・平成22年度事業計画・事務局長就任のあいさつ
- 5面・・・介護予防講演会
- 6面・・・室生中学校福祉体験学習、絵手紙ボランティア募集
- 7面・・・相談日のお知らせ、いきいきサロンの紹介⑫
- 8面・・・リサイクル情報、人事異動

## いちご狩りを楽しみました

3月17日（水）、在宅で介護されている『在宅介護者の会：やすらぎの会』が、明日香方面へいちご狩りと石舞台周辺の散策に行きました。皆さん、毎日の介護からひと時離れ、心と身体を休めてリフレッシュされました。



# 役員会が

## 開催されました

2月22日及び3月11日に理事会及び評議員会を開催し、経理規程の一部改正、平成21年度補正予算、平成22年度予算及び事業計画などを審議し原案どおり可決しました。

また、任期満了に伴う役員改選が行われ、会長及び副会長が選任されました。

新しい役員名及び改正した規程の主な内容は次のとおりです。

会長 森田伊佐男



副会長 寺中友紀



### 会長・副会長就任のあいさつ

3月11日開催の理事会において、宇陀市社会福祉協議会の会長・副会長に就任いたしました。

市民の皆様には、平素より社会福祉協議会の活動にご支援ご協力を賜り心より感謝申し上げます。

さて、現代の日本社会は、急速な少子高齢化が進むとともに、福祉に対するニーズがますます多様化しており、地域福祉を推進する社会福祉協議会の重要性が求められているところであります。

宇陀市社会福祉協議会といたしましても、その多様化するニーズに対応するために、地域に根付いた地域福祉事業の構築、ボランティア活動支援並びに介護予防事業等を幅広く展開するとともに、「誰もが安心して暮らすことのできるまちづくり」に努めてまいりたいと存じます。

今後とも市民の皆様をはじめ、多くの方々より一層の温かいご指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。就任の挨拶とさせていただきます。

会長 森田伊佐男  
副会長 寺中友紀

### 理事

会長 森田伊佐男  
副会長 寺中友紀

森田伊佐男  
寺中友紀  
泉岡正弘  
岸岡寛式  
松岡薫  
鈴木口齊

西村道代  
窪井藤市郎  
濱田嘉也  
出川康夫  
甲斐一三  
小林一三

### 監事

石増憲博  
森田博治  
駿河義明  
吉岡明洋

### 評議員

戸嶋敬志  
井本政史  
梅村彩子  
藤本邦子  
藤本邦子  
中尾清彦  
藤村秀和  
奥本功也  
角谷和昭  
尾崎章子  
尾上雅之  
松平雅之  
白毛良夫  
辰井秀夫  
森岡恭宏

森 家 誠  
竹 田 一  
中 野 利 一  
植 田 え 子  
小 西 ゆ かり  
上 井 由 里 子  
大 西 順 茂  
喜 田 順 啓  
山 本 良 治

〔順不同敬称略〕

**経理規程の一部改正**

法律の改正に伴い文言の整理を図り、経理規程の一部を改正しました。

**平成21年度補正予算(第2号)**

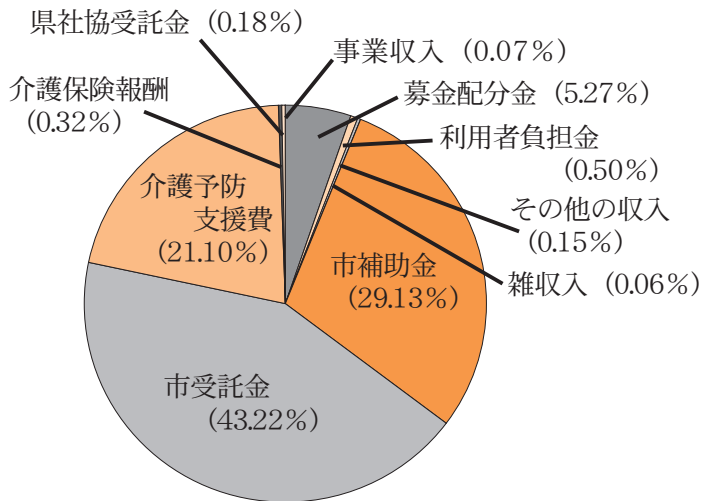
職員の退職金及び共同募金事業の精算に伴い、20,839,177円を追加し、補正後の予算額は、126,623,177円となりました。

