

伊賀市社協だより

# あしおま



R4.10.8 市民ふくし大学講座 講師の NPO 法人抱樸 理事長 奥田知志さん (前列中央右) と共に

## 謹賀新年

皆様におかれましては、輝かしい新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中は地域福祉の推進に関しまして、一方ならぬご支援ご協力を賜り、誠にありがとうございました。

さて、昨年も年明けからコロナに始まってコロナに  
くられる一年でした。今も後遺症や仕事の激減で苦しんで  
おられる市民の方々に心からお見舞い申し上げます。  
とりわけ第7波の8月には自宅待機者などに食糧や生活  
必需品を送りする「おたがいさま便」は月一千人  
分を超え、弊社だけの対応に限界を来しましたが、  
幸い多くの市民や企業のみなさまから、お金やお米を  
はじめとした食糧のご寄付、地元企業より配送や袋詰  
めのご協力を頂くことにより、支援を続けることがで  
きました。

未だに感染終息のきざしが見えませんが、こうした  
社会不安の状況だからこそ、お互いの助け合いが大切  
です。これからも息の長いご支援を宜しくお願い申し  
上げます。

最後になりましたが、市民の皆様のご健勝とご多幸  
をご祈念申し上げます、誠に粗辞ではございますが、  
年頭のあいさつとさせていただきます。

令和四年 元旦

(福)伊賀市社会福祉協議会 会長 平井 俊圭

役職員一同

# 「終活」

## 始めてみませんか

「終活」  
ってなに？

人生の最期のときを意識しながら、これからの人生を自分らしく生きる準備をし、亡くなったあとに備えること（日本FP協会）

自分の人生を振り返り、どのような最期を迎えたいのか、**「終活」**に取り組む人が増えています。

■ **遺産相続をめぐり、様々なトラブルが起こっています**



**事例① 遺産分割の話**  
がまとまらず、このままでは絶縁も・・・

富田さん（仮名・男性57歳）は、2週間前に急性心筋梗塞で母を亡くしました。急なことでしたが、葬儀もなんとか終えてほっと一息ついた時、弟から「兄さん、相続の手続きはどうするの？」と話がありました。

父は既に他界しており、母の遺産は弟と二人で分けることになりましたが、生前に母が「もし私に何かあったら、遺産は二人で話し合って決めてほしい」と話していたことを思い出しました。遺言書



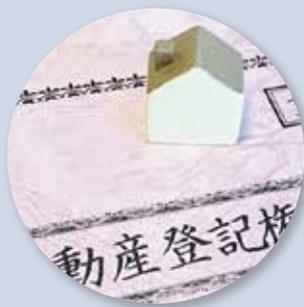
はありませんでした。母と同居していた富田

さんは、日々母の世話をしていたと主張しましたが、弟も外食や旅行などの費用負担は大きかったと主張しました。話し合いは平行線をたどり、以前は仲良かった兄弟が、このままでは絶縁してしまうかもしれないと言います。

**事例② 遺産は長男の住む土地建物のみ。相応の現金を渡すか売却するかで問題に。**

苗村さん（仮名・女性46歳）は、1か月前に父を亡くしました。脳梗塞で倒れた父の介護のために仕事も辞め、亡くなるまでの5年間、毎日のように実家に通いました。

実家には長男である弟が住んでおり、相続できる資産は、実家の土地建物のみ。売却すれば3千万円になりますが、弟は「今も住んでいるのだから売却は考えられない」と言います。しかも、弟は遺産分割に相当する現金



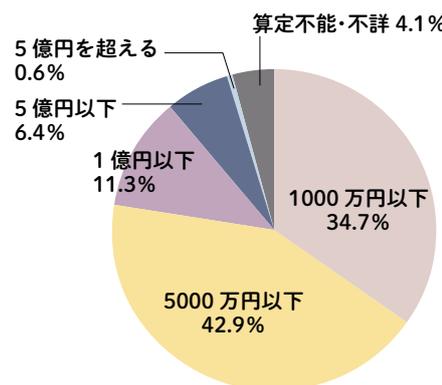
や預貯金はなく、今後も遺産を分けることはできないと言います。

苗村さんとしては、父の世話を殆どしなかった弟が全ての遺産を相続し、自分がゼロということに納得がいかず、相応の現金をもらうか、それができなければ家を売却し、平等に分けて欲しいと主張しましたが、聞き入れてもらえないと言います。

