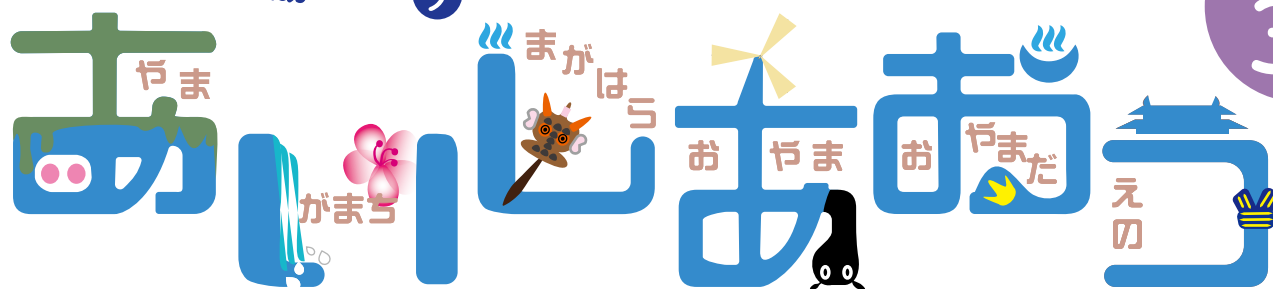


伊賀市社協だより



令和4年3月1日発行

No.192
3月号



特集 —新型コロナウイルス感染症の自宅待機者が急増—

伊賀市社協新型コロナウイルス緊急支援活動

自宅待機者のための食糧・日用品等配達
「おたがいさま便」の出動回数は
過去最大に。

特集

—新型コロナウイルス感染症の自宅待機者が急増—

伊賀市社協新型コロナウイルス緊急支援活動

自宅待機者のための食糧・日用品等配達 「おたがいさま便」の出動回数は 過去最大に。

2022年1月、新たな新型コロナウイルス感染拡大（第6波）の影響で、自宅療養者や自宅待機者の急増と共に、外出できないことで食糧や日用品が調達できない方が急増しました。伊賀市社協では、このような生活の危機に対応するため、部署を超えた緊急支援チームで支援活動を行いました。



家族が次々感染、長引く自宅待機期間。 食料や紙おむつも尽きてしまいました。(40代女性)

今回、夫が新型コロナウイルスに感染し、家族全員が濃厚接触者となりました。ようやく夫の熱が下がると、次は子どもの熱が上がりはじめ、陽性が判明しました。家族内で次々と感染が広がったために自宅待機期間も長くなり、ついに食べるものや紙おむつも残りわずかとなってきました。

頼れる親戚も近くにおらず、どうしようかと困り果てていたところ、社協広報の「おたがいさま便」の記事を思い出しました。電話で状況を伝え、食料や紙おむつなどを次の日には届けてくれるとのこと、すぐに申込みました。



熱が出て食欲もなく、ひとり暮らしでの 自宅療養生活が不安でした。(20代男性)

他県から親元を離れてひとり暮らしをしていて、新型コロナウイルスに感染しました。熱やのどが痛みがあり、どうしたらいいかわからず、ひとりで心細く不安でした。友人が「おたがいさま便」のことを調べてくれて、社協に電話しました。食欲がないことなどを話すと、おかゆや栄養補給ゼリーなど、食べやすいものを届けてくれるとのことでした。

慣れない伊賀の土地で自宅療養することはとても不安でしたが、本当に助かりました。



※写真はイメージで、事例は加工しています。



伊賀市社会福祉協議会

新型コロナウイルス対策緊急支援活動実施中

活動に必要な、寄付金・お米・保存食・未使用紙おむつを募集しています！

新型コロナウイルス感染症の影響による市民のみなさんの危機的状況から生活を守るために、伊賀市社会福祉協議会では市内全域での緊急支援活動を行うために、スタッフが全力を尽くしています。私たちがいち早く援助活動を行うことができるのは、日ごろからみなさまにいただいているご支援によるものです。ぜひ、お力をお貸しください。