**平成21年度補正予算(第3号)**

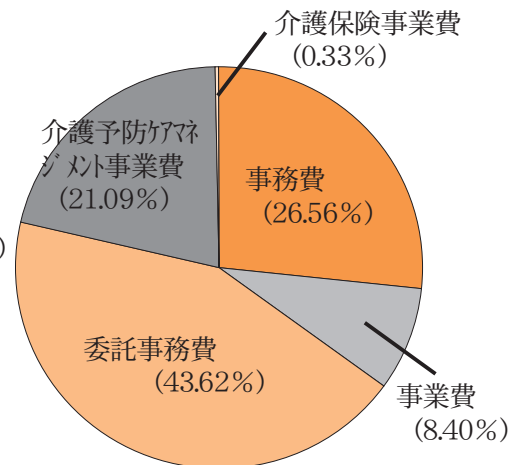
各事業の精算に伴い3,994,200円を減額し、補正後の予算額は、122,628,977円となりました。

平成22年度当初予算

**収入**



**支出**



**収入**

(単位：円)

区分	予算額
事業収入	76,000
募金配分金	5,850,000
利用者負担金	553,000
その他の収入	163,000
受取利息	4,000
寄附金	10,000
その他	149,000
雑収入	70,000
市補助金	32,303,000
市受託金	47,935,000
介護予防支援費	23,400,000
介護保険報酬	360,000
県社協受託金	200,000
合計	110,910,000

**支出**

(単位：円)

区分	予算額
事務費	29,458,000
事業費	9,319,000
配分金支出	5,852,000
地域福祉活動推進	1,217,000
らくらくバス	1,720,000
移送サービス	215,000
その他	315,000
委託事務費	48,373,000
地域包括支援センター	41,500,000
いきいきサロン	2,621,000
一人暮らし高齢者	3,334,000
家族介護教室	100,000
家族介護者交流	250,000
心配ごと相談	568,000
介護予防ケアマネジメント事業費	23,400,000
介護保険事業費	360,000
合計	110,910,000

## 平成22年度 宇陀市社会福祉協議会事業計画

本会は「誰もが安心して暮らすことのできるまちづくり」を目指し、地域福祉の推進、ボランティア活動の推進等積極的な活動に取り組んでいきます。

安心安全のまちづくりのため、多くの人々とのネットワークを築き、地域の皆さまに必要とされる宇陀市社会福祉協議会を目指し、次のような事業を推進します。

### 【重点目標】

#### □福祉のまちづくりに向けてのネットワークづくり

地域で困りごとを抱えている人が地域で孤立することなく安心して暮らせるまちづくりをするために行政及び民生児童委員、自治会長並びに福祉関係団体等とネットワークづくりをしていきます。

その一環として、独居高齢者を見守り支えあう意識の醸成と体制づくりを目指し、宇陀市高齢者安心安全ネットワーク推進事業を実施します。

#### □ボランティア活動への育成支援

地域で活動しているボランティアの育成、支援を行います。

#### □介護予防事業の推進

元気な高齢者が要介護状態にならないように、そして介護が必要な人もそれ以上悪化させないように、生涯を通じて自立した暮らしが出来るよう支えていくことを目指します。

▽社協組織の運営

▽安心安全ネットワークづくり

▽地域福祉活動事業

いきいきサロン、福祉有償運送、らくらくバスの運行、お元気コール、声の便り広報、絵手紙通信、認知症の方とその家族の方への支援等。

▽地域包括支援センター事業

地域で暮らす高齢者の皆さんを、介護、福祉、健康、医療等さまざまな面から総合的に支え、いつまでも健やかに住み慣れた地域で生活していけるように支援していきます。

▽日常生活自立支援事業

判断能力が十分でない方に、福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理などの援助を行うことにより、在宅で自立して地域生活を営めるように支援します。

▽総合相談・専門相談(弁護士、精神科医)・心配ごと相談の実施

▽居宅介護支援事業

▽ボランティアセンター事業

▽生活福祉資金貸付事業

▽共同募金運動の推進

▽善意銀行の運営

▽広報誌等の発行

▽家族介護者交流事業

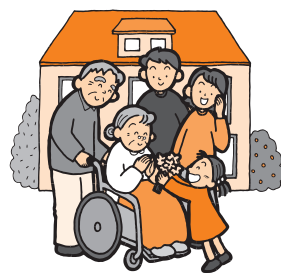
▽家族介護教室

▽福祉用具の貸与

▽不用品のリサイクル運動の仲介

▽社会福祉大会の協力

▽その他福祉に関する事



### 事務局長就任のあいさつ

このたび4月1日付けをもちまして宇陀市社会福祉協議会事務局長に奉職させていただきました。

私、微力ながら住民の皆さまが地域で安心して暮らせるまちづくりを進めるお力になれるよう職員一丸となって邁進していく所存であります。

今後とも前任者同様にご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

宇陀市社会福祉協議会

事務局長 石本淳應

# 介護予防

## 講演会

### 開催される

3月12日(金)、宇陀市農林会館において、「今日から始めよう介護予防」と題して、四つ葉のクローバー理学療法士 江藤隆夫氏に講演していただきました。

寝たきりにならないように健康な身体を維持するために、適度に運動することによって、年をとっても筋力をつけることができ、介護予防にもなることを、講話や軽い運動をまじえて教えていただきました。

