



5月12日は「民生委員・児童委員の日」

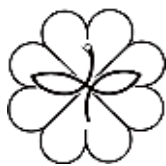
こんにちは、民生委員児童委員です。
生活上の心配ごと、困りごとをご相談ください。



民生委員・児童委員とは
地域住民の立場にたって
地域の福祉を担うボランティアです。

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非常勤の地方公務員です。また、民生委員は児童福祉法に定める児童委員を兼ねています。給与の支給はなく、ボランティアとして活動しているもので、任期は3年です(再任が可)。人格識見高く、広く社会の実情に通じ、社会福祉の増進に熱意のある人など民生委員法に規定された要件を満たす人が、市町村に設置された民生委員推薦会によって都道府県知事に推薦され、都道府県知事は都道府県に設置された地方社会福祉審議会に意見を聴いた後に厚生労働大臣に推薦、厚生労働大臣が委嘱します。

全国で、約23万人。
伊賀市では定数309名の
民生委員・児童委員が、
活動しています



全国共通の制度として、国民すべてが民生委員・児童委員の相談・支援を受けられるよう、厚生労働大臣が定めた基準(一定の世帯数ごと)により市町村(特別区を含む。以下同じ。)ごとに定数が定められています。全国では約23万人の民生委員・児童委員が活動しています。

民生委員・児童委員は
地域を見守り、
地域住民の身近な相談相手、
専門機関へのつなぎ役です。

自らも地域住民の一員として、担当の区域において高齢者や障がいのある方の安否確認や見守り、子どもたちへの声かけなどを行なっています。医療や介護の悩み、妊娠や子育ての不安、失業や経済的困窮による生活上の心配ごとなど、さまざまな相談に応じます。

相談内容に応じて、必要な支援が受けられるよう、地域の専門機関とのつなぎ役になります。

主任児童委員とは
子どもや子育てに
関する支援を専門に
担当する民生委員・児童委員です。



主任児童委員は、子育てを社会全体で支える「健やかに子どもを産み育てる環境づくり」を進めるために、平成6年1月に制度化されました。民生委員・児童委員の中から厚生労働大臣により指名された者が主任児童委員となり、全国で約2万1千人が活動しています。それぞれの市町村にあって担当区域をもたず、民生委員・児童委員と連携しながら子育ての支援や児童健全育成活動などに取り組んでいます。

民生委員・
児童委員の

3つの
基本姿勢

●社会奉仕の精神：社会奉仕の精神をもって、社会福祉の増進に努めます。

●基本的人権の尊重：民生委員・児童委員には、民生委員法第15条に定められた守秘義務があります。活動を行なうにあたって、相談内容や個人の秘密を守り、個人の人格を尊重します。

●政治的中立：職務上の地位を政党または政治的目的のために利用しません。

おしえて★ 地域のふくし

その⑩「社協って何だぐり？」の巻



ぼく、三重県伊賀市の観光大使、
いが☆グリオだぐりよ！
伊賀市に住んでいる小学校3年
生として、だいすきな伊賀のふ
くしのこと、もっと知りたいぐ
りっ★

今月お答えするのは
南部圏域課の一見俊介です。
みんなで、伊賀市の将来を
考えてみませんか？



「社協」って呼んでるけど、改めて何のことだぐり？

はい。社会福祉協議会を略して、「社協」という呼び方で親しまれています。
社協は、地域福祉を推進することを目的とする団体として、「社会福祉法」という
法律で定められた組織で、全国の市町村にあるんですよ。

社協は、地域住民のみなさんや関係機関、さまざまな団体などと一緒に、地域
の福祉課題を共有し、解決するしくみづくりを進めています。



へえ～、伊賀市だけじゃなくて社協は全国にあるぐりね。
例えば、福祉課題ってどんなことがあるぐり？

今、伊賀市の人口は年間約 1,000 人位ずつ減っており、将来は働いている人や
子どもの数が減っていくことが予想されます。

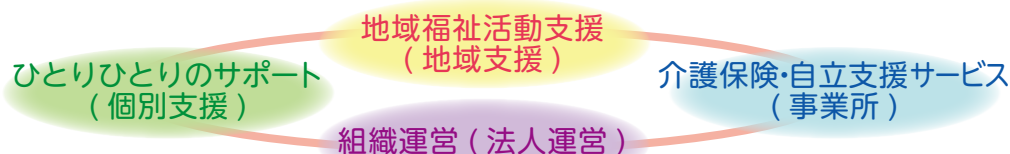
20年後をイメージしてみると、自分や家族、近所の様子はどうでしょうか。

買い物や通院ができたり、災害が起こったときの助け合いができたり、安心して
暮らせる地域になっているでしょうか。

社協は、おひとりの困りごとであっても、地域に住むみんなが困っているかもしれ
ない…とみんなでできる解決方法を考えたり、将来起こりうる課題にできるだ
け早く気づき、対応していくことに努めています。



