

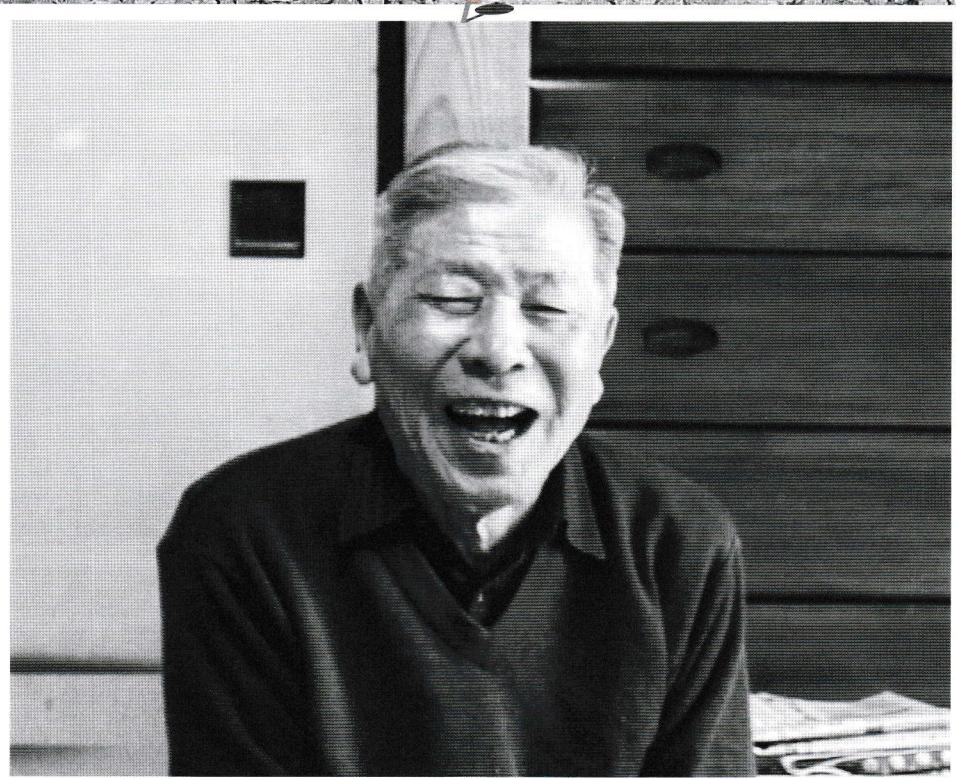
福祉

ふれあいネットワーク
Vol. 300

かつらぎ

2023年
(令和5年)

3月



特集
元気な暮らしを
取り戻す

-通所型サービスC-

社会福祉法人 かつらぎ町社会福祉協議会

ホームページ facebook



通所型サービスC

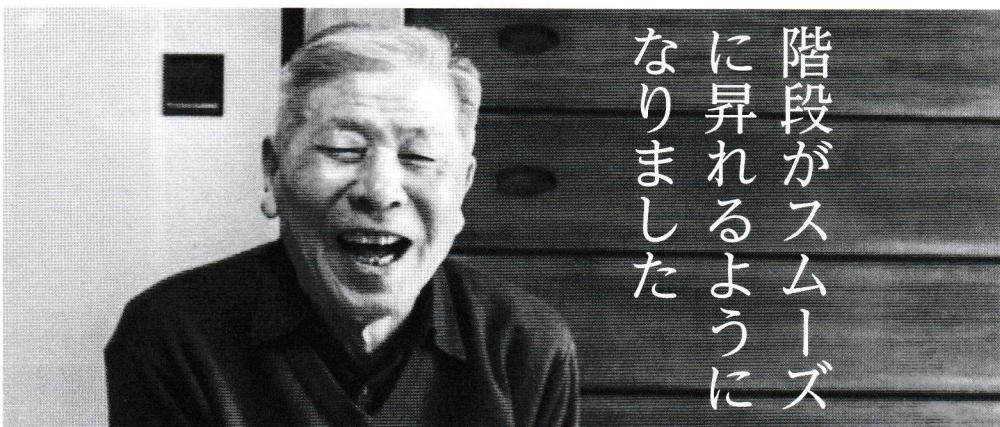
かつらぎ町地域包括支援センターだより

新型コロナウイルス感染症をきっかけに、私たちの生活は一変しました。人と会う機会や活動量が減つたことで、日常生活に影響が現れている方がいます。

こんな困りことはありますか？

- 立ちあがる、歩くなどの動作がしんどくなってきた
- 怖くて浴槽に浸かれなくなつた
- 買い物に行けなくなつた
- 膝が痛くて掃除や洗濯が大変になつてきた
- 退院して自宅に戻つたら体力が落ちてしまつた

