

令和3年4月1日発行

No.181  
4月号

伊賀市社協 だより

# あしおの

## 安心して暮らせる地域づくりを応援します!

令和3年度 地域福祉コーディネーター

※( )は配属地域センター



中森 研  
(地域支援課長)



中西 正敏  
(上野)



中小路 克彦  
(上野)



奥田 詩織  
(上野)



豊島 里奈  
(上野)



小林 啓太  
(いがまち)



篠田 梨央  
(いがまち)



吉田 文江  
(島ヶ原)



野田 守  
(阿山)



山本 哲士  
(阿山)



末廣 紀子  
(大山田)



恒岡 三恵  
(青山)



中川 健太郎  
(青山)

おしえて★

その③⑦「“コロナ禍でも見守り・つながり・助け合いだぐり!”の巻

# 地域のふくし



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、もっと知りたいだぐりっ★

今月お答えするのは  
地域支援課 地域福祉コーディネーターの吉田です。  
グリオ君と一緒に、コロナ禍でのつながり方を考えます。



新型コロナウイルスの影響で、ぼくもすっかり出かけることが少なくなったぐり。行事やイベントもできないし、みんなは元気になっているぐりか?

そうだね、グリオ君も人とのふれあいが減ってさみしいですね。でも、地域の皆さんは出来ることを考えて、見守り・声かけ活動や、これまでのつながりを保つ活動をされているんですよ。



へえ～、どんなふうになっているぐりか?

例えば、ふれあい・いきいきサロンでは、集まらない期間にスタッフが訪問をして、マスクやお菓子、脳トレグッズを届けたり、地域の広報に皆さんが元気な様子を載せて紹介したりしています。普段の見守りでは電話や絵手紙を活用したり、地域の会議は Zoom などを使って密を避け、オンラインでつながる方法も広がっています。それから、LINE やInstagramなどの SNS を用いたコミュニケーションも、若い人だけでなく多くの人が利用していますよ。



ふれあい・いきいきサロンでの見守り訪問



オンラインを活用したサロン連絡会(上野地域)



色々な方法があるぐりね! ぼくもTwitterやYouTube、ライブ配信、ブログで発信しているぐり! みんな工夫をしてつながったり見守りをしているぐりね。

そうだね。あるこども食堂では、時間を区切って入れ替え制にしたり、テイクアウトやフードパントリー(食糧の配布)に切り替えたりして継続していますよ。社協でも、今年の夏から市民の皆さんから寄付していただいた食糧などを活用したフードパントリーをしています。年末には、寄付でいただいたお米を配布したんですよ。私達が知らない活動が他にもあるかもしれません。色んな助け合いが広がって、身近な地域で相談ができて、困っている人に必要な手助けが届くといいですね。私たちからも、ソーシャルディスタンスで距離は離しても、関係は保てるように提案させていただきますね!



コロナ禍でも工夫してつながり続けることが大事だとわかったぐり!  
他にも「こんなことをしているよ」って教えてほしいぐり!

Q市民のみなさんに、ひとことメッセージをお願いします。

石本 / 「わたしの安心シート」は、ご本人と救急隊、病院との「命のボタン」になります。本当に大切なものとして、準備しておいてください。

豊田 / ひとり暮らしのお宅への緊急出動時は、冷蔵庫に「わたしの安心シート」のステッカーが貼ってあるかを確認することが習慣になっています。正しく記入してもらえると、大変有効なシステムなので、ぜひ更新をお願いします。

Q防災の視点から、「安心シート」は活用できますか？

石本 / 青山地区では、消防署と社協と民生委員が共に、「高齢者宅防火訪問」を実施しています。訪問を通じて、火災予防と福祉的な視点から、日頃の対策のアドバイスをさせていただいています。また、命を守るための備えとして、「わたしの安心シート」が準備されているか確認し、記入の呼びかけを行っています。

Q救急救命の現場で、「安心シート」は活用されていますか？

豊田 / 救急現場では、傷病者の緊急連絡先や病歴、服薬状況などの確認が必要です。意思疎通が困難であったり、家族がいなかった場合、また家族がいる場合でも「安心シート」があれば速やかに情報を入手することができるため、よく活用しています。しかし、情報が古くて緊急連絡先につながらないこともあるので、更新しておくことが大切です。