我がこととして、みんなで考えて、協力して解決していくぐりね～
じゃあ、具体的にどんな取り組みをしているぐりか？



地域福祉コーディネーターを配置し、地域のなかで助け合いの仕組みを一緒に
つくったり、サロン活動を通じた居場所づくりや生きがいづくり、ボランティア
活動などを支援しています。

また、誰もが伊賀市で安心・安全に、自分らしく生活ができるよう、権利擁護
のしくみづくりや、福祉教育などにも力を入れて取り組んでいます。

そのほかにも、地域生活を支えるための、障がい者や高齢者の福祉サービスも
行っていますので、お気軽にご相談くださいね。



社協は、みんなが安心して暮らせる地域を作っていくためのサポーターであり、
応援団なんだぐりね！ 地域で助け合いの仕組みをつくるためには、まずは自分た
ちの住んでいる地域に関心をもつことが大切ぐり！

地域の中で何か困りごとがあったら、まずは社協に気軽に相談してみるぐり～★

羽毛製品が募金になります。

ご協力ありがとうございます！

県内市町
実績第3位

平成30年度 伊賀市共同募金委員会実績



羽毛布団 76 枚



ダウンジャケット 40 枚

ダウン率
50%以上

穴が
あいている

汚れている

注意！

綿布団は
回収できません

個人、地域、団体、企業、学校で・・・
羽毛製品の回収に、ご協力ください

U UMOU PROJECT
三重県共同募金会

○羽毛製品がございましたら、最寄りの社会福祉協議会（伊賀市共同募金委員会）までお持ちください。お持ち込みが困難な場合は、お気軽にご相談ください。

上野地域センター：上野中町2976-1 ☎21-5866

いがまち地域センター：愛田 513 ☎45-1012

島ヶ原地域センター：島ヶ原 4743 ☎59-3132

阿山地域センター：馬場 1128-1 ☎43-1854

大山田地域センター：平田 656-1 ☎47-0780

青山地域センター：阿保 1988-1 ☎52-2999

皆さんは、病院の中での地域医療連携室という部署をご存知でしょうか。医療機関に地域医療連携室ができたのは、2000年頃といわれています。当初は、紹介状を介しての「病院と病院」や「病院と診療所」をつなぐ紹介状を管理する部門として地域医療連携室が設置されました。それから10年余りが経過する中で、地域全体を取りまとめる国の「地域医療計画」に基づいて、その地域性を踏まえた医療・介護・在宅支援機関同士の情報交換を行うような役割を担うようになってきました。

当院にも今から5年前の2014年4月に地域医療連携室が設置されました。主に、近隣医療機関、開業医、訪問看護ステーション、福祉サービス機関、薬局、消防署等との連携を重要と位置づけ、診療支援、看護支援、医療相談、情報発信等の業務を担っています。

日本は2025年に高齢化率が30%を超えるといわれていますが、伊賀市の高齢化率は既に30%を超え、今年3月31日現在で32.3%に達しています。このことは、介護をはじめとするさまざまな高齢者問題が既に始まっているといえます。

伊賀市立上野総合市民病院
FAX ☎0595 (24) 2268
0595 (24) 1111



現在、地域医療連携室には、医師（在宅医療連携推進センター長）1名、専任看護師1名、医療ソーシャルワーカー（相談員）3名、事務員2名の計7名が在籍しています。

外来受診、転院相談、在宅療養、がん相談など、お悩みのことがございましたらお気軽に地域医療連携室までご相談ください。

また在宅支援では、高齢者や医療管理が必要な方など、多くの不安を抱えて退院される患者さんをはじめご家族の方に安心して日常生活が送れるように支援しています。

介元の病院や医院・診療所との連携の強化を図る「自施設の診療機能や医療機器を最大限に提供する」という方針で、地域に開かれた病院、地域から信頼される病院として日々励んでいます。さらに、医師とともに医療知識の啓蒙や、病気の正しい理解を深めていただくために「研修会」や「市民公開講座」を企画し開催しています。