このような方を応援するサービスが「通所型サービスC」です。かつらぎ町では、令和4年4月から『リハビリ型デイサービスあじさい（笠田中）』に委託して実施しています。



階段がスマーズ
に昇れるように
なりました

堀口さん（写真上）は、「階段をスマーズに昇り降りできること」「自宅から歩いて買い物に行けること」を目標に、通所型サービスCを利用しました。

今では、階段がスマーズに昇れるようになり、奥さんと一緒に買いたい物を楽しめています。

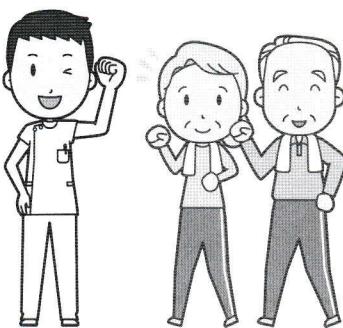
声

- 歩きづらさは腰痛や年齢のせいでも仕方ないと思つっていました。
- 少しでも階段の昇り降りや屋外歩行がマシになればと思い利用することにしました。
- 屋外歩行は、理学療法士の辻岡先生と相談しながら出来たので、しんどい時もあつたけど、安心してリハビリに取り組むことが出来ました。
- 朝起きるのが遅くて、始めるのが遅くなることはあつたけど、毎日自主トレーニングしました。

家族の協力

○スタッフは、みんな親切で優しくマシンの使い方を教えてくれ、自宅に送迎してくれたので不安はなかつたです。

堀口さんの身体は、見違えるように元気になりました。
「表情も気持ちも明るくなり、前向きになつた」と奥さんが話されていました。



元気な暮らしを取り戻す90日間の挑戦！



腕や足に力がついて
洗濯物が干せるようになりました

堀口さんと平原さんは、はつきりとした目標に向かってご本人やご家族、ケアマネジャー・サービスを提供する事業所などが一体と

平原さん（写真左）は、洗濯物干しが出来るようになることを目標に通所型サービスCを利用し、見事目標を達成しました。

○自宅では、毎日先生に指導されたメニューを行っていました。ストレッチや部屋にマットを敷いて軽い運動を行いました。

○洗濯物干しのリハビリでは、干す動作と洗濯物を運ぶ動作が大変でした。先生の指導で今は樂にできるようになりました。今後も運動不足にならないようにしたいと思っています。

○日常では使うことのない機械を使つて運動しました。筋肉痛にもなりましたが、腕や足に力がついて、疲れにくくなつたことを実感しています。

終了後

運動を継続していくため、近くの公民館の体操教室に参加されています。

短期集中（90日間）の通所型サービスCは、週1回の通所で、利用時にしっかりと運動していただくのはもちろんですが、残りの週6日をどのように過ごしていただくかが非常に重要となります。そのため、利用者に対して自宅で行える自主練習を指導しています。また、利用中に運動を続けていただくモチベーションを保ち続けられる関わりを大事にしています。

