

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに。

福祉くるべ



それ、ぴょんって
やってみよう。

2022
04
April

特集 「地域の身近な相談相手」

スマイルワーカー 小林和佳子さんのお話 | ふだんのくらしのしあわせエピソード | ボランティア活動保険のご案内

【編集・発行】 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 令和4年4月1日発行

この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、イベントの中止や休館となることがございますので、ご了承ください。自宅での検温、来館時にはマスクの着用をお願いいたします。

2022
4

介護予防のための

元気はつらつ体操教室

黒部市福祉センター
TEL.(0765)54-1082

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5 アロマ・ヨガ	6	7 体操	8 アロマ・ヨガ	9
10	11	12 音楽療法	13 音楽療法	14 音楽療法	15 自力整体	16
17	18	19 脳トレ	20 アロマ・ヨガ	21	22 音楽療法	23
24	25	26 自力整体	27 自力整体	28 自力整体	29 昭和の日	30
5/1	2	3	4	5	6	7

アロマ・ヨガ
村田 あゆみ 先生

脳トレ
くろべ脳トレクラブ

音楽療法
岡島 聡子 先生

自力整体
稲田 清美 先生

体操
小森亜希子 先生

時間/10:00~11:00
対象/65歳以上の方
参加費/300円(入館料のみ)

介護の
豆
知識

【**古い**】は
体を休めたときから
やってきます

今まで続けていてやめてしまったことはありませんか？最近、運動不足になっていませんか？

【元気はつらつ体操教室】を開催

4月は始まりのとき…黒部市福祉センターでは、三密対策を十分に取って、介護予防教室【元気はつらつ体操教室】を開催しています。フレイル予防のためにも一度参加して、きっかけ作りをしてみませんか？



今月の表紙

新生活が始まる4月。進級や進学、就職など新しい環境に期待が膨らみます。春の陽気の下、芝生を軽快に走り出す後姿からも希望に満ちあふれているのが伝わってきます。私たちもみなさんを応援しています。

福祉・ボランティアに関することは

社会福祉法人 **黒部市社会福祉協議会**

<http://www.kurobesw.com/>



本所 黒部市福祉センター内

〒938-0022 黒部市金屋464-1 TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797
TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター) Eメール kurobesw@ma.mrr.jp

宇奈月支所・黒部市東部地域包括支援センター 黒部市宇奈月老人福祉センター内
〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111 TEL.(0765)65-1165 FAX.(0765)65-9533
Eメール tobu-houkatsu@kurobesw.jp

私たちは5GOALS for 黒部を推進しています



ちよこつと情報 [黒部市の人口] 40,455人 [65歳以上の人口] 12,907人 高齢化率 31.9% R4.2.28 現在

地域の身近な相談相手

みなさんは民生委員を知っていますか。「名前は聞いたことがあるけど、誰がやっているの?どこにいるの?何をしているの?」と思う人も多いのではないだろうか。今回はその役割と活動について紹介します。



地域のつなぎ役

民生委員は民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された無報酬のボランティアとして活動する非常勤の地方公務員です。また、児童福祉法に定める児童委員を兼ね、正式名称は民生委員児童委員といます。そして一部の方は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員として厚生労働大臣により指名されます。すべての市町村に配置されており、その担い手は地域に住む人たち。黒部市では101名の民生委員と15名の主任児童委員が住民の困りごとや心配ごとを聞いて、行政や社会福祉協議会などの関係機関、必要なサービスにつなぐ役割を担っています。また、高齢者や障がい者など地域で気になる世帯の見守り活動にも重要な役割を果たしています。

人も情報も集まる

音沢地区の民生委員を務める佐々木俊一(ささきとしかず)さん(68歳)。民生委員を頼まれたとき、周囲から聞いたのは「民生委員は忙しい」という言葉で、佐々木さんは何をすればよいのかわかりませんでした。「最初の半年間は働きながらになるけど、仕事を辞めたら時間があるなと思ったし、誰も担い手がないので