『地域医療連携室のご紹介』

伊賀市立上野総合市民病院 副看護部長・認定看護管理者
地域医療連携室室長 岡本 京子

地区	会名称
◆伊賀	
柘植 岡鼻	あかついきいきサロン
柘植 小林	小林区ふれあいサロン
柘植 上町	上町愛の杖
柘植 下町	愛のサロン
柘植 下町	下町いきいきサロン
柘植 下町	下町カフェひとやすみ
柘植 倉部	紅つつじ
柘植 山出	ふれあい・いきいきサロン「みちばた」
柘植 山出	ふれあい・いきいきサロン「芭蕉の里」
柘植 野村	ことぶき会
柘植 野村	野村味めし会
柘植 中柘植	きらく会
柘植 中柘植	なかつげカフェ
柘植 上村	福寿草の会
柘植 小杉	サロン花水木
柘植 小杉	ニコニコ教室
柘植 柘植青葉台	サロン青友会
柘植 前川	前川区サロンクラブ
西柘植 愛田	べっぴんサロン
西柘植 愛田	愛田がんばろう会
西柘植 中出	ふれあいサロン中出
西柘植 上市場	上市場区ふれあいサロン
西柘植 物堂	物堂なごみサロン
西柘植 物堂	いきいきサロンー日会
西柘植 楯岡	いきいきサロン楯岡
西柘植 新堂	新堂にここにOB会
西柘植 新堂	新堂きらく会
西柘植 新堂	いっぶくサロン
西柘植 御代	御代「モチの木」の会
西柘植 柏野	柏野ふれあい福祉会 めだかの学校
壬生野 西之澤	月見会
壬生野 川西	ふれあいいいきいきサロン川西
壬生野 川西	川西ほがらかクラブ
壬生野 川東	川東いきいき教室
壬生野 川東	山ぶどう
壬生野 山畑	いきいきサロン白藤会
壬生野 希望ヶ丘	いきいきサロンすみれ会
壬生野 希望ヶ丘	希望ヶ丘はつらつ会
壬生野 春日丘区	いきいきサロン春日丘
壬生野 川西青葉台	手芸教室
壬生野 川西青葉台	ついたちカフェ
全域	さわやか・ハーモニーサロン
全域	介護者サロン「ひまわりカフェ」
◆島ヶ原	
島ヶ原 大道区	寿寿芽会
島ヶ原 奥村区	むらさき会
島ヶ原 中村区	中村なごみ会
島ヶ原 町区	楽楽会
島ヶ原 川南区	川南娯楽会
島ヶ原 中矢区	中矢区いきいき会
島ヶ原 山菅区	いきいきサロン「なかよし会」
島ヶ原 不見上区	わいわい会
全域	サロン清流
◆阿山	
河合 石川	石川ニコニコサロン
河合 馬田	馬田老人クラブふれあいサロン
河合 馬田	にくみ
河合 馬田	また・よろまいかサロン
河合 馬場	馬場活き活きクラブ
河合 馬場	3B ビーナスの会
河合 馬場	サロン「絵かき」
河合 川合	サロン川合みまもりネット
河合 阿山ハイツ	阿山ハイツいきいきサロン睦友会
鞆田 上友田	上友田いきいきサロン
鞆田 上友田	友遊美
鞆田 東湯舟	きておくれやす
鞆田 西湯舟	サロン雅
鞆田 中友田	中友田地区高齢者いきいきサロン
玉滝 城出	城出ふれあいサロン
玉滝 里出	いきいきサロンたんぽぽ玉瀧
玉滝 鈴鹿	ふれあいサロン銀鈴会
玉滝 山生田	山生田ことぶきサロン
玉滝 界外	ひまわりサロン界外