■伊賀市社会福祉協議会 新型コロナウイルス対策緊急支援活動の一例（食糧等生活支援）

R2.4～R4.1 末

自宅待機者のための食糧・日用品等配達



提供件数
116世帯
339人分

新型コロナウイルスに感染または濃厚接触者となり、自宅待機等を指示され、買い物等が困難な市民が急増しています。親せきや知人等の支援を受けることが困難な方への生活支援と感染拡大防止のために、約1週間分の食糧や生活用品をを配達します。



R4年1月
受付開始

新型コロナウイルスの影響で、学生が仕送りやアルバイト収入の減少などにより、食べものや学費など生活や教育環境に問題が出ています。伊賀市出身の一人暮らしの学生をふるさと伊賀から応援するために、伊賀米を中心とした食糧や生活用品を届けます。



提供食糧
2,665セット

新型コロナウイルスの影響で、失業や減収などにより、食べることなど生活にお困りの方が増えています。フードパントリーや食糧支援、日常相談を通じて、生活相談や支援に結びつき、生活問題の根本解決につなげることをめざして支援しています。

毎月の寄付者募集



伊賀市社会福祉協議会

1日**33円**からできるサポート

私たちは、地域社会を良くするために、制度の狭間となる課題解決に挑戦し続ける団体です。ぜひ、ご寄付という形で私たちの活動を支えてください。

▶ ホームページからもお申込み可。
詳細は案内をお送りしますのでご連絡ください。

【申込・お問い合わせ先】 伊賀市社会福祉協議会
☎21-5866・FAX26-0002



生活の危機にある人や子どもたちを一人でも多く救うために、
あなたも「毎月の寄付者」になりませんか。

「地域で楽しめる!レクリエーション」冊子発行しました。

一部をご紹介します!

新型コロナウイルス感染症の影響で、ふれあい・いきいきサロンなどの地域活動にも制約が生じています。地域のサロンスタッフからは、「コロナ禍で外部講師を招くこともできず、自分たちでもできるレクリエーションはないか」との相談がよせられています。そこで、伊賀市社協の通所介護事業所で実践しているレクリエーションを、冊子にまとめました。冊子は、伊賀市社協窓口でお渡しするほか、ホームページからダウンロードできます。

老若男女問わず、地域などで取り組みやすいレクリエーションを12種類紹介しています!!



季節感を感じられるものやコロナ禍でも取り組めるレクリエーションもありますので、ぜひご活用ください♪



事前準備が必要なものもありますが、準備から一緒に参加してもらっても楽しめると思います★

タコ釣り

トイレットペーパーやキッチンペーパーの空き芯で作ったタコを魚釣りのように釣り、釣れたタコの数や得点を競うゲームです。

難易度：★★☆☆☆
 取り組みやすさ：★★★★☆
 目安所要時間：30分（5人程度）
 得られる効果
 ▶腕の曲げ伸ばしの運動になる
 ▶集中力を高める



■準備するもの

- ・トイレットペーパーなどの空き芯
- ・折り紙
- ・色鉛筆、ペン
- ・ゼムクリップ
- ・園芸用支柱 など
- ・セロハンテープ
- ・はさみ
- ・のり
- ・磁石
- ・紐
- ・おぼん



事前準備

【タコづくり】

- ① トイレットペーパーなどの芯に、折り紙を貼る。
- ② 下の方に切り込みを入れ、くるっと巻いてタコの足をつくる。
- ③ タコに顔を描く。
- ④ タコにゼムクリップをつける。

【釣り竿づくり】

- ① 支柱の先にセロハンテープで紐をつける。
- ② 紐の先に磁石をつける。
(強力な磁石がおすすめ!)



ゲームのルール

- ① 制限時間(30秒など)を設定し、タコを釣る。
- ② 釣れたタコの数や得点を競う。

ゼムクリップの数は自由で、数が少ないほど難易度が上がるハピ。慣れてきたらゼムクリップの数を減らしたり、位置を変えてみてハピ★タコに得点をつけて合計点を競ったり、参加者に合わせて楽しんでほしいハピ!