**相続トラブルは「お金の家庭の問題」と思いませんか？**

裁判所の統計によると、令和2年度の相続トラブルの77.6%が、土地建物を含む遺産総額5千万円以下の家庭で起こっており、富裕層よりも一般家庭の方がトラブルが多いという状況があります。

遺産分割事件の金額別内訳



「遺された家族が、もめることがないようにしたい」  
自身の死で、家族が争うことのないよう対策として、「終活」を始める人が増えています。  
家族のため、あなたのためにも「終活」を始めてみませんか？

伊賀市社会福祉協議会主催・終活セミナー

オンライン  
配信あり

# 「終活」から 「集活」へ ～つながりの大切さ～

2023  
1/30 [月] 13:30～16:00  
ヒルホテルサンピア伊賀 白鳳の間

定員100名  
参加費無料  
事前申込制

『集活』とは、『集まって話をする』『縁を集める』ということ。

「終活を意識したときに大切なことは、他者とのつながりを再認識すること」

と、立教大学社会デザイン研究所研究員およびライターとしてご活躍で、終活分野に造詣の深い星野哲さんはおっしゃっています。

本セミナーでは星野さんをお迎えして、様々な“つながり”の大切さについてご講演いただきます。

講演

## 「終活」から「集活」へ ～つながりの大切さ～



講師

立教大学社会デザイン研究所研究員

星野 哲さん

### ■講師プロフィール(ほしの・さとし)

立教大学社会デザイン研究所研究員、ライター。元朝日新聞記者。終活関連全般、ライフエンディングに関する分野の取材、研究を続けている。

立教大学大学院兼任講師、世田谷区生涯大学講師。サイト「集活ラボ」運営。著書に『人生を輝かせるお金の使い方 遺贈寄付という選択』（日本法令）、『遺贈寄付 最期のお金の活かし方』（幻冬舎）、『寺、再起動 『ゾンビ寺』かたの脱出』（法蔵館）、『「定年後」はお寺が居場所』（集英社新書）、『終活 難民 あなたは誰に送ってもらえますか』（平凡社新書）ほか。

●遺贈を受け入れている国際的人道支援団体や、身近な社会課題解決に取り組む団体活動紹介もあります。

申込方法 申込フォームまたはお電話にてお申し込みください。

※情報保障が必要な方は、お早めにご連絡ください。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、オンラインのみの開催となることがあります。

申込フォーム▶



申込・問合せ先 伊賀市社会福祉協議会 企画調整課 ☎ 0595-33-0064 ・FAX21-8123

主催 (福) 伊賀市社会福祉協議会

共催 (特非) 国境なき医師団日本、(特非) ワールド・ビジョン・ジャパン、(公社) セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン、(公社) プラン・インターナショナル・ジャパン、(一社) 日本地域福祉ファンドレイジングネットワークCOMMNET



令和4年度

# 地域食堂 研修会

令和4年11月9日に開催した地域食堂研修会についてご紹介します。



テーマ／

「こども食堂・地域食堂に行ってみよう!やってみよう!～支え合える地域のために～」

講師／NPO法人 太陽の家 理事長 対馬 あさみさん

## 多様な人との関わりが、子どもたちの“生きる力”に

今、コロナ禍の影響で人との関わりが少なくなっています。そんな中でも、地域でつながり、安心できる居場所を届けよう…という思いで、日々活動を続けています。「NPO法人 太陽の家」は2015年に活動をスタートし、こども食堂や学習支援、フードパントリー事業などを実施しています。「お腹だけでなく、心も満たしたい」という思いから、みんなでクッキー作りやクリスマスパーティーなども開催しています。

活動には、学生や主婦、シニア、企業など、多様な人たちにボランティア協力してもらっており、子どもたちは多様な人たちとの関わりの積み重ねから、「人に大切にしてもらえる」「安心できる」「また会える関係を築いていく」ということが、“心の栄養”となっていき、子どもたちの“生きる力”となっていきました。