# 緊急時の命のボタン 「わたしの安心シート」

伊賀市社協では、自分の医療情報をまとめ、容器に入れて冷蔵庫に保管し、万一の救急・緊急・災害時に備える「わたしの安心シート」を推進しています。今回、市民の命を守るために活躍されている、伊賀消防署南分署職員の方にお話を伺いました。



南分署長  
石本 陽洋さん

南分署第1係長  
(救急救命士)  
豊田 昇司さん

- ★筒やシートは、伊賀市社協地域センター窓口で無料でおわたしします。ぜひ、備えてください。
- ★シートを入れた筒は冷蔵庫に保管し、冷蔵庫の扉に所定のステッカーを貼ってください。
- ★シートは、伊賀市社協HPからダウンロード可。【検索ワード/伊賀市社協 安心シート】  
(日本語、スペイン語、タイ語、ベトナム語、ポルトガル語、英語、韓国語、中国語版あり)

■お問い合わせ/伊賀市社協 各地域センター ☎ 21-5866(代表)・FAX 26-0002

# くらしのセーフティネットを、 連携と協働で創りだす

～伊賀市社会福祉法人連絡会の挑戦～



平成28年2月、伊賀市内に拠点を置く社会福祉法人が集結し、法人同士が連携してまちづくりや社会貢献活動に取り組みするためのネットワークとして、伊賀市で県内初の社会福祉法人の連絡会組織が発足しました。連絡会の取り組みについて、小竹会長にお話を伺いました。

## ■狭間の生活課題と連絡会の役割

**小竹** 社会福祉法人は、社会福祉事業を担うために創設され、各法人が中核となる事業として高齢者や障がい者、児童などに対する様々なサービスを実践しています。しかし、それ以外にも制度やサービスでは対応できない、ひきこもりやホームレス支援、権利擁護などの狭間の問題や地域生活課題があります。個々の法人でも少なからず実践しています

が、伊賀市域全体の人と人をつなぐ地域福祉事業、そこに法人連絡会の意義があると感じています。

**平井** 連絡会には、多様な事業に取り組む社会福祉法人が参画しているので、それぞれの法人が活動領域を広げて取り組むことが強みになっていきますね。



インタビューー

**平井 俊圭** (ひらいしゅんけい)  
伊賀市社会福祉法人連絡会事務局  
伊賀市社会福祉協議会常務理事

**小竹** 計画的、補完的に、各社会福祉法人が社会貢献事業を担っていて、制度利用までのサポートを、それぞれが特徴を活かして支援しています。

**平井** 県内でも、伊賀の取り組みは先駆的な取り組みとして注目されています。

## ■さまざまな地域貢献の取り組み

**小竹** 毎年1回、地域住民や施設職員向けに、虐待防止、認知症、終活、地域包括ケア、コロナ感染予防等、その時の話題をテーマとしたセミナーを開催し、情報発信しています。

**平井** 各法人には福祉の専門職がいるので、「活用サポートガイド」を作成して、地域や企業や事業所等へ無料で講師派遣もしていますね。



小竹 紀忠 (こたけのりただ)

伊賀市社会福祉法人連絡会会長、(福)青山福祉会理事長。52歳で三重県国保連の事務局長を退職し、青山町教育長に就任。2008年に青山福祉会理事に就任、2017年より現在に至る。

小竹 令和2年度はコロナ禍で開催できませんでしたが、社協と共催で「夏休みふくし体験教室」を開催し、福祉教育にも取り組んでいます。



サポートガイドは伊賀市社協 HP からダウンロード可。介護や障がい、健康などの講演・ワークショップの無料講師派遣、貸出用具等も掲載。

■災害時の福祉避難所の機能強化  
小竹 平成31年3月には、行政と連携してハンディキャップのある方に対応できるように、15の法人での災害相互協定が交わされました。各施設が災害時の福祉避難所の拠点となることから、発電機や段ボールベッドなどの災害用の備蓄品や、災害対応マニュアルを共有しています。  
平井 避難所としての機能を發揮できるように備え、施設が被災した場合には助け合うなど、対応できない部分をカバーできるとお互いによいですね。