地区	会名称
◆阿山	
玉滝 内保	内保ほほえみサロン
玉滝 玉滝	玉滝地域ふれあいサロン
玉滝 玉滝	サロンたまたき
丸柱 丸柱・音羽	お楽しみサロン
いがまち・阿山	いがまち・阿山 リウマチあゆみの会
山田 真泥	真泥いきいきサロン喜楽
山田 畑村	下畑いきいきサロン
山田 畑村	畑村健康クラブ
山田 炊村	いきいきサロン炊村
山田 出後	出後いきいきサロン年輪
山田 中島	中島ふれあい・いきいきサロン
山田 大沢	大沢いきいきサロン
山田 中村	かがやきサロン
布引 川北	川北いきいきサロン
布引 広瀬	ひろせいきいきサロン
布引 奥馬野	奥馬野溪谷いきいきサロン
布引 中馬野	中馬野イキイキさろん
阿波 子延	ねのびいきいきサロンみずぐるま
阿波 猿野	笑みの会
阿波 富永	いきいきサロン富永
阿波 須原	須原元気作りサークル
阿保 阿保西部	いきいきサロン陽だまり会
阿保 青山羽根	いこいこサロン青山羽根
阿保 別府	いきいき・ふれあいべふサロン
阿保 柏尾	「心いきいき」サロン柏尾
上津 上津	上津フレッシュ
上津 伊勢路	いきいきサロン伊勢路
上津 下川原	下川原いきいきサロン
上津 北山	北山いきいきサロン
上津 勝地	勝地いきいきサロン
上津 妙楽地	妙楽地イキイキサロン
上津 瀧	瀧いきいきサロン
博要 博要	いきいきサロン博要
高尾 高尾	にこにこルーム
高尾 高尾	高尾いきいきサロンみなでちよとよまいか!
高尾 高尾	高尾いきいきサロンうぐいすの杜
矢持 霧生上出	ふれあいサロン
矢持 霧生中部	如月会サロン
矢持 霧生中央	えぶるんサロン
矢持 霧生広刈	せせらぎサロン
矢持 腰山	腰山いきいきサロンゆうゆう
矢持 諸木	諸木やまぶきサロン
矢持 福川	福ふくサロン
桐ヶ丘 桐ヶ丘	桐ヶ丘いきいきサロンあじさい会

★ふれあい・いきいきサロンは、身近な地域において、高齢者や障がいのある方、子育て中の親などの当事者とボランティアとが協働で企画をし、内容を決め、共に運営をする仲間づくりの場を開設することで、地域住民の孤立感の解消、地域の見守りならびに閉じこもりや介護予防、健康の維持向上を図ることを目的とする活動を推進し、地域における福祉コミュニティづくりの形成に資することを目的としています。

★掲載団体（共同募金事業助成団体）のほか、各地域で自主運営されているサロンもあります。

ふれあい・いきいきサロンについてのお問い合わせは、社協各地域センターまでお願いします。



あなたも、まちも、いきいき!!

★社協は、身近な地域の居場所づくりを支援します★

ふれあい・いきいきサロン

いきいきサロン・
コミュニティカフェ
238か所(H31.4現在)

地区	会名称
◆上野	
東部	上野車坂町 車坂いきいきサロン白百合の会
東部	上野田端町 「手芸」と「うたごえ・ベル」の会
東部	上野田端町 上野田端町民生活動会「この花会」
東部	上野寺町 寺町ふれあい・いきいきサロン
東部	上野玄蕃町 玄蕃町話そう会
東部	上野赤坂町 にこにこ会
東部	上野農人町 農人町いきいき楽笑会
東部	城北 笑福会
東部	緑ヶ丘本町 ひまわり会
東部	緑ヶ丘本町 緑本映画会
東部	緑ヶ丘本町 緑本懐メロ歌おう会
東部	緑ヶ丘南町第2 げんきカフェ
東部	緑ヶ丘南町第2 おしゃべり会
東部	緑ヶ丘南町 みのるの会
東部	緑ヶ丘南町 グリーンサロン
東部	緑ヶ丘 びまわりの会
東部	緑ヶ丘西町 緑ヶ丘西町ふれあいの会
西部	上野新町 いきいきサロン”和・和・和しんまち”
西部	上野東丸之内 サロンさわやか
西部	上野東丸之内 東丸之内ひだまり会
西部	上野西丸之内 仲よし会
西部	上野西丸之内 歌おうひだまり会
西部	上野紺屋町 いきいきサロン紺屋町
南部	上野池町 池いけやかた
南部	上野恵美須町 ヨロマイカ系びす
南部	上野桑町 桑の実会
南部	上野東日南町 ドレミ会
南部	上野愛宕町 愛共会
南部	上野愛宕町 あいあい会
南部	上野愛宕町 愛宕健康マージャンクラブ
南部	上野愛宕町 カラオケサロン なでしこ
南部	上野鉄砲町 鉄砲町ふれあい会
南部	上野東忍町 イキイキサロン東忍
小田	小田町 小田町いきいきサロン「きぼう」
小田	小田町 小田町いきいきサロン「ひまわり」
小田	小田町 小田町いきいきサロン「北ファミリー」
小田	小田町 小田町ふれあい麻雀サロン
小田	小田町 オレンジサロン小田
花之木	大野木 大野木ゆうゆうクラブ
花之木	大内 大内さわやかサロン
長田	長田 いきいきサロン長田
新居	東高倉 いきいきサロンゆっくり会
新居	東高倉 東高倉ひとやすみ
新居	東高倉 東高倉「元気の会」
新居	西高倉 西高倉おたのしみ会
新居	西山 西山お達者クラブ
新居	岩倉 岩倉いきいきサロン くれは
新居	岩倉 岩倉イファクト・ONE
三田	三田 三田地区住民自治協議会
三田	三田 三田コミュニティカフェ（コミュニティサロン）
三田	大谷 100円カフェ「きすな」
三田	東三田住宅 100円カフェ結いの会
三田	東三田 東三田100円カフェ
三田	西三田・安福寺 100円サロンふれあい
三田	高砂 桔梗会サークル
諏訪	諏訪 諏訪社会福祉会 サロン寿の会
府中	服部町 くれはいきいきサロン
府中	印代 印代つばみ会
府中	一之宮 一之宮いきいきサロン
府中	千歳 千歳ふれあいいきいきサロン
府中	ハイツ芭蕉 ハイツ芭蕉老人クラブ松寿会
府中	佐那具町 佐那具町老人クラブ松寿会