子どもたちは大人が思うよりも自身の家庭事情を敏感に感じており、「自分に大学進学を選択肢はない」と思っている場合もあります。様々な人と関わる中で、いろんな選択肢や生き方を知ってほしいと思います。

現在の子どもの貧困率は14%と世界的にも高く、経済的格差が問題になっています。また児童虐待の件数・いじめの件数・不登校者数も過去最多となっており、家にも学校にも居場所がない子どもたちが増えていきます。近隣との関係も薄く、話ができる大人は親と学校の先生だけという子も多いですが、それすら出来ない子どもたちもいます。そんな社会の中で、こども食堂・地域食堂のような、家でも学校でもない大人と関われる「第3の居場所」が大きな役割を果たします。大変な時代だからこそ、人とつながり続けるために、「今あるもので、今できることを」実践しています。

小さなことから「今」一歩を歩んでいきましょう。

## 市内の地域食堂実践団体を紹介します！

### 久米ひだまりキッチン・久米ひだまりくらぶ

【場所】久米地区市民センター

【開催】毎月第4土曜日 ※変動あり

【対象】キッチン(地域食堂) ▶どなたでも  
くらぶ(学習支援) ▶久米小学校区内在住の小中学生



コロナ禍で活動が制限される中、“今、できること”から始めています。小学校との連携により、子どもの親世代がボランティアで協力してくれています。より多くの子どもたちに参加してもらえるよう、スタンプカードを作りました。今後も、スタッフも無理せず楽しく活動し、「やってよかった」「行ってよかった」と思える活動を、自分たちのできる範囲で続けていきたいです。



## 「地域食堂等支援助成事業」のご案内

伊賀市社協では、地域食堂の取り組みの推進と、さらに全市的な活動へと広げていくことを目的に、地域食堂等の立上げ・運営に対して、最大1万円の助成をします。

【申込・問合せ先】伊賀市社協各地域センター窓口 【申請期限】令和5年2月末日まで

※助成金額に上限がありますので、助成を希望される場合はお早めに申請してください。



◇この講習は、市民ふくし大学講座 専門講座です。

基礎講座

+

専門講座



# 伊賀市 ひきこもり サポーター 養成講座

定員/会場30名

※定員になり次第締切

参加費

無料



「ひきこもり」とは、「一定期間以上社会参加のない状態」とされています。この20年あまりの間で、ひきこもりは「個人の問題ではなく社会課題である」「個人の責任を超えた、学生時代のいじめや仕事のリストラ等の外的要因による発現」であることが示されました。

しかし、世間では原因や背景、早期支援の必要性といった理解は進まず、依然として個人や家族の問題として捉えられる傾向にあります。

ひきこもりについて正しく理解し、ひとりひとりが地域の中で何ができるのかを一緒に考えてみませんか。

令和5年 2月11日 土・祝 10:00~15:30

会場/いがまち保健福祉センター 研修室(愛田513番地)



## 講座内容

## 講義 『ひきこもりってなんだろう?』

講師/ノートルダム清心女子大学 准教授 中井俊雄さん

## 活動報告 伊賀市の取り組み紹介

報告者/伊賀市健康福祉部 生活支援課

伊賀市社会福祉協議会 地域福祉部 暮らし支援課

ひきこもりサポーター第1期生

## 講義 『本人や家族の想いを知ろう』

講師/みえオレンジの会 支部長 堀部尚之さん

みえオレンジの会 ピアサポーター

## グループワーク 「安心できる居場所ってどんなところ?」

まとめ・ひきこもりサポーターガイダンス

## 講師からのメッセージ

65人に1人は「ひきこもり」だとされています。ひきこもりは、限られた人だけの問題ではありません。ひきこもり支援について一緒に考えてみませんか。



■受講対象/伊賀市在住・在勤・在学の方

■申込方法/1月4日(水)より申込開始。  
申込専用フォームまたは電話・FAX・メールで、住所・氏名・電話番号・メールアドレス・情報保障の希望をお知らせください。

■申込締切/1月24日(火)