各地区の定例会で情報を共有

あれば仕方がないかと思って引き受けました」と話します。

働いていた頃は音沢を離れていた時期もあり、最初は住んでいる人の顔と名前が一致しない、情報が何もなく動けない状態でした。公民館の方々にも相談していたとき、地域支え合い推進員※の講座案内を見つけました。「講座を受けて公民館でも定期的みんなが集まる会をつくれば、この人が一人暮らしになった、この人は体の都合が悪いといった情報が入ってくるのではないかと思ったんです。佐々木さんは、地区のみなさんと協力して平成30年から「おとざわ元気会」を開始。毎週水曜日と隔週の金曜日に集まるうちに、参加者の顔と名前が一致するようになり、誰がどこに住んでいるのか、

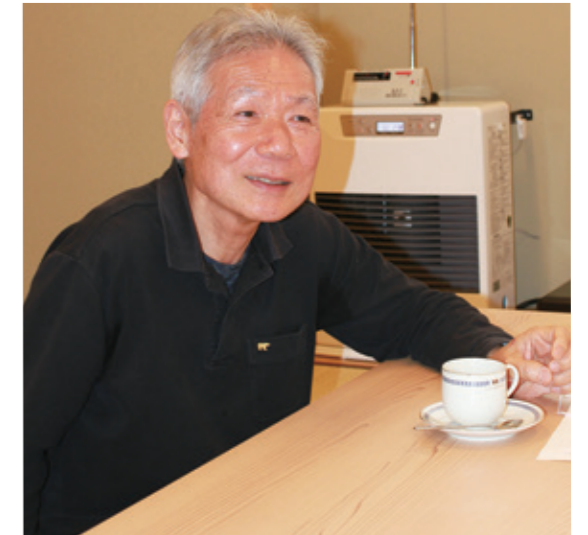
誰が入院したのか、一人暮らしになったのかといった情報が入ってくるようになりました。

みんなの協力があつてこそ

「この会がなかったら、民生委員って何をやればいいかずっとわからないままだったと思います。やるからには体操だけではなくて、みんなが生きがいを感じられるようなことをしないとね。だけど、自分だけではできない。周りが協力してくれるから、少しでも地域のためにできればなってると思う。そういう思いでいるから、私もみんなから元気をもらっているんですよ」。

佐々木さんは散歩を兼ねて高齢者の見守りをしていきます。「冬になると、行政が除雪費用を助成してくれる支援があるんです。利用したい人から自分は対象になるのかといった相談を受けたり、申請書の書き方を教えたりします。それと、いつも元気会に参加している人が急に来なくなったり、体の都合が悪くて来られなくなったりしたら、様子を見に行っていますね」。黒部市ではほかにも高齢者世帯や障がい者世帯などを対象とした支援を行っており、民生委員が申請の手伝いをしています。また、地区社会福祉協議会と一緒に高齢者世帯へお弁当や品物を届けている民生委員もいます。

地域が変わった



みんな楽しみに来てくれるのが嬉しいと話す佐々木さん

音沢地区まちづくり推進員の島崎清美（しまさきよみ）さんは、「俊一さんは地区になくはない存在。みなさんも何かあれば俊一さんに相談すればいいと思っています。民生委員を身近に感じてらっしゃると思います。フットワークが軽くてすぐに対応してくださるので本当に安心します」と話します。

おとざわ元気会ができて住民の生活も変わってきました。「行くところがある、予定があるって若くても歳をとっても大事なことだと思っんです。実際に元気会が1回でも休みになるとみんな寂しいって言われるし、ちょっと吹雪いていても公民館に来られる。会がここまで定着するのはすごいと思います」と島崎さんは話します。

暮らしに寄り添う身近な存在

今年の11月には民生委員の改選期があり、12月から新たに民生委員となる方もいます。佐々木さんは「しばらく地元を離れていたり、途中から転入されてきたりした人が民生委員になったら、最初は大変だろうけど、地域の情報を集めていくと良いとかな。みんなが集まれる場所を作ってもいいし、1軒1軒訪ねるのでもいい。公民館に行ったり他の民生委員さんにも聞いたりして地区に合った動きをすると良いと思います」と話します。