終了後参加者から感想をいただきましたのでご紹介します。



### 介護予防講演会に参加して

室生区 松村三枝子

理学療法士 江藤隆夫先生から、生涯を自分らしくいきいきと暮らせるよう、今日から実践できる介護予防のコツについてのご講話と、軽い運動の実技をご指導いただきました。

資料の冒頭に **祝！世界一寿命の長い国・日本！** と大きく書いてあり、下欄に、実は寝たきりの数でも世界一位 とあり愕然……。なんと、不名誉な世界一ですね。

最近の友達との会話は、「体力、衰えてきたなあ」から始まり、健康維持の話、老後の話になり、「子どもたちに迷惑をかけずに最後を迎えたいなあ。まして寝たきりは、絶対に嫌やなあ」で終わります……。が、現実世界一位だったとは……。

これは大変、将来私もこの数にカウントされたら大変や。寝たきりは運動で防ぐことができ、加齢による筋力低下の回復のため筋力トレーニングを継続して行い、プラスしっかり歩くことが理想的であり効果がある。年齢を重ねることで確実に筋肉が弱くなりもつと筋トレが大変になると言うお話に納得もし、筋肉が強くなる効果的な筋トレに向けて一念発起致しました。その後、一番基本で一番大切な運動ということで実技を行い、受講者の皆さんは、1・2・3のかけ声と共に必死の形相で筋力強化運動に挑戦。普段使わ

ない筋肉も私も悲鳴をあげてしまいました。先生がおっしゃるには、筋肉痛は筋力が強くなっている証だそうです。

人間の限界寿命は百二十歳だそうですから、1歳でも近づけるよう介護予防のための「1日の生活運動習慣」をしつかり実践し、いつまでも元気で自分らしくいきいきと暮らし、世界一の汚名を返上するために及ばずながらもがんばります！実りある講演会でした。

感謝！感謝！



# 室生中学校



2月10日(水)、宇陀市立室生中学校1年生を対象に、「福祉の心」について社会福祉協議会の職員が講演させていただきました。

生徒のみなさんは熱心に話を聞き、また妊婦疑似体験などにも率先して参加してくれました。

その時の感想文の一部を紹介します。

- ★ 福祉には、高齢者福祉、児童福祉、障がい者福祉などがあります。自分のあいさつから始まり、笑顔になり、人に手助けをすることで自分も幸せな気持ちになります。ちょっとした気配りや好意で人を助けることができ、人の事を考えることができると知りました。忘れないように活かしていきたいです。



- ★ 人を助けることで自分の気持ちが温かくなります。これからも人を助けられる場面に遭遇したら、迷わず声をかけようと思いました。

- ★ お腹の中に赤ちゃんが入っているという大変さを体験しました。ずっと立っていたら重たいし、すぐ疲れてしまうなあ、と思いました。今日の体験を忘れずに、電車の中やバスなどで妊婦さんを見かけたら、席を譲ろうと思いました。赤ちゃんも重くて大変でした。

- ★ 福祉は、目の不自由な人や耳の不自由な人達を助ける事が福祉と思っていました。でも話を聞いて身近にも福祉がある事を学びました。妊婦さんの体験をしてお腹に石をいっぱい入れたような感じで、歩くのがすごくしんどくて肩がすごく痛かったです。次に赤ちゃんを抱いてみたら首もすわってなく、すごく重かったです。これからは、席を譲りたいです。



## 絵手紙 ボランティア募集

いつも素敵な絵手紙ありがとう。



心を込めて描いていただいた絵手紙を、市内の一人暮らし高齢者の方へ毎月1回送っています。

絵手紙が届いた方は大変喜んでおられます。社会福祉協議会では、一人でも多くの一人暮らし高齢者の方へ絵手紙を送り、喜んでいただきたいと思っています。

ボランティアで絵手紙を描いていただける方は、社会福祉協議会本所または各支所へご連絡下さい。

(電話番号は、8ページをご覧ください)

## 相談日のお知らせ

### 5月の心配ごと相談

- 5月11日(火) 25日(火)  
【時間】 午前9時～12時  
【場所】 榛原分館
- 5月12日(水)  
【時間】 午前9時～12時  
【場所】 室生地域事務所
- 5月17日(月)  
【時間】 午前9時～12時  
【場所】 大字陀人権交流センター
- 月～金曜日(祝日を除く)  
【時間】 午前9時～午後5時  
【場所】 社会福祉協議会

#### お問い合わせ先

社会福祉協議会 (☎84-4116)