地区	会名称
◆上野	
府中	外山 外山いきいきサロン
府中	東条 東条いきいきサロン
府中	西条 西条いきいきサロン
府中	土橋 いきいきサロン土橋
府中	山神 まどか山神サロン
中瀬	西明寺 いきいきサロン西明寺
中瀬	下荒木 下荒木ふれあいいきいきサロン
中瀬	上荒木 上荒木区いきいきサロン
中瀬	寺田 いきいきサロン友楽長
友生	蓮池 蓮池いきいきサロン
友生	上友生 上友生いきいき会
友生	生琉里 生琉里さまざま会
猪田	大東 大東老人クラブほのぼの会
猪田	上野ヶ丘・外 センターランドおしゃべり会
猪田	笠部 笠部なかよし会
猪田	山出 山出いきいきサロンあじさい
猪田	上之庄 秋桜会
猪田	上之庄団地 さくら会
依那古	市部 お元気クラブ
依那古	才良 サロン日々草
依那古	下郡 いきいき体操クラブ
依那古	下郡南 みなみいきいきサロン
依那古	上郡 上郡ふれあい・いきいきサロン
依那古	森寺 森寺いきいきサロン
比自岐	比自岐 憩いの部屋運営委員会
比自岐	比自岐 ひじきコミュニティカフェ
神戸	上神戸 上小場いきいき向日葵会
神戸	上神戸 庄田いきいきサロンやよい会
神戸	上神戸 我山ふれあい・いきいきサロン
神戸	上神戸 松楓にこにこサロン
神戸	上神戸 森小場いきいきサロン
神戸	下神戸 下神戸森ふれあい・いきいきサロン
神戸	下神戸 古市場ふれあい・いきいきサロン
神戸	下神戸 サロン平成
神戸	下神戸 まるまるサロン
神戸	下神戸 まるまるカフェ
神戸	下神戸 ぼっこりサロン
神戸	上林 一水会
神戸	上林 上林カフェさくら
神戸	古郡 古郡いきいきサロン「和」
神戸	古郡 古郡「和カフェ」
神戸	比土 すこやかクラブ
神戸	比土 里ふる里会
神戸	比土 上出ふれあいサロン
神戸	比土 高瀬えびす会
神戸	朝日ヶ丘町 朝みどり会
きじが台	きじが台 ふれあい・いきいきサロンきじが台
古山	蔵縄手 あすなる会
古山	古山界外区 コミュニティカフェれいわ（麗輪）
古山	菖蒲池 あやめ会
古山	菖蒲池 御辺出のステキな仲間たち
古山	鍛冶屋 みつわ会
古山	東谷 さくらサロン
古山	安場 ゆうあい宝会
古山	湯屋谷 八千代会
花垣	予野 蘭若会
花垣	予野 コミュニティかふえはながき
花垣	白樺 シャベらん会
ゆめが丘	ゆめが丘 ゆめが丘シニアサークル「スマイル」
全域	全域 男の居場所の会
全域	全域 いが料理クラブ（男の料理）

