



福祉

3



2024/令和6年

みなべ

WELFARE MINABE

Contents

歳末たすけあい募金運動のご報告	2
地域支え合い推進員だより①	3
地域支え合い推進員だより②	4
自宅できるリハビリ	5
デイサービスだより	6
福祉カレンダー	7
福祉トピックス	8



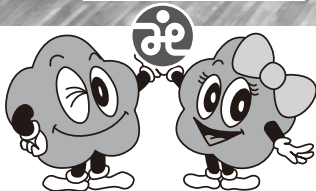
令和5年度 生活支援体制整備事業
地域の支え合い発表会



ホームページを
リニューアルいたしました！



地域支え合い発表会 発表者の皆さん (R6.2.4)
詳しくは5ページへ



笑顔と健康 ふれあう心で福祉のまちを

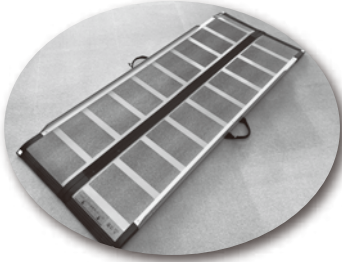
社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会

歳末たすけあい募金運動のご報告

南部仏教会様からの托鉢により、ご協力頂きました歳末たすけあい募金のご報告をさせていただきます。誠にありがとうございました。

◆歳末たすけあい募金 **346,715 円**

南部仏教会 托鉢	346,715 円
----------	-----------



◆つかいみち

・貸出用福祉用品	
車いす 4 台	50,450 円
歩行器 1 台	11,500 円
松葉杖 2 台	16,000 円
スロープ	15,950 円
ベビーシート 1 台	21,800 円
福祉用具処分費 (古い分)	2,200 円
・生理用品 (小中学校へ寄贈)	14,680 円
・防災用備品	
発電機	157,960 円
緊急用簡易トイレ	3,540 円
・生活困窮者現物給付用	
レトルト食材	28,970 円
アルファ米セット	7,106 円
・生活援護資金へ (生活困窮者貸付金制度)	16,559 円

令和 6 年度

ボランティア保険のお知らせ

ボランティア保険は日本国内におけるボランティア活動中に起こる様々な事故に対する備えとして無償で活動するボランティアの方々に補償する保険です。
令和5年5月8日以降、新型コロナウイルス感染症の感染症法の分類が5類に変更されたことに伴い、従来の加入プランから「特定感染症重点プラン」を廃止して2つのプランになりました。

●保険料

	加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン	
ケガの補償	死亡保険金	1,040万円		
	後遺障害保険金	1,040万円 (限度額)		
	入院保険金日額	6,500円		
	手術保険金	入院中の手術	65,000円	
		外来の手術	32,500円	
	通院保険金日額	4,000円		
	特定感染症	補償開始日から補償(※)		
	地震・噴火・津波による死傷	×	○	
賠償責任の補償 賠償責任 (対人・対物)		5億円 (限度額)		
年間保険料		350円	500円	

●補償内容

ボランティア活動中の急激かつ偶然な外来の事故によりケガをした場合などに保険金をお支払します。活動場所と自宅との往復途上の事故も補償の対象となります。熱中症やボランティア自身の食中毒や特定感染症も補償されます。

●補償期間

令和6年4月1日午前0時から令和7年3月31日午後12時までの1年間。中途加入の場合は加入手続き完了日の翌日午前0時から令和7年3月31日午後12時までとなります。

※基本プランでは地震、噴火、津波が起因する死傷は補償されません。
災害ボランティア活動の参加は、「天災、地震補償プラン」への加入をお勧めします。

(※) 特定感染症についても10日間の免責期間がなくなり、補償開始日から補償対象となりました。
なお、令和5年5月8日以降、新型コロナウイルス感染症は補償対象外となりました。

地域支え合い推進員だより



①

～支え合いは、人と人が繋がることから始まります。ここでは地域のお宝（人と人の繋がり）を紹介します～

堺地区サビサークル

月2回、倉庫を借りて集まっている堺のサビサークルのみなさん。

堺のサビ地区の名前をとってつけたそうです。ぎゅーぎゅーに身を寄せ合って座るとなんだかほっこりあたたまります。

一人ずつお名前とお誕生日をお聞きしていくと3月生まれの方がちらほら♪

いつまでも若くおられるのは、堺のお魚のおかげ？の問いかけには「さあよ～みんなで集まってわろてたら元気でおれる！」と☺

この集まりをととても楽しみにしておられ、「みんなでわいわいしゃべっていると時間たつん早いわ～」と楽しくあったかい集まりなのが伝わってきました♪

倉庫から元気な笑い声が聞こえてきます♪



福祉教育 南部小学校4年生



南部小学校4年生のみなさんが車いすで生活をされている松上京子さん（田辺市）のお話を聞きました。

松上さんの生き方や人生について知り、学びました。すごく力強く前向きな考えを持たれている松上さんのお話は、私たちの背中を押してもらえる講演会となりました。そしてこの1年間、4年生のみなさんとは高齢者疑似体験をはじめ、防災など福祉についていっしょに考える時間をたくさん持つ機会をいただきました。未来のみなべ町についてしっかりした意見をもって考えている姿が印象的でした。この1年の体験を忘れずステップアップしてくれることを願っています。