★受講者には、修了証を発行します。

さらに、身近な地域での見守り活動や居場所での支援などに継続的に活動できる方は、登録書の提出により、ひきこもりサポーターとして登録できます。

★新型コロナウイルス感染症拡大により、中止および開催手法・時間・内容を変更する場合があります。

お申し込み 伊賀市社会福祉協議会 暮らし支援課

・連絡先 ☎22-0084/FAX21-8123/メール oaico@hanzou.or.jp

◀申込専用  
フォーム

■共催/伊賀市、伊賀市社会福祉協議会 ■後援/三重県、三重県社会福祉協議会、みえオレンジの会



お気軽に  
お問い合わせください



## フードパントリー(食糧・日用品の配布)

要予約  
先着80世帯

受取日 令和5年 **1月30日月・31日火**

対象 さまざまな理由により、生活にお困りの世帯

申込期間 1月4日(水)～1月20日(金)  
※土日祝除く、8:30～17:00まで

申込 申込専用フォームまたは電話で申し込み

申込専用  
フォーム



### 受取場所(順不同)

特別養護老人ホーム森の里 (腰山1135)	養護老人ホームこうふう苑 (四十九町 1870-8)
ふっくりあ (緑ヶ丘南町3948-16)	いが児童発達支援センターれいあろは (土橋178-1)
盲養護老人ホーム梨ノ木園 (朝屋 734-1)	工房楽々あやま多機能型事業所 (馬田1473)
特別養護老人ホームぬくもり園 (馬場600)	特別養護老人ホームゆめが丘鶴寿園 (ゆめが丘2丁目1-3)
プレイヤード作業所 (久米町166-1)	サービス付高齢者向け住宅 笑みの森 (阿保 245-1)
特別養護老人ホーム彩四季 (市部奥山2611-5)	特別養護老人ホーム伊賀の街 (小田町 346-13)
特別養護老人ホームさわやか園 (山出字金坪2220-10)	伊賀市社会福祉協議会 本部 (平野山之下380-5)
おおぞら (高畑 784-2)	

●上記場所での受け取りが困難な場合は、配達することも可能です。下記までお問い合わせください●

申込・問い合わせ先 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本部) ☎(0595)21-5866

主催/伊賀市社会福祉法人連絡会 ■協力/伊賀市民生委員児童委員連合会

## 伊賀市社会福祉法人連絡会 令和4年度 市民向けセミナー

～あなたの困りごとを「安心」に～  
みんなでお悩み解決セミナー



とき 令和5年2月4日[土] 13:30～16:00 (受付13:00～)  
ところ 伊賀市文化会館さまざまホール

### 事例①

テーマ「気をつけて！  
還付金詐欺」(VTR出演)  
劇団  
「いが“悪徳”バスターズ」

### 事例②

テーマ「終活」  
自分が死んだ後に、  
周りが困らないために

### 事例③

テーマ「見守り支援」  
ひとり暮らしのお年  
寄りが、家の中で倒  
れているかも?!



### ◆助言者

熊田法律事務所 弁護士 熊田 均氏 (伊賀地域福祉後見サポートセンター運営委員会 委員長)

皇学館大学 現代日本社会学部 現代日本社会学科 准教授 大井 智香子氏 (伊賀市地域福祉計画推進委員長)

事例をもとに、  
みんなで考えてみましょう!

事前申込必要  
参加費無料

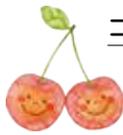
申込方法 参加希望の方は、申込フォームまたは下記までお申し込みください。 ▶申込フォーム

申込・問い合わせ先 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内) ☎0595-21-5866・FAX26-0002

主催/伊賀市社会福祉法人連絡会 ■後援/三重県社会福祉協議会、伊賀市、伊賀市民生委員児童委員連合会



コープみえ「くらしあんしん講座」・伊賀市社会福祉協議会・名張市社会福祉協議会 共催



# 食べること・生きること・つながること

～私たちができるミライ応援団!!～

令和5年

**2月4日 土**  
13:30～15:00

オンライン/定員なし 参加費 無料  
会場/定員20名

参加方法

- Zoomオンライン視聴
- パブリックビューイング会場/  
名張市総合福祉センターふれあい(名張市丸之内79番地)