各法人スタッフによる食糧の箱詰め作業。法人の職員からたくさんの食糧が寄せられ、3月に2回目のフードパントリーを開催した。

■セーフティネットとしての食支援  
小竹 令和3年1月には、フードドライブ（余剰食糧の募集）とフードパントリー（食糧配布）を行いました。ご利用は、子育て世帯が多い傾向で、各法人窓口での受け渡しと配達によりお届けしました。私も実際に配達して、喜んでいただけました。  
平井 法人連絡会によるフードパントリーは、おそらく全国初の取り組みだと思われます。市内に施設が点在しているので、食糧の受け取りや配達もスムーズでしたね。  
小竹 何らかの困りごとを持っている人と、社会福祉法人がつながること、支援につながればと思っています。



やってみようかな、ふくしのしごと。

ふくしのしごとの紹介動画を作成しました。ぜひご覧ください。



作成／伊賀市社会福祉法人連絡会

■市民の暮らしづくりの解消に向けて  
小竹 社会環境が早いスピードで変化し、多様化していて、捉えにくい状況にあります。その中で、生活困窮者や一人ぐらし、高齢者のみ世帯など、日々の暮らしづらさがある人がいます。  
平井 8050問題（高齢の親とひきこもり状態の子の世帯の孤立化・困窮化に伴うさまざまな問題）や、親なきあとの問題など、まさに制度の狭間となる問題も増えています。  
小竹 地域社会に対して、法人連絡会がどのような出番が作れるかを社会福祉法人みんなで寄って、知恵を出し合って考えていくことを大切にしていきたいです。

伊賀市社協人事異動

●令和3年4月1日付(課長級以上)  
 常務理事 平井俊圭/事務局長(参事) 田邊寿/法人運営部長兼経理課長(副参事) 内田崇之/地域福祉部付フアンドレイジングマネージャー(主幹) 一見俊介/地域福祉部企画調整課長(主幹) 生間慎二郎/地域福祉部地域支援課長(主幹) 中森研/地域福祉部くらし支援課長(主幹) 寺田浩和/福祉サービス事業部通所介護課長(副参事) 尾登守/法人運営部 総務課長(主幹) 福村亜津美

三重県弁護士会 遺言の日  
 ・相続無料電話相談会

「良(4)い、遺言(15)」の遺言の日にあわせて、遺言書の書き方、相続に関する疑問点、後々相続でトラブルにならないよう今できること、相続問題で現にお困りの内容など、遺言と相続に関する問題全般に対応します。

【日時】4月15日(木)

午前10時〜午後4時

【相談専用特設電話番号 ※3回線】

☎059-228-3143

【相談担当】三重県弁護士会 高齢者・障害者支援センター所属弁護士

【問い合わせ先】三重県弁護士会事務局

☎059-228-2232

あいしあおう3月号の訂正とお詫び  
 「赤い羽根共同募金 法人募金」寄付者ご紹介で、一部表記に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。  
 【正】鶴宮神社・(株)福岡醤油店・結城好一税理士事務所

DVD 第2弾 完成!!

介護予防講師が教える  
 気分のヒケツ

個人への貸出もできます。ぜひ、ご利用ください♪

★貸出場所/伊賀市社協各地域センター

伊賀市社協公式 YouTube 放映中



◀チャンネル登録もよろしくお願ひします!

- ①感染予防のための手の洗い方
- ②きちんと食べよう
- ③口腔体操
- ④健口ソング【フルバージョン】
- ⑤歌に合わせて指おり体操
- ⑥歌と体操に合わせて脳トレ
- ⑦踏ん張る力をつけよう
- ⑧身近なタオルでこまめに体操
- ⑨元気ではつらつ体操
- ⑩イスを使った体操
- ⑪心の健康を保つリラックスメソッド
- ⑫ツボ押しでリフレッシュ

国土交通大臣認定

「移動・送迎サービス運転協力者講習」及び「セダン講習」受講者募集!!