地域支え合い推進員だより



②

～支え合いは、人と人とが繋がることから始まります。ここでは地域のお宝（人と人の繋がり）を紹介します～

第2回地域の支え合い発表会～みなべ町のお宝発見！！ ～いつまでも元気に暮らすために～



2月4日(日)
ふれ愛センターにて



普段の暮らしのなかで行われている支え合いの大切さに気付くきっかけとなるように、第2回目お宝発表会を開催しました。今回高城地区で6グループを取材させていただきました。「〇〇さんがいるから、ここにきたくなるんよ～」 「みんなが集まってるからよったんや～」など、みなさんの一つひとつのつながりがありました。

コロナ禍では、人と人との接触を避けましようと言われてきましたが、ようやくコロナ前に戻り、普段の暮らしのなかでの当たり前の集まりがまたはじまろうとしています。

つながりが人と人をつなぎ、心の支え合いになっていることを実感した一日となりました。

☆取材にご協力いただきました皆様、ご来場いただいた皆様、ありがとうございました☆

譲ります・譲ってください掲示板

みなべ町社会福祉協議会では町内の皆様の不要になったけどまだまだ活躍できるお品を他の必要な方にお譲りする架け橋をしています。

お譲りいただけるものございましたら、はあと館（72-5611）までご連絡ください。
※譲り先が決まるまでは、ご自宅でご保管いただけます。



ホームページが新しくなり、掲示板が確認しやすくなりました！

義援金箱

能登半島地震災害義援金について

引き続き、義援金を募集しています。

皆さまの温かいご支援ご協力
よろしくお願いたします。

募金箱の設置場所

- ・はあと館
- ・ふれ愛センター
- ・国民宿舎紀州路みなべ
- ・おかずのにしやま
- ・Aコープみなべ店





自宅でできるリハビリ

【腰痛編】〈高齢者介護に伴う腰痛 パート5の巻〉

今回は【腰痛編】として、〈高齢者介護に伴う腰痛 パート4〉を紹介させて頂きましたが、今回も〈高齢者介護に伴う腰痛 パート5〉について紹介させていただきます。

腰に負担がかかり、腰が痛くなった場合の腰痛体操 1

腰に負担がかかり、腰が痛くなった場合は、腰以外の関節をやわらかくして、腰にかかっていた負担をほかの関節にも分散することで、腰痛を軽減することができます。

今回は、股関節（脚の付け根の関節）をやわらかくする体操を紹介したいと思います。

1. 股関節・膝関節が90度程度になる高さの椅子に少し両足を開いた状態で浅く座ります。

2. 天井に向かってまっすぐ伸びるイメージで姿勢を整えます。(図1)

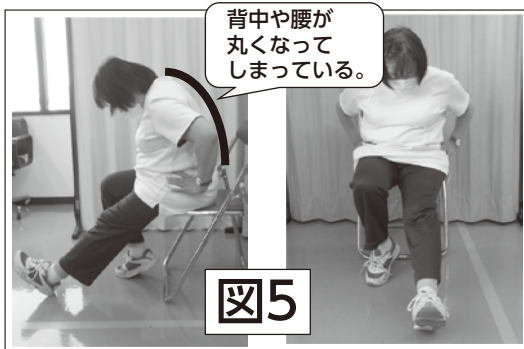
このとき、腰や背中が丸くならないように注意しましょう。(図2)

3. 整えた姿勢のまま片方の足を伸ばして、つま先が天井の方を向くようにします。(図3) その状態から、整えた姿勢のままゆっくりと身体を前に倒していき、太ももの裏が伸びたところで、20秒保持します。(図4)

このとき、腰や背中が丸くならないように注意しましょう。(図5)

腰や背中が丸まっても、自分では気づかないことがあるので、誰かに見てもらいましょう。

4. 太ももの裏が伸びたところで20秒保持したらゆっくりと元の位置まで戻します。



5. 1～4を同じように反対側も行います。これを1日1回、出来れば毎日行うようにしましょう。

※股関節が硬くて、腰に負担がかかっている方は特に効果的です。ただし、効果が出るには、股関節がある程度やわらかくなる必要がありますので、根気よく続けていきましょう。

次回は【腰痛編】の〈高齢者介護に伴う腰痛 パート6の巻〉として、「腰に負担がかかり、腰が痛くなった場合の腰痛体操 2」を紹介したいと思いますので、来月もぜひ読んでくださいな。

デイサービスだより

ふれ愛センター (北谷 好史)