サービス卒業後も改善効果を持続させるためには、セルフケアや社会とのつながりを持ち続けていく必要があります。

お問い合わせ

地域包括支援センター
☎ 0736-22-2322



リハビリ型デイサービスあじさい
理学療法士 辻岡 佑さん

なつて、改善するプログラムに取り組めたところが良かったと思します。

通所型サービスCでは、日常生活での困りごとを90日間の理学療法士による運動プログラムによつて、生活動作の改善を目指します。

筋力トレーニングやストレッチ、

生活動作のリハビリ、セルフケアの指導、そして以前のように生き

生きと生活していくことを応援しています。

要支援、または、事業対象者の

認定を受けている方で、活動量の低下により、今まで出来ていたこ

とが出来なくなつた方、関節に疾患のある方、退院直後で体力が低

下している方などを対象としています。通所型サービスCを利用し、

元気な暮らしを取り戻していくためには、セルフケアや社会とのつながりを持ち続けていく必要があります。

発信! 和歌山県内へ

社協の相談支援

11月29日(火)と12月1日(木)に開催された「生活福祉資金担当者会議」において担当職員が、2月10日(金)に開催された「市町村社会福祉協議会役職員研修会」においては事務局長が、それぞれ“かつらぎ町社会福祉協議会が行う相談支援”について取り組みを発表しました。

他市町村の担当者から「きめ細かな対応が素晴らしい」「寄り添った支援をされているので、私もそういった職員になりたい」などの声がありました。

特例貸付 125世帯が利用

①	緊急小口資金のみ	47世帯
②	緊急小口資金 + 総合支援資金	70世帯
③	総合支援資金のみ	8世帯
合 計		125世帯

“がんばり”を応援する貸付制度

新型コロナウイルスの影響により生活が困窮した世帯を支援する「生活福祉資金特例貸付」について、かつらぎ町社会福祉協議会は、迅速な貸し付けを行い、貸付後に生活支援を丁寧に行っていること、全ての世帯に対し生活状況の確認を定期的に行っていること、特例貸付を利用した方から“ありがとう”的言葉が届くなど、本人の“がんばり”を応援していることなどが評価され、今回の発表となりました。

かつらぎ町社協の取り組み

- ❖全戸訪問による生活状況の確認
- ❖生活課題に着目し、その人に応じた伴走型の支援(チーム支援)
- ❖困窮が続く世帯には食料を支援
- ❖日々の生活に寄り添い、継続的な相談、家計指導、金銭管理の実施
- ❖ゴールは“生活の安定”

特例貸付でつながる“ありがとう”的エピソード

家族関係が修復できたよ “ありがとう”

貸付後に再就職が決定！その頑張りを家族が認めてくれ、家族関係が修復。表情も見違えるほど明るくなりました。

再出発ができたよ “ありがとう”

仕事や家庭環境までが破綻！再就職までのつなぎ資金として特例貸付を実施。再就職が決まり返済も完了しました。

カレーが食べられたよ “ありがとう”

生活が困窮した親子へ食料を支援。「カレーが食べられる」と嬉しそうに話され、頑張りを後押ししました。

母の介護課題が解決したよ “ありがとう”

母の介護による生活課題があったためケアマネが関わり、母は施設に入所。本人は就職が決定し再出発できました。

心の支えになってくれたよ “Thank you！”

外国籍の方のためジェスチャーを交えながら本人に寄り添った。再就職により転居。お札の手紙をいただきました。

子どもを進学させることができたよ “ありがとう”