●令和3年度 第1期講習!!  
 ●定員30名(定員になり次第締切)

- ◆日時/令和3年5月22日(土)・23日(日) 8:30~17:30 ※2日間通して受講が必要
- ◆場所/いがまち保健福祉センター「愛の里」(伊賀市愛田513)
- ◆受講料(資料代を含む)/伊賀市・名張市在住在勤の方 10,000円  
 その他の方 12,000円
- ◆申込・問い合わせ先/いが移動送迎連絡会事務局(伊賀市社協内)  
 ☎21-5866・FAX26-0002
- ※申込用紙は伊賀市社協各地域センターで配布またはFAXで送付  
 伊賀市社協HPからダウンロード可▶<http://www.hanzou.or.jp/>
- ◆申込期間/4月1日(木)~ ※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、延期する場合があります。



自分らしく 踏み出す一歩

働きたい悩みを抱えている人とその家族を支援しています。  
 ▶サポステ(15~39歳)

✿就職相談 利用無料  
 ✿各種講座 要予約

ハローワーク伊賀 出張相談日  
 4月20日(火) 13:00~16:00

来所できない人のために...

スマートフォンやパソコンを使用した「オンライン相談」実施します

【対象】「遠距離で交通が不便」「大勢の中にいることが不安」などの理由で、来所できない方

※必要な機材の設定や通信料は利用者負担。  
 機材の使用法の説明、利用規約の確認などがあります。

\*事前登録必要\*  
 ☎やメールでご連絡ください

若者の職業的自立のための総合相談窓口

サポステ

いが若者サポートステーション

☎&FAX/0595-22-0039 サポステ  
 ✉ iga-saposute@npo-en.or.jp  
 伊賀市上野丸之内500 ハイピア伊賀3階  
 ■開所日/月~金 9:00~17:00 (土日祝・年末年始は休み)



今日からできる 簡単手話講座

\*おもしろい\*  
 両手こぶしの小指側腹を同時に2~3回たたく



伊賀市健康福祉部障がい福祉課 ☎22-9657

専門家に作ってもらう  
遺言の方法（公正証書遺言）

1 相続をめぐって、自分の死後に争いがおこらないよう、遺言を準備しようと考えた花子さん。

遺産が少なくても  
もめ事になることも  
多いらしいしね・・・  
私の思いを  
きちんとこのこと  
おきたいわ。



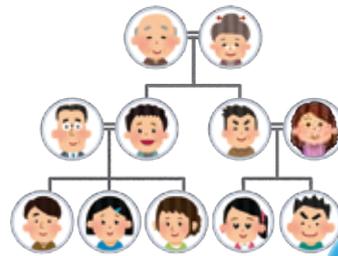
「公正証書遺言」の特徴

- 法律的な不備の心配がない
- 遺言作成手続きをめぐる紛争を予防できる
- 公証人が代署したり、自宅や病院まで出張したりもできる
- 公証役場で保管してもらえる



4 公証人の説明を聞くと、専門家に作成してもらうメリットがあることがわかりました。

2 けれど、花さんは自分で遺言を作成するのに不安がありました。



相続対象がどこまで  
とか、法律のことは  
全然わからへん・・・

遺言を作れるか  
自信もないし、  
困ったわあ・・・



証人になって  
もらえる人が  
いない・・・



「ご安心ください。  
まずはお気軽に  
ご相談くださいね。」



5 ただし、証人2人以上の立ち会いが必要で、財産の価値に応じた手数料が法令で決まっています。

3 そこで花さんは、法律の専門家に遺言を作成してもらう、「公正証書遺言」に興味を持ちました。

お任せください  
あなたの話を聞いて  
遺言を作成します

一から教えて  
ほしいわ



6 花さんは、公証人に相談しながら無事に遺言書を作成し、預かってもらいました。

確実な遺言を  
元気なうちに準備できて  
ほっとしたわ。



公正証書遺言は、法律に基づいた最も安全かつ確実な遺言方法です。お話を伺いながら、ご本人の意思に沿った形で遺言を作成することができます。人生の仕上げの作業として、少し先の未来を見つめて準備することで、老後の不安を取り除くことができますよ。まずは、お気軽に電話やメールでご相談くださいね。