### 弁護士による福祉専門相談

- 5月12日(水) 先着2件【要予約】  
【時間】 午前10時～12時  
【場所】 社会福祉協議会  
【申込締切】 5月6日(木)  
【申込先】 社会福祉協議会(☎84-4116)

### 精神科医による専門相談

- 5月31日(月) 先着2件【要予約】  
【時間】 午後2時～4時  
【場所】 社会福祉協議会  
【申込締切】 5月24日(月)  
【申込先】 社会福祉協議会(☎84-4116)

※弁護士・精神科医の相談日時と場所は、変更する場合があります。

## あなたの地域のいきいきサロン ～紹介⑫～



歌「麦畑」の新婚さんを熱演する会員の二人(寸劇)

〔サロン名〕 ひばりの会  
〔開催場所〕 宇賀志集落センター  
〔対象地域〕 菟田野区宇賀志

「みんなでしゃべって、笑って、歌って、おおいに楽しもう！」をモットーに20名の会員と5名のボランティアが集落センターに集っています。開催時間の1時間前にはすでに会員の皆さんの明るいあいさつや顔をつきあわせての楽しそうなおしゃべりが会場に響いており、月1度のサロンをととても楽しみにしておられる様子が伝わってきます。「共に寄り添い、学び合い、高め合い、支え合う地域の大切な仲間」として、高齢者の皆さん一人ひとりの豊かな経験と豊富な知識やそれぞれの特技などをサロンの中で披露、発揮していただける活動内容を多く組み入れています。高齢者の皆さんが楽しく、意欲的に活動される姿にボランティアも多くの事を学ばせていただくと共に大きなパワーもいただいています。



## リサイクル情報



★申し込みは、社会福祉協議会本所までご連絡下さい。  
( ☎ 84-4116 )

社会福祉協議会では『もったいない』そんな心を大切に、リサイクルをしています。  
家庭にある不用品を譲ったり、求める人の仲介を行っています。  
ただし、家電製品は取り扱っておりません。  
譲っていただく品物は、希望者が現れるまでご自宅で保管していただきます。  
希望者が現れるまでに処分されましたら、社協までご連絡下さい。

### ☆譲ります☆

- 学習机      ●シルバー押し車      ●大人用三輪車      ●ダブルベッド
- 菟田野小学校制服 (女子 120cm)      ●ベビーベッド

### ☆譲って下さい☆

- 子供用自転車      ●婦人用自転車      ●チェスト (整理タンス)
- ぶら下がり健康器      ●榛原西小学校制服 (男子130~140cm)
- 榛原西小学校夏用体操着 (男子150~160cm)

## 人事異動を行いました

4月1日付 [ ] は旧任

- 異動 ▶ 榛原支所長心得・課長補佐 福井宏美〔榛原支所係長〕 ▶ 大宇陀支所長心得・係長 奥谷まゆみ〔大宇陀支所主事〕 ▶ 榛原支所主事 小林幸代〔総務課主事〕 ▶ 総務課社会福祉士 森脇隆友〔地域包括支援センター社会福祉士〕
  - 新規採用 ▶ 事務局長 石本淳應〔市役所市民環境部長〕
  - 転入 ▶ 総務課長 菅生久人〔市役所人権施策課長〕 ▶ 地域包括支援センター長 林佳江〔大宇陀保健センター主任〕
  - 転出 ▶ 教育委員会学校教育課長補佐 竹内和枝〔榛原支所長心得〕 ▶ 市役所ぬく森の郷所長補佐 菊岡知代〔地域包括支援センター長〕
- 《3月31日付退職者》▶ 山本高司〔事務局長〕 ▶ 南浦加代子〔総務課長〕

### 宇陀市社会福祉協議会

- 本 所** 〒633-2221 菟田野区松井502番地  
(中央公民館菟田野分館内) TEL. 0745-84-4116  
FAX. 0745-84-3600
- 大宇陀支所** 〒633-2166 大宇陀区迫間25番地  
(大宇陀地域事務所内) TEL. 0745-83-3811  
FAX. 0745-83-3812
- 榛原支所** 〒633-0241 榛原区下井足825番地  
(宇陀市農林会館内) TEL. 0745-82-5645  
FAX. 0745-82-5645
- 室生支所** 〒633-0315 室生区大野1641番地  
(室生地域事務所内) TEL. 0745-92-2001  
FAX. 0745-92-3573

### 宇陀市地域包括支援センター

#### 居宅介護支援カザグルマ事業所

〒633-2221 菟田野区松井502番地  
TEL. 0745-84-4800  
TEL. 0745-84-4116  
FAX. 0745-84-3600

#### 【ご案内】

地域包括支援センター  
と居宅介護支援カザグルマ事業所は、社会福祉協議会本所内にあります。