参加者の声

- ▶たくさん釣れた人にコツを聞いて、みんなで知恵を絞った
- ▶みんなで応援しながら楽しめた♪

変わったのど〜こだ？

1 度目に参加者の前に登場する時と、2 度目に登場する時とで、どこに変化があるかを探してもらうゲームです。

難易度：★☆☆☆☆
 取り組みやすさ：★☆☆☆☆
 目安所要時間：5 分～
 得られる効果
 ▷ 短期記憶をきたえる
 ▷ 集中力を高める

デイサービスセンター
 うえのやすらぎ
 プレゼンツ



■準備するもの

・取り外しが可能な小物



ゲームのルール

- 1 参加者の前に 1 度目の登場をする。
- 2 一旦参加者の視界から外れ、変身する。
- 3 参加者の前に 2 度目の登場をする。
- 4 参加者に変化した部分を見つけてもらう。



ビフォー ▶▶▶ アフター



わかりやすいものからわかりにくいものまで、工夫を凝らして色々な変化を楽しんでもらえるハピ！
 「ちょっと難しいかな？」と思っても意外にあっさり見つかったり、よく見てくれているのだな、と嬉しく感じる瞬間もあったハピ！



参加者の声

- ▶「メガネなどはわかるけど、ポケットにボールペンが入っているとかが難しくて飽きないわ。」
- ▶「ここかな？」「ここ違う？」と、話が盛り上がった！

ラップ芯を使ったレク

立てたラップ芯にペットボトルのキャップを入れ、中の積み上がったキャップが倒れないように芯を抜き取るゲームです。

難易度：★★☆☆☆
 取り組みやすさ：★☆☆☆☆
 目安所要時間：1 人あたり数分
 得られる効果
 ▷ 集中力を高める
 ▷ 手指の機能維持

デイサービスセンター
 しまがはら
 プレゼンツ



■準備するもの

・ラップ芯
 ・ペットボトルのキャップ
 (2 個合わせたものを作っておく)



ゲームのルール

- 1 ラップ芯を立てる。
- 2 ラップ芯の中にキャップを入れていく。
- 3 中でキャップを積みあげる。
- 4 中のキャップを崩さないようにゆっくり抜き取る。



対戦式でも、一人ずつでも OK！キャップを積むだけでも、指の運動になります★

10 個出来たあなたは名人！！
 ワクワドキドキ、指の運動にもなるし、たくさん積めた時には歓声もあがり、みんなで楽しめるハピ！
 デイサービスセンターしまがはらでは、最高 11 個までできて盛り上がりました。ぜひやってみてハピ♪



参加者の声

- ▶「頑張っても 8 個くらいやな〜」
- ▶「他の人が積めたら大拍手！！」
- ▶「ゆらすなよ〜！！」
- ▶「ゆらすなよ〜！！」

おしえて★ 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、もっと知りたいぐりっ★

今月お答えするのは

地域福祉コーディネーター4年目の、山本哲士です。地域福祉コーディネーターの1日についてご紹介します。



ねえねえ、地域福祉コーディネーターって、どんな仕事をしてるぐり？

私たちは個人や地域の困りごとを聴かせていただき、必要な支援につなげる仕事をしています。また情報を整理し発信することで福祉に関心を持ってもらい、住民同士で生活課題を解決していくための働きかけをしていく役割があります。窓口やお電話、訪問などさまざまな方法で困りごとの相談を受けて、どのように解決すれば良いか、一緒に考えます。また、誰もが気軽に立ち寄れる、ふれあい・いきいきサロンや子ども食堂、障がいのある人の日中活動の場づくりなど、新たなつながりを作ることに力を入れています。