公正証書遺言についてのお問い合わせは

伊賀上野公証役場

上野丸之内28 ラフォーレビル3階（エレベーター完備）

☎0595-23-6549 ・ メール u-kosho@ict.ne.jp

R2年11月  
に移転  
しました



## 数字で見る伊賀市の福祉

令和3年1月末現在 (前月比)

伊賀市の人口	▶ 89,689人 (-82人)	※集計処理の関係で、前々月末日時点の数値となります。 ※伊賀市の人口、65歳以上の高齢者及び高齢化率、75歳以上の高齢者及び後期高齢化率には、外国人住民を含めています。 ※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。 ※介護保険認定者数は要支援・要介護認定者数です。
65歳以上の高齢者	▶ 29,641人 (-27人)	
高齢化率	▶ 33.1% (±0%)	
75歳以上の高齢者	▶ 15,589人 (-42人)	
後期高齢化率	▶ 17.4% (±0%)	
介護保険認定者数	▶ 6,161人 (+2人)	

### あなたのまちのふれあい・いきいきサロン No.167



#### 「サロン絵かき」

メンバー数 / 11名  
 開催場所 / 韮田地区市民センター、馬場公民館  
 開催頻度 / 月2回 (第1・3水曜日)

「サロン絵かき」は2016年4月に馬場長寿会(老人クラブ)の部活動として発足しました。当初は「絵手紙」を描くことが目的でしたが、風景画や静物画、基本的なデッサンも描くようになりしました。サロンの最初の約束ごとは、「他人が描いたものを真似たり写真を見て描かず、現物を見て描く」だったそうです。絵を描くときは、デッサンの被写体を見たときの「美しい」「迫力があるな」などの感動を、どのように描くかを考えます。最初から思うように描くことは難しく、何度も描いているうちに徐々に手が動き始め、描けたときの喜びはひとしおだそうです。

現在11名の会員がいますが、当初の作品と比べると見違えるほど良い絵を描けるようになり、「絵を描くことが大好きで楽しい」と話しています。絵を描きたいと思っている方、地域を問いませんので参加しませんか。

#### ●活動を始めたきっかけ

絵手紙に共感したことから、日本絵手紙協会の月刊誌を通じて全国の絵手紙仲間と交流し、100通の絵手紙をやりとりしました。受け取った絵手紙を文化祭で展示したところ反響があり、15年ほど前に「絵手紙ゆめ倶楽部」が発足しました。

#### ●活動内容

活動は月2回で、地元の作品展への出展や、小学校やサロンで体験講座もしています。口コミで市内外から会員が増え、新たに島ヶ原や諏訪でのサークルや、「男の絵手紙いがめん倶楽部」もできました。コロナ禍では、上野地域センターの見守り事業に絵柄を提供しました。「人と人をつなぐ」「気持ちを伝える」絵手紙の目的は、見守りや支え合いの心と同じです。

#### ●今後の抱負

新しい生活様式にリモートやオンラインは必要だと理解していますが、古いものにも温かさや良さを感じています。こんな時こそ絵手紙の力を発揮し、感謝や勇気、希望を届けたいです。また、サークル活動を次世代に繋げていきたいです。



ふくきた わかつ  
**福北 辨** さん(83歳)  
 絵手紙ゆめ倶楽部 主宰

我らふくしゅんジャー



No.176

編集後記

表紙の地域福祉コーナーは、誰もがその地域で生き方ができる地域の実現をめざして、地域にのびたつなぐりづくりや参加・交流、学びの機会を生み出すコーディネートを専門に行うスタッフです。お気軽にご相談ください。

**編集・発行 伊賀市社会福祉協議会**

本部	〒518-0829 平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館 1階 ☎0595(21)5866 / FAX0595(26)0002
地域センター	上野 同上
	いがまち 同上
	島ヶ原 同上
	阿山 同上
	大山田 同上
青山	〒518-0226 阿保1988の1番地 青山福祉センター ☎0595(52)2999 / FAX0595(52)3555