高齢化率が高い地域、子育て世帯が多い地域など地域ごとに特性はありますが、民生委員の活動は人とながる楽しさ、住民に喜んで



おとざわ元気会のみなさんと体操

地区	民生委員	主任児童委員
生地	12	1
石田	12	2
田家	6	1
村椿	6	1
大布施	12	2
三日市	13	2
前沢	4	1
荻生	6	1
若栗	5	1
東布施	5	1
宇奈月温泉	2	宇奈月温泉・音沢・内山・愛本・下立の5地区で1人
音沢	1	
内山	2	
愛本	5	
下立	4	
浦山	6	1

地区別民生委員・主任児童委員数

問合わせ先
黒部市社会福祉協議会（0765）54・1082
黒部市役所福祉課（0765）54・2502

※ 地域支え合い推進員
黒部市が養成している、社会参加を通して自らの介護予防を図るとともに、互いに支え合う地域づくりを推進するサポーターのこと。

福祉に携わる人のお仕事探見!
Vol.91

スマイル
ワーカー

Q. お仕事について教えてください。

入居者のみなさんや隣接しているデイサービスの利用者の方の食事内容を確認し、必要に応じて献立の見直しや食材の切り替えをしています。

寮母の仕事を通し、健康であるためには食がいかにかを改めて感じる事ができ、自分自身で選択できるセレクト献立やラーメン祭りなどを取り入れました。大変好評で心と身体の健康の維持にもつながっていると思います。

笑顔と元気を大切に、心豊かに寄り添えるよう心がけ、入居者のみなさんと職員が家族のように過ごせる関係を築いていきたいです。そして、楽しく幸せに暮らせる力になれると嬉しいです。

小林和佳子さん
(こばやしわかこ)



社会福祉法人 黒部笑福学園
ケアハウス黒部笑福学園
栄養士 兼 寮母



好きな食べ物
おすし

活動レポート | 2月18日(金)村椿公民館

みんなで支え合う地域づくりを考える

村椿地区社会福祉協議会は、民生委員、町内会長が集まり、地区社協包括支援体制 相談支援研修を開催。町内ごとに日頃の見守り活動について意見交換しました。

村椿公民館では、「つばきカフェ」(平日9時～16時)を実施しています。住民のみなさんがコーヒーを飲みながらおしゃべりをしたり、サークル活動をしたり自由に過ごすことができます。また、身近な相談窓口として課題を抱える住民に早い段階で気づき、必要に応じて専門機関につなぐ機能を果たせないか検討しています。

大上戸久雄会長は「地域みんなで支援が必要な人をサポートしていく仕組みをつくっていききたい」と話されました。



身近な相談窓口について意見交換



町内ごとに話し合い、盛り上がる会場

黒部市福祉センターのお知らせ

休憩時間/9:30～16:00 入浴/10:30～15:30
※休憩時間、入浴時間が短縮になっております。

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、イベントの中止や休館となることがございますので、ご了承ください。

催し物と休館日のご案内

4月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、4月は演芸、ステージ発表をいたしません。

休館日 毎週月曜日(4日・11日・18日・25日)
祝日の翌日のため30日は休館日です。

5月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月は演芸、ステージ発表をいたしません。

休館日 毎週月曜日(2日・9日・16日・23日・30日)
祝日の翌日のため4日・5日・6日は休館日です。

ポールウォーキング

金曜日(8日・22日) 13:30～15:00

場所:石田交流プラザ(現地集合)

今月のクラブ

囲碁・将棋クラブ、元気カラオケクラブにつきましては新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、4月は開催を中止とさせていただきます。