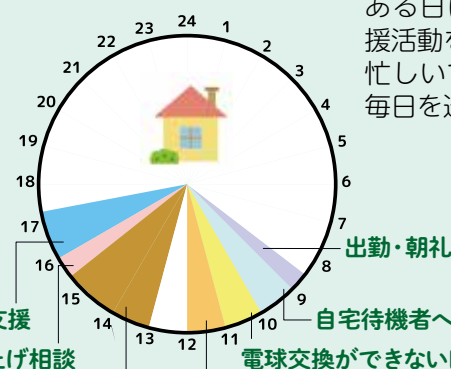
ふむふむ。1日のお仕事のスケジュールを教えてください。



↑ 山本
地域のみなさんと福祉問題について話し合う会議に参加している様子

地域福祉ネットワーク会議の支援
サロンの立ち上げ相談

阿山地域センター会費事業「居場所づくり連続講座」



ある日は、このような支援活動を行いました。忙しいですが、充実した毎日を送っていますよ。



出勤・朝礼

自宅待機者へ食糧・日用品の配達

電球交換ができない困りごとの電話相談

小学校で「出会いの授業」の打ち合わせ



へえ！いろんな活動支援を行っているぐりね。
山本地域福祉コーディネーターは、どんな思いで活動しているぐりか？

“one for all, all for one” みんなが助け合いの心を持っていれば、困っている時に「助けて」が言いやすい地域になります。“困った時はお互いさま”という気持ちを発信し続けて、ひとりの困りごとをみんなで考えていけるような、支え合える地域づくりを目指しています。



地域福祉コーディネーターって、地域のみんなと一緒に問題の解決を考えたり、人づくり・しくみづくり・地域づくりにつなげる役割があるぐりね♪
地域で「おたがいさま」のあたたかい気持ちが、どんどん広がってほしいぐり★

いが★グリオからのお願い

感染再拡大を防ぎましょう

ストップリバウンド

バイバイコロナ!

いつでもマスク

手洗い消毒

空

手洗いのタイミング

- 帰宅時
- せきやくしゃみ、鼻をかんだ時
- 食事の前
- トイレ後
- 咳やくしゃみをした時
- 外にあるものにさわった時

感染リスクの高まる5つの場面

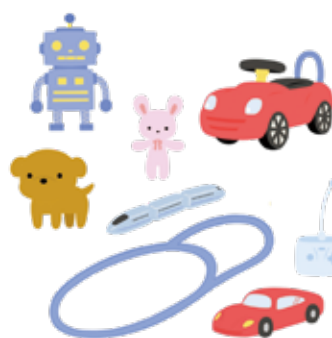
- 飲酒・ともなう懇話会等
- 大人数や長時間におよぶ飲食
- 狭い空間での共同生活
- マスクなしでの会話
- 職場の切りかわり

伊賀おもちゃ病院
開院日のご案内

動かない、音が出ないなど、おもちゃ箱や押し入れで眠っているおもちゃはありませんか？当日に修理できないものは入院（お預かり）します。

鉄道模型やブリキのおもちゃ等、プレミアのついているものは、修理によって評価額が下がることがありますのでご注意ください。

【診療場所】
伊賀市総合福祉会館2階 活動室1



【開院日時】 毎月第1土曜日
午前9時30分～午後3時まで
※4月・5月・令和5年1月は、第2土曜日

【修理費】 無料 ※部品交換は実費
【問い合わせ先】 伊賀おもちゃ病院
☎21・5866 (伊賀市社協)

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4年度第1期講習!!
●定員30名(定員になり次第締切)

◆日 時/令和4年5月21日(土)・22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/>

※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。

移動困難



自分らしく踏み出す一歩

15～49歳までの、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。

就職相談 各種講座 利用無料 要予約

無料パソコン講座

個別相談で!