ボランティア・市民活動NEWS

三重ボランティア基金
ボランティア団体基盤強化助成

三重ボランティア基金は、平成31年度ボランティア団体基盤強化助成の募集を実施します。

【対象団体】

現在、伊賀市ボランティア・市民活動センターにボランティア団体として登録され、福祉の向上を目的とした活動が計画的・継続的に行われ、地域の高齢者や障がい者・児童等に対する支援を行っている団体を対象とします。

【助成限度額】1団体20万円以内
福祉活動を目的としたボランティアグループの活動の基盤強化を図るための助成で、器材・器具のみの助成（1団体助成総額20万円まで）です。

【申込方法】

申請書は、伊賀市社協各地域センターまたは三重ボランティア基金事務局で配布しています。
6月21日（金）までに、伊賀市社協に提出してください。

【助成決定】

交付申請書を審査したうえ、8月頃に決定します。

【問い合わせ先】

財団法人三重ボランティア基金
事務局

☎059（227）9994

または、伊賀市社協各地域センター

申請様式ダウンロードページ

<http://www.miewel.or.jp/vkikin/>

第34回青山チャリティ
ゴルフ大会結果報告

4月10日に開催した第34回青山チャリティゴルフ大会参加者から12万円の寄付金が寄せられました。寄付金は「青山のお買物送迎無料バス」の運営費に活用させていただきます。

認知症・介護予防
教室のご案内

音楽療法うたおう会を通して楽しく健康づくりをしませんか？はじめての方も大歓迎！（参加費無料・申込不要）
音楽療法うたおう会

《上野会場》

【日時】6月26日（水）10時～11時

【場所】上野ふれあいプラザ3階

※教室に関するお問い合わせは、各地域センターまでお願いします。

仕事人集団「あそび
半分」からのお知らせ

○包丁研ぎ

【料金】包丁一丁 1,000円
ハサミ 300円

○網戸の張り替え（出張もします）

【料金】大 1,000円
中 800円
小 600円

【受付場所】

上野ふれあいプラザ4階作業室

介護職員初任者・生活援助
従事者研修受講生募集

福祉、介護職場の人材不足を改善するため、働いていない方を対象に介護職員初任者研修・生活援助従事者研修を行います。

第1回介護職員初任者研修

【募集期間】

5月8日（水）～6月10日（月） 必着

【研修期間】

6月19日（水）～8月16日（金）

【受講場所】三重県社会福祉会館

第1回生活援助従事者研修

【募集期間】

6月5日（水）～7月17日（水） 必着

【研修期間】

7月31日（水）～9月25日（水）

【受講場所】三重県社会福祉会館

第2回介護職員初任者研修

【募集期間】

6月20日（木）～8月6日（火） 必着

【研修期間】

8月19日（月）～10月5日（土）

【受講場所】学校法人皇學館 皇学館
大学7号館

（伊勢市神田久志本町1704番地）

以下各研修共通

【応募要件】三重県に住民登録している

働いていない方で概ね70歳までの方

研修終了後、福祉・介護職場で働ける方

【募集定員】39名

【受講料】無料（テキスト代は実費負担）

【申込・問い合わせ先】
三重県社会福祉協議会
三重県福祉人材センター
介護職員初任者研修担当

☎059・227・5160

ひまわりあんしん事業・電話相談（無料）

三重弁護士会では日本弁護士連合会の基本方針の下、高齢者の方々の権利擁護の実現、司法アクセス障害の改善、高齢者問題分野の弁護士業務の確立を目指し、ひまわりあんしん事業の一環として高齢者の無料電話相談を実施します。

【日時】祝日を除く第2・第4金曜
午前10時～12時

【電話相談】

☎059・228・3143

※相談専用特設電話

【相談担当】三重弁護士会高齢者・障害者支援センター所属弁護士

【相談対象】65歳以上の高齢者本人、その家族

※相談内容は、65歳以上の高齢者本人の問題に限ります。

【令和元年度電話相談開設日】

6月14日（金）・6月28日（金）・7月

12日（金）・7月26日（金）・8月9日

（金）・8月23日（金）・9月13日（金）・

9月27日（金）・10月11日（金）・10月

25日（金）・11月8日（金）・11月22日・

12月13日（金）・12月27日（金）・1月

24日（金）・2月14日（金）・2月28日

（金）・3月13日（金）・3月27日（金）

※いずれも午前10時～12時

ニート・ひきこもり状態にある方の「外に出てみる」からお手伝いする、あなたのためのオーダーメイドな居場所

開設から1年。 ネスト nest が進化します!