誕生日のお祝いに福祉センターの入浴券はいかがですか?
11枚綴り・・・3,000円

地域福祉のために

黒部市社会福祉協議会に寄付をいただきました
ありがとうございました

明治安田生命保険相互会社 富山支社 黒部営業所 様

黒部市食生活改善推進協議会 様

お知らせ

一時的な生活資金の緊急貸付に関するご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、休業や失業等によって生活資金にお悩みの方々に向けた、緊急小口資金、総合支援資金特例貸付の**新規**の受付期間を6月末まで延長いたします。

期間 令和4年6月30日(木)まで

受付時間 9:00～17:00(月～金曜日※祝日除く)

申込方法 事前に電話でお問い合わせください。
必要書類等についてお伝えいたします。

申込・お問合せ 黒部市社会福祉協議会
TEL.(0765)54-1082

今月の相談日

弁護士と法律相談

■黒部市福祉センター(金屋464-1)
4月19日(火) 13:30～15:30 / 予約受付4月1日より※先着4名
相談内容問わず、年度につき
1人3回までのご利用とさせていただきます。

富山県東部生活自立支援センター生活自立支援相談

■黒部市福祉センター(金屋464-1)
4月11日(月) 10:00～11:30 / 予約受付4月1日より

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、相談員の変更や中止となることがございますので、ご了承ください。

お知らせ

ボランティア活動保険のご案内

基本プラン	350円
プラン 天災・地震補償プラン	500円
特定感染症重点プラン	550円

補償期間 加入完了日の翌日から令和5年3月31日まで

受付時間 月～金曜日の8時30分から17時まで
(年末年始、祝日を除く)

【備考】 くらべボランティアセンターでは、上記の掛金に対し1人あたり50円の助成を行います。加入申込書に掛け金を添えて事務局まで申し込みください。※加入申し込みの際にはボランティア登録が必要となります。詳しくは、お問い合わせください。

申込・お問合せ 黒部市社会福祉協議会 くらべボランティアセンター
TEL.(0765)54-1082 / FAX.(0765)52-2797

お知らせ

黒部のまちを良くする活動の助成先を公募します



令和5年度実施事業 赤い羽根共同募金助成申請団体の公募を行います。事前にお申込みの上、説明会には必ずご出席ください。

説明会 4月6日(水)13時30分～14時30分
黒部市福祉センター 研修室

対象団体 社会福祉法人・NPO法人・地域団体(自治会等)
福祉団体・ボランティア団体

対象事業 地域福祉が目的で、活動区域が黒部市の事業
(令和5年4月1日～令和6年3月31日の期間内)
※他の補助金との重複や公的補填がある事業、
また営利・経費目的である場合は対象となりません。

助成金 1団体10万円以内
※団体の規模・事業内容により上限額を変更する場合があります。

申込・お問合せ 黒部市共同募金委員会
TEL.(0765)54-1082 / FAX.(0765)52-2797

「ふ」だんの「く」らしの「し」あわせエピソード紹介

市民の皆さまから寄せられた、
普段の暮らしの中でのしあわせを感じた
エピソードを紹介します。

友達との何気ない会話や、当たり前の日常があることがこのコロナ禍で幸せだと気付いた。

P.N
ハルさん

家に帰ったらお母さんが作ったあったかいご飯を食べられること。

P.N
お名前さん

家族と食卓を囲み笑っているときに幸せだなーと思います。

P.N
ゆーいちくんさん

家族そろってご飯を食べる時間が幸せ。

P.N
けんけんさん

友達と何気ない会話ができること、両親が叱ってくれること、ご飯が用意されていること。

P.N
ペンネームさん

夜になると、街がイルミネーションでキラキラしているのを見たとき。

P.N
アランさん

あったかいお風呂に入れること。

P.N
さわちゃんさん

登校中に通学路の掃除をしてくださっている地域の方々が、挨拶をすると「おはよう、気を付けてね」と返してくれること!いつも感謝しています(^▽^)/

P.N
momoさん

中学の卒業式で温かく先生が私に心から言葉をかけてくれた時、私はたくさんの人たちに恵まれたなと幸せな気持ちになった。

P.N
S.I.さん