不安定な雇用状態で子どもの進学に不安。本人の努力で雇用形態が改善し子どもを進学させることができました。

「〇〇」してくれて“ありがとう”より、
「〇〇」ができるようになったよ！“ありがとう”
を目指しています！

お問い合わせ

町社会福祉協議会 相談支援係
☎ 0736-22-5222

発信!
紀の川市へ

ボランティア活動

かつらぎ町ボランティア連絡協議会の活動について

かつらぎ町ボランティア連絡協議会

ボランティアまつり

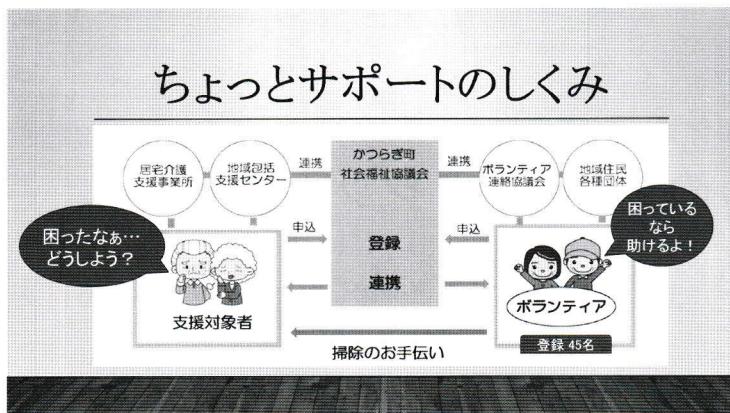
平成31年2月2日の様子



1月30日(月)、紀の川市ボランティア連絡協議会の役員研修会が紀の川市（粉河）で開催され、“かつらぎ町ボランティア連絡協議会の活動”と“ちょっとサポート”的取り組みを発信しました。ボランティア連携の東会長と曾和副会長、恋中副会長、中澤会計、そして社協の山本事務局長と竹本係長が日頃の取り組みや思いを発表しました。

紀の川市のボランティアさんから「なかなか市外のボランティア活動の話を聞く機会がなかったので、今回、実り多い研修会でした。」と感想がありました。

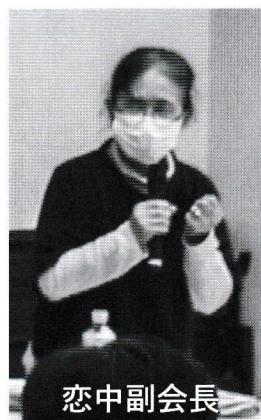
ちょっとサポートのしくみ



東会長



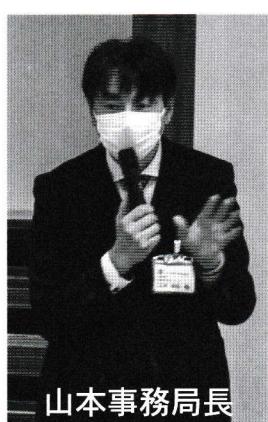
曾和副会長



恋中副会長



中澤会計



山本事務局長



竹本係長

ちょっとサポートの様子



お問い合わせ 町社会福祉協議会 地域係 ☎0736-22-4311

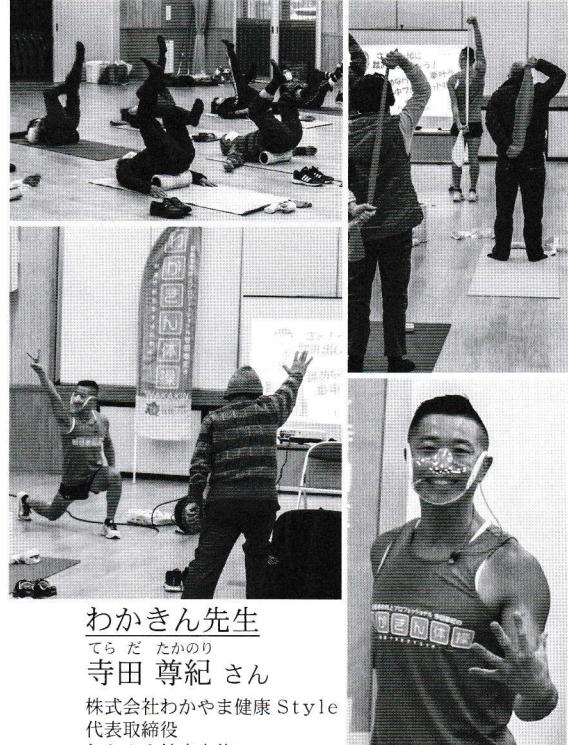


町老人クラブ連合会 健康づくり講座 わかきん先生 “ショー 開幕!”

1月27日(金)、町老人クラブ連合会は、第6回「健康づくり講座」を妙寺防災コミュニティセンターで開催し、14名の参加がありました。

今回の健康づくり講座は“健康笑顔SHOW”。わかきん先生に指導をいただきました。「僕の体操は教室ではなくみなさんと一緒に楽しむショー。みなさん楽しみましょう。」と声掛けがあり、背骨や筋肉のストレッチやトレーニングに取り組みました。