【ワード】 3月14日(月)/16日(水)
時間 13:00～15:30
【エクセル】 3月18日(金)/23日(水)/25日(金)
時間 13:00～16:00

サポステ出張相談(ハローワーク伊賀)
3月15日 13:00～16:00

若者の職業的自立のための総合相談窓口

☎&FAX/0595-22-0039
✉ 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)

■訂正とお詫び

2月号で掲載しました、伊賀市社会福祉法人連絡会「福祉のしごと魅力の再発見」の内容に誤りがございましたので、訂正してお詫び申し上げます。

誤 ▼ 特別養護老人ホーム豊壽園
正 ▼ 特別養護老人ホーム伊賀シルバーケア豊壽園

数字で見る伊賀市の福祉

令和3年12月末現在(前月比)

伊賀市の人口	▶ 88,333人 (−133人)
65歳以上の高齢者	▶ 29,627人 (−20人)
高齢化率	▶ 33.5% (±0%)
75歳以上の高齢者	▶ 15,556人 (−13人)
後期高齢化率	▶ 17.6% (±0%)
介護保険認定者数	▶ 6,167人 (−68人)

※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。

あなたのまちの
ふれあい・いきいきサロン

No.178



カフェたまきいこかあ〜
メンバー数／17名
開催場所／玉滝地区市民センター
開催頻度／月4回(毎週金曜日)

玉滝地区の介護予防サロン「カフェたまきいこかあ〜」では、65歳以上の参加者12名と、運営協力者5名の17名が集まっています。普段は、参加者の健康維持を目標に健康体操、レクリエーションゲームを中心に毎週1回、金曜日の10時〜12時で実施しています。参加者にお話を聞くと「週1回のサロンが本当に待ち遠しい」「みんなと話すのが健康の源になっているんやわ」と話され、定期的集まる場があることで、日常生活がより生き生きとなることに役立っています。

代表者の徳村敬子さんは、「これからも健康維持や介護予防はもちろんのこと、会員同士が談笑しながら楽しい時間を過ごせる居場所づくり、参加者がいつまでも地域で元気に暮らせる力となれば」と話してくれました。

65歳以上の玉滝地域でお住まいの方ならどなたでも参加でき、参加回数は自由です。参加を希望される方は、下記までご連絡ください。連絡先は、(☎090-7914-4675 田矢) まで。

我ら！ふくし
レンジャー

No.187



おざき ひでお
尾崎 英男さん(52歳)
メナードカントリークラブ青山コース
副支配人

●活動を始めたきっかけ

「青山チャリティゴルフ大会」の開催場所として、メナードカントリークラブ青山コースを提供させていただいている中で、もっと直接的に地域にお役に立てることがないかと考えていた時に、「募金百貨店プロジェクト」の仕組みを知り、地域貢献につながる活動に賛同し参加しました。

●活動内容

普段から地産地消に積極的に取り組んでいますが、令和3年4月から「募金百貨店プロジェクト」の取組みとして、練習ボール1ケースの売り上げにつき一部を寄付し、市内の居場所づくりのための財源として活用いただいています。

ご来場の際には、是非とも練習場をご利用いただき、募金百貨店プロジェクトの活動にご協力いただければと思います。

●今後の抱負

今後、赤い羽根共同募金活動や法人募金への協力等もしていきたいと考えています。また、地域密着型のゴルフ場として活動を継続し、地域に貢献していければと思っています。

新型コロナウイルスの感染拡大によって、自宅待機者のための食糧・日用品等配達「おたがいさま便」は、1月後半から多い日には1日に10件以上お届けしています。コロナとの戦いはまだ続いています。みなさんが一日も早く日常を取り戻せるよう願っています。

編集後記

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
上野	〒518-0829 平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館 1階 ☎0595(21)1112 / FAX0595(21)8123
地域センター	いがまち 〒519-1413 愛田 513 番地 いがまち保健福祉センター「愛の里」 ☎0595(45)1012 / FAX0595(45)1050
	島ヶ原 〒519-1711 島ヶ原 4743 番地 島ヶ原福祉センター「清流」 ☎0595(59)3132 / FAX0595(59)3145
	阿山 〒518-1313 馬場 1128 番地の1 阿山保健福祉センター ☎0595(43)1854 / FAX0595(43)1577
	大山田 〒518-1422 平田 656 番地の1 大山田福祉センター ☎0595(47)0780 / FAX0595(46)1165
	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