2019年6月より
フリースペース・電話相談が
毎週水・金曜日13:00~16:30に
変更になります。

nest では、フリースペースの開設と電話相談で、ニート・ひきこもり状態にある方のまず「外に出てみる」からお手伝いします。ご本人からはもちろん、ご家族・ご友人からのご相談もお受けします。お気軽にお問い合わせください。フリースペース開所日・電話相談窓口の日時をお間違えないようにご確認の上、ご相談ください。*nest (ネスト) には、巣・居心地のいい場所・休む場所などという意味があります。

■ フリースペースでは、お茶菓子を用意してゲームやパソコン、読書、ぬり絵、手芸、など利用される方がゆったりとコミュニケーションをとりながら思い思いの時間を過ごしています。



■ 電話相談では、初回の問い合わせからスタートし、ご希望に合わせて定期面談、訪問などを行っています。

利用されている皆さんの声

- ・ 近く(伊賀)にこんな窓口ができてうれしい。
- ・ 悩みに悩んでやっと相談に来れました。
- ・ 「nest に行きたい」から外に出られるようになった。
- ・ 社会と触れ合える数少ないきっかけ。
- ・ nest があってよかった。

最近のネスト

☆2月16日(土)
ハイトピア伊賀にて、第1回 nest 企画イベント「そもそもひきこもりってなに?」を開催! 80名をこえる皆さまにご来場いただきました。ありがとうございました。



☆3月13日(水)
フリースペースでベビークラスパーティー!

☆4月3日(水)
初めてのおでかけイベントで上野城へお花見へ*

伊賀市社会福祉協議会内 nest (担当: 寺田・松岡)

- 住所 伊賀市上野中 2976-1 ふれあいプラザ 3 階
- TEL 090-3483-2584
- E-mail nest@hanzou.or.jp

寺田



松岡



若者の職業的自立のための総合相談窓口

いが若者サポートステーション

~15~39歳までの「働きたい悩みを抱えている人」を支援しています~

★就職相談と各種講座をしています(要予約)★

■適性をいかす職業を知ろう!!

~自分に合った職業を選択するためには、自分の個性と職業の適性を考えることが必要です~
『厚生労働省編 一般職業適性検査(GATB)』
11種類の筆記試験と器具検査により、仕事をする中で必要とされる9つの能力を測定します。

■住所/伊賀市上野丸之内57-4 センタービル1階

■☎&Fax/0595-22-0039 ■メール/iga-saposute@npo-en.or.jp

■開所日/月~金曜日 9:00~17:00 (土・日・祝 年末年始は休み)

ハローワーク伊賀 出張相談日/5月21日(火) 13:00~16:00

無料



サポステ

地域若者サポートステーション

無料「パソコン講座」開催

[PC入門 ワード・エクセル・パワーポイント]

●日程/6月5日(水)/7日(金)

/10日(月)/12日(水)/14日(金)

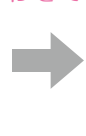
●時間/10:00~15:15



今日からできる簡単手話講座

おはよう

「朝起きる」と「あいさつ」の手話を組み合わせて表現します。



①「朝起きる」片手でこぶしを作りこめかみにあててからおろす。

②「あいさつ」軽くおじぎをしながら、向かい合わせた人差し指を折り曲げます。

伊賀市健康福祉部障がい福祉課 ☎22-9657

数字で見る伊賀市の福祉

平成31年3月31日現在(前月比)

伊賀市の人口	91,682人(-364人)	※集計処理の関係で前々月末日時時点の数値です。
65歳以上の高齢者	29,645人(-17人)	※伊賀市の人口は外国人住民を含めた数です。
高齢化率	32.3%(+0.1%)	※65歳以上の高齢者及び高齢化率には外国人住民も含まれています。
75歳以上の高齢者	15,862人(+4人)	※75歳以上の高齢者及び後期高齢化率には外国人住民も含まれています。
後期高齢化率	17.3%(+0.1%)	※75歳以上の高齢者の全人口に占める割合を後期高齢化率と表記しています。
介護保険認定者数(施設・在宅)	6,124人(-3人)	※介護保険認定者数は要支援・要介護認定者数です。