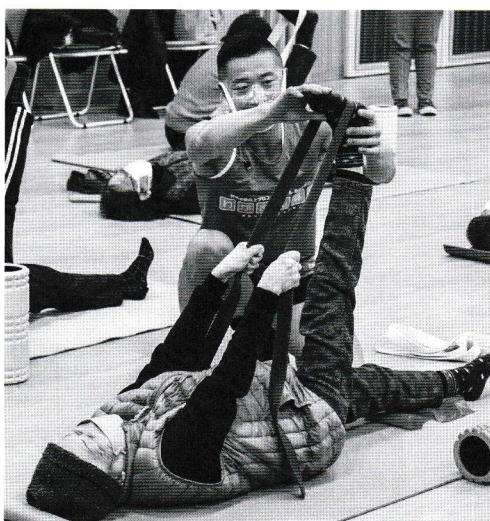
参加者から「寒いためか体が重く感じましたが、体操後軽くなった。これからも老人会、サロンなどで活用します」「とても体が動くようになった。これからも家でします」「ユーモアと分かりやすい説明、とてもよかったです」と感想をいただきました。



わかきん先生

てらだ たかのり
寺田 尊紀 さん
株式会社わかやま健康 Style
代表取締役
わかやま健康大使

「わかきん体操」で元気に！ ＼坐骨神経をゆるめる神経ストレッチ／



(1) 長めのタオルなど伸縮しないものを用意する

(2) あおむけに寝て片方の足の裏にタオルをかけ、両膝を伸ばす

(3) 足先を手前に曲げる

(4) 膝が無理なく伸ばせるところまでタオルを引っ張り、30秒から1分ほどキープ。これを5回繰り返し、反対の足も同様に行う。

お問い合わせ 町社会福祉協議会 地域係 ☎0736-22-4311

善意のご寄付

(1月1日～1月31日 敬称略)

次の方々から社会福祉協議会へ善意の寄付をいただきました。寄付金は、広く地域福祉活動の推進に役立てさせていただきます。

◆遺志として

露野 誠良	亡母 ツネ子	平沼田
坂上 恭久	亡母 節子	三谷
森下 高至	亡父 弘一	笠田東
井 笹 和英	亡妻 真基子	志賀
山本 千賀子	亡母 公子	丁ノ町
村岡 正夫	亡父 佳志	佐野
南出 康二	亡母 后子	中飯降
岸 孝人	亡叔母 北山キミエ	丁ノ町
大家 敬司	亡母 佳重美	滝
中嶋 寿博	亡父 章吾	佐野
堀 依久子	亡夫 信夫	大藪
小嶋 賀代子	亡夫 堆司	島
木下 和久	亡父 孝一	笠田中
宮本 久美子	亡父 敏平	笠田東
岡本 芳明	亡父 伊三郎	笠田東
前田 憲男	亡母 貞子	下天野
森中 英樹	亡父 功	星川
吉村 正樹	亡弟 田和正文	上天野

ありがとうございました

ありがとう *

(1月1日～1月31日 敬称略)

★使用済切手・ハガキ収集に協力いただいた方

中畠 隆男・溝北 内己

野口 修造・堀 照子

日進化学(株)和歌山工場

ボーイスカウト伊都第3団

はりま鍼灸院・町子育て支援センター

匿名 5件



★配食サービス(本所)に食材料を提供いただいた方

稻本 紀子(ネーブル)

匿名 (大根・人参・ブロッコリー)



匿名 (みかん・キウイ・レモン)

★ウクライナ人道危機救援金に協力いただいた方

一日本赤十字社かつらぎ町分区受付分一

池田 迪哉



福祉かつらぎは、平成9年2月に第1号を発行し、26年を経て記念すべき第300号となりました。300号は“誰もが活躍・再出発”をテーマに記事をまとめました。これからも地域で活躍する人を紹介し、かつらぎ町のやさしさ、思いやり、みなさんの頑張りを伝える広報紙にしていきたいです。(田和)

私が広報を担当して10か月。今までの枠に捕らわれずワクワクしてもらえる広報にしたいと思います。みなさん見てください！(天野)

もの忘れ相談

3月6日(月)・20日(月)

受付 13時～15時(先着順)
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町地域包括支援センター

☎ 0736-22-2322

年相応のもの忘れ?認知症?迷ったらご相談を(当日電話での相談可能)