梅香る2月、ふれ愛センターでは、ひな祭りに向けてお雛様の壁掛け飾りづくりを行いました。

お雛様を作っていく中、特に皆さん力を入れていたのがお雛様の顔づくりです。頭の

パーツに目や口を描いていくのですが、中には細かい作業に手が震えてしまう方もおられました。

ていねいに描かれたお雛様の表情は、やさしくきれいな顔をされていました。

完成したお互いの作品を見ながら、「かわいいの出来たな。」と、皆さん自分が描いた人形の顔と同じように満面の笑みを浮かべていました。



ゆうゆう館 (留場 健)

今月からゆうゆう館では英語の授業を始めました。

始めは簡単な挨拶（グッドモーニング、グッドアフタヌーン、グッドイブニング）の呼び方から、普段はあまり英語を使う機会がないので英語の授業をすると聞いた時に皆さんはどんな事するんやろと興味津々。

英語の授業を始めてから朝の挨拶は「グッドモーニング」と英語で挨拶する方が多く、「次は何を教えてくださいな」とこの授業を始めて皆さんにはとても大好評です。

今後も簡単な英語の授業を続けていきます。



貸出用福祉用具在庫状況

はあと館 [令和6年2月20日現在]

- ベッド(電動) 1
- ベッド(手動) 1
- 車いす 8
- 車いす(ふれ愛センター) 2
- エアーマット 3
- 浴槽台 3
- 体位変換マット 3
- 杖 6
- 松葉杖 3
- ポータブルトイレ 2
- シャワーチェアー 2
- 吸引器 1

※貸出期間は原則3ヶ月です。

貸出用子育て用品在庫状況

- ベビーシート(0歳~1歳対応) 0
- チャイルドシート(0歳~4歳対応) 3
- ベビーバス ※貸出期間は原則2ヶ月です。 0

社会福祉協議会各事業所連絡先

- **社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会 はあと館** 〒645-0002 和歌山県日高郡みなべ町芝447番地2
 事務所・ヘルパー・ケアマネージャー TEL.72-5611・FAX.72-5610
 訪問看護ステーション TEL.72-1377・FAX.72-5610
- **ゆうゆう館** 〒645-0004 和歌山県日高郡みなべ町埴田1444-1
 デイサービス TEL.72-5900・FAX.72-5901
- **南部川支所(ふれ愛センター内)** 〒645-0021 和歌山県日高郡みなべ町東本庄100
 事務所・ケアマネージャー・デイサービス TEL.74-3069・FAX.74-8013

数字でみる、みなべ町の福祉

(令和6年1月末現在(前月比))

みなべ町人口	11,752人 (-15人)
65歳以上の高齢者	4,000人 (±0人)
高齢化率	34% (±0%)
ボランティア保険加入者数	368人 (±0人)

ボランティア保険とは？

国内の様々なボランティア活動に対応した保険です。

※天災プランは地震・噴火・津波に対応した保険です。

	基本プラン	天災プラン	特定感染症重点プラン
保険料(掛金)	350円	500円	550円

福祉カレンダー

2024 3月

- はあと館開催
- ▲ ふれ愛センター開催
- ★ その他

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday	土曜日 Saturday	日曜日 Sunday
				1	2	3
				■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部 ふれ愛
4	5	6	7	8	9	10
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部 ふれ愛
11	12	13	14	15	16	17
●おれんじの日 13時30分～						
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部 ふれ愛
18	19	20 春分の日	21	22	23	24
	弁護士による法律相談 (13:30～ はあと館)					
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部 ふれ愛
25	26	27	28	29	30	31
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部 ふれ愛

ふくし 3月 トピックス

あいあい KIDSルーム



きのした こまち
<田辺市> 木下 瑚都 ちゃん (2才)

お母さんからひとこと
 これからも元気にたくさん遊ぼうね!

弁護士による 法律相談

予約制

中松村夫 弁護士

と き 令和6年3月19日(火)
 13:30~15:00

ところ 社会福祉センターはあと館

受付人数 6人程度

※ご予約はこちら
みなべ町社会福祉協議会
 (TEL.72-5611)

善意銀行だより

令和6年1月1日~31日まで
 了承を頂いた方を掲載しています。

次の方々から善意のご寄付を頂きました。

【満中陰に際し】

梅原 敦子 様	栗山 常子 様	橘 真里 様	宮崎 裕司 様	宮崎 明弘 様	金森 秀行 様	田野 和芳 様	橋本 随彰 様	數本 隆弘 様	やぶもと たかひろ 様
東京都	西本庄 亡長男…文昭	芝 亡母…前田 恵美子	芝 亡父…茂	晩稲 亡母…幸代	芝 亡母…美鈴	西本庄 亡父…昭	西本庄 亡母…知子	嶋之瀬 亡母…公子	

【その他】

はあとカフェよりお礼
 はあとカフェにお花の寄付を頂きました。
 誠にありがとうございました。

濱崎 日出海 様



皆さまから頂いた温かいご寄付は、地域福祉に役立たせて頂きます。
 誠にありがとうございました。