あなたのまちのふれあい・いきいきサロン(148)

なかづけカフェ



メンバー数/約40名
開催場所/中柘植集落センター
開催頻度/月1回 第3土曜日

中柘植地区の住民が主体となって、気軽に寄り合うことで仲間意識を高めながら、孤立化を防いだり、小さい子どもたちに昔の遊びを教えたり、寝たきりや認知症の予防、見守り、助け合いを進める場として、平成27年12月からなかづけカフェが始まりました。

中柘植区民だれでも参加でき、毎月第3土曜日の午後に開催しており、楽しくおしゃべりしたり、ゲームやビデオを見ては笑ったり、悩みを相談できたり、仲間づくりをするための場所になっています。開催日はお茶菓子と飲みものが準備してあり、最近は季節行事として、子どもたちを中心にクリスマス会やお餅つき、小学校6年生を送る会も開催しています。また、バルーンアートや、老人会行事と併せて音楽療法の講師を招き、いろいろな催しも行っています。

代表者の宮島千恵子さんは「3年が経過し、男性の参加が少なくマンネリ化も少し感じます。今後も活動内容を工夫しながら、中柘植区のより多くの方が、みんなのカフェという意識を持ち、子どもから高齢者まで楽しく過ごしてもらえ居場所にしていければ」と話してくれました。

●活動を始めたきっかけ・活動内容

歌は大好き、でも楽譜がヨメないから全て聞き覚え、そんな方が一杯いらっしゃる。自身もかつてはそうだったのですが、65歳の頃、あることから楽譜を読まねばならない羽目に陥り……。いろいろやってみたが、なかなかうまくいかない。その理由は、1オクターブ中には12の音階があるにもかかわらず、ドレミ音楽はドレミ……7音階がベースだからややこしい。そこで考えだしたのが12音階をベースにした“12音階数値表記法”=TMS。このTMSでやると簡単に、知らない歌だってメロディが流れちゃう。ということで、既に何十人もの高齢者が、(小形で安価な)キーボードで、うろ覚えの歌、全く知らなかった歌のメロディを自らの指先で辿って、楽しんでいらっしゃいます。

●今後の抱負

お互いのコトバのやりとりはメロディのキャッチボールと言っても過言ではありません。つまりお互い、瞬時瞬時に作曲しながら日々を過ごしているということ。TMSで採譜することによって、「伊賀へ行く」と誰でも作曲してる」そんな伊賀にしていきたいと考えています。



むろち さとし
室地 聡さん(85歳)
阿山在住
TMS(12音階数値表記法)開発者

我らふくしレンジャー

No.156

編集後記

令和元年5月15日号の伊賀市社協だより「あいしあおう」を発行しました。令和最初の表紙を飾る民生委員活動は、昭和52年に、毎年5月12日を「民生委員・児童委員の日」とすることを定めました。これは、大正6年5月12日に岡山県済世顧問制度設置規程が公布されたことに由来し、百年以上も続く活動です。

編集・発行



社会福祉法人 伊賀市社会福祉協議会

〒518-0869
伊賀市上野中町2976番地1 上野ふれあいプラザ3階
TEL:0595(21)5866/FAX:0595(26)0002
E-mail:info@hanzou.or.jp(本部) ueno@hanzou.or.jp(上野保健センター)

〒519-1413
伊賀市愛田513番地 いがまち保健福祉センター「愛の里」
TEL:0595(45)1012/FAX:0595(45)1050
E-mail:iga@hanzou.or.jp

〒519-1711
伊賀市島ヶ原4743番地 島ヶ原福祉センター「清流」
TEL:0595(59)3132/FAX:0595(59)3145
E-mail:shimagahara@hanzou.or.jp

〒518-1313
伊賀市馬場1128番地の1 阿山保健福祉センター
TEL:0595(43)1854/FAX:0595(43)1577
E-mail:ayama@hanzou.or.jp

〒518-1422
伊賀市平田656番地の1 大山田福祉センター
TEL:0595(47)0780/FAX:0595(46)1165
E-mail:ooyamada@hanzou.or.jp

〒518-0226
伊賀市阿保1988の1番地 青山福祉センター
TEL:0595(52)2999/FAX:0595(52)3555
E-mail:aoyama@hanzou.or.jp

●伊賀市社会福祉協議会ホームページ● <http://www.hanzou.or.jp/>

この広報誌は、社協会費、有料広告費等により発行しております。