無料法律相談

3月13日(月)・27日(月)

受付 13時30分～15時30分(先着順)
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町社会福祉協議会

☎ 0736-22-5222

法的なトラブルに弁護士が相談に応じています(相談時間は16時まで)

ふくし何でも相談

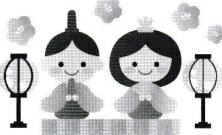
月～金曜日(祝日除く)

受付 8時30分～17時15分
場所 町地域福祉センター2階
問合せ 町社会福祉協議会

☎ 0736-22-5222

日常生活上の困りごとに幅広く対応職員が相談に応じています

社会福祉協議会・福祉団体

1	水	
2	木	つれもてカフェ (13:30~15:00 cafeごろーれ)
3	金	友愛電話 (笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、 東渋田、西渋田、中央部、四邑、志賀、天野、新城) 手話サークル夢 (13:30~15:00)
4	土	
5	日	
6	月	もの忘れ相談 (13:00~15:00)
7	火	朗読山びこ (9:00~14:00) 配食サービス (丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、 笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二) つれもてカフェ (13:30~15:00みまもりショップ杏)
8	水	
9	木	
10	金	友愛電話 (丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、 笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二)
11	土	
12	日	
13	月	無料法律相談 (13:30~15:30)
14	火	配食サービス (笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、 東渋田、西渋田、中央部、四邑、志賀、天野、新城) 布のおもちゃ (13:30~16:00)
15	水	つれもてカフェ (13:30~15:00憩カフェ樹楽)
16	木	認知症家族の会 (13:00~15:00)
17	金	手話サークル夢 要約筆記勉強会(9:30~12:00) 手話サークル夢 (13:30~15:00)
18	土	
19	日	
20	月	もの忘れ相談 (13:00~15:00)
21	火	春分の日
22	水	配食サービス (丁ノ町、新田、妙寺、中飯降、短野、高田、 笠田西部、笠田中、真和、四郷第一、四郷第二)
23	木	つれもてカフェ (13:30~15:00デイサービス夢心)
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	無料法律相談 (13:30~15:30) つれもてカフェ (13:30~15:00エスキース)
28	火	配食サービス (笠田東第一、笠田東第二、佐野、大谷、三谷、 東渋田、西渋田、中央部、四邑、志賀、天野、新城)
29	水	
30	木	点字サークルあすなろ (9:00~12:00)
31	金	

地域のボランティア活動

よりみち・ひきこもり相談会 ※要電話予約 —
(13:30~15:30大谷地域交流センター)
よりみち・親の会(19:30~21:00大谷地域交流センター)
手話サークル夢(19:30~21:00笠田ふるさと交流館)
ブラインドマラソン伴B (20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

ひきこもり青年のための「居場所」

日時 月~金曜日 (祝日除く) 13:30~15:30

※ 2日 (木) 10:30~定食にチャレンジ

※14日 (火) は小中高生居場所

※10・24日 (金) は女性居場所

場所 大谷地域交流センター

(問) NPO法人よりみち ☎090-7093-9595

手話伊都手のひら(19:30~21:00妙寺公民館)

ブラインドマラソン伴B (20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

つれもてカフェ

赤ちゃんから高齢者までどなたでも
自由に参加することができます。

認知症について気軽に学び、同じ
悩みを持つ方とつながり、専門的
な相談もできます。(2日・7日・15日・23日・27日)

(問) 地域包括支援センター ☎0736-22-2322



手話サザエさん(19:30~21:00笠田ふるさと交流館)

ブラインドマラソン伴B (20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

はっぴーサークル(13:30~15:30笠田ふるさと交流館)

三ツ葉会(13:30~15:00丁ノ町地域交流センター)

ブラインドマラソン伴B (20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

2023年トルコ・シリア
地震救援金受付中



受付期間 5月31日(水)まで

手話伊都手のひら(19:30~21:00妙寺公民館)

ブラインドマラソン伴B (20:00~21:00かつらぎ公園堤防)

新型コロナウイルスの影響により活動が中止となる場合があります

★実施場所の掲載がない所は、
地域福祉センターです。