⑩子どもの貧困



⑨生活困窮



全国調査では、子どものいる家庭の8軒に1軒が、相対的貧困状態であると推定されています。伊賀地域の生活相談支援の現状や、子ども食堂の活動を通して、コロナ禍で子どもを取り巻く環境を知り、ミライに向けてわたしたちができることを考えてみませんか。

### ▶相談の現場から「生活相談の現状と支援」

報告/名張市社会福祉協議会・伊賀市社会福祉協議会

### ▶地域の現場から「子ども食堂の取り組み」

報告/名張・伊賀市内の子ども食堂実践者

講師・コーディネーター/

東京都立大学 人文社会学部 准教授 室田 信一氏

ファシリテーター/生活協同組合コープみえ



(講師プロフィール) 東京都立大学 人文社会学部 准教授 1977年生まれ。東京都練馬区出身。専門は地域福祉の実践研究やコミュニティ・オーガナイズング。アメリカの大学で社会学、大学院でソーシャルワークを学び、その後ニューヨーク市内のNPOでコミュニティ・オーガナイザーとして勤務。日本帰国後に博士号を取得。大阪のNPOでコミュニティソーシャルワーカーとして勤務。2012年4月より現職。内閣府子供の未来応援基金事業審査委員会委員、東京都社会福祉審議会委員など



- 申込方法/1月27日(金)までにお申し込みください。メールでのお申込みは、件名を「くらしあんしん講座」とし、開催日・参加方法・名前・電話番号・参加人数を記入の上、送信してください。
- 注意事項/講師は来場しません。体調不良の場合は、参加をお控えください。新型コロナウイルス感染拡大状況によって、オンラインのみとなる場合があります。

申込・連絡先

生活協同組合コープみえ 組織活動推進課  
☎ 059-271-8503 メール/igaarea@coop-mie.jp

メール作成  
画面はこちら▶



松坂士業会主催「終活無料相談会」  
in伊賀市総合福祉会館

相続でモメない遺産分割の方法は？ 自筆証書遺言と公正証書遺言のメリット、デメリットは？多額の財産があるのですが、どれくらい税金がかかりそうですか？ 具体的な節税案はあるのでしょうか？ 成年後見についてメリット、デメリットはあるのでしょうか？ 費用はどれくらいかかるのでしょうか？ お墓を継ぐ家族がないので墓じまいをしたいのですが、どのような手続きが必要でしょうか？ エンディングノートはどう書いたらいい？

そんな終活に関するお悩みを、弁護士・税理士・司法書士・行政書士・終活アドバイザーが一堂に会してお答えします。またとない機会ですので、是非ご参加下さい。

【開催日時】 1月25日(水)  
午後1時30分～午後4時30分

【会場】 伊賀市総合福祉会館2階会議室

【費用】 相談料無料

(※一組あたり1時間程度)

【申し込み先・問い合わせ先】  
お電話にてお申し込み下さい。  
松坂士業の会(担当:池田)  
☎0596172-855915



**サポステ**は  
あなたの「働く」を  
応援します～

就職相談 利用無料  
各種講座 要予約

仕事に  
いかに  
いかに  
無料パソコン講座  
【ワード】2月6日(月)/8日(水)  
【エクセル】2月13日(月)/15日(水)  
/20日(月)  
時間 13:30～16:00

**サポステ** は、働くことに悩みを抱えている15～49歳までの方にじっくりと向き合い、専門的な相談やさまざまな支援プログラムを通じて、就労に向けたサポートをする厚生労働省委託の支援機関です。  
※ご家族からのお話も聴かせていただきます。

サポステ出張相談(ハローワーク伊賀)  
1月17日 13:00～16:00

●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。

**サポステ** ☎&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  
いが若者サポートステーション ■開所日/月～金 9:00～17:00(土日祝・年末年始は休み)

広告募集中!



## 数字で見る伊賀市の福祉

令和4年10月末現在(前月比)

伊賀市の人口	▶ 87,544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。
65歳以上の高齢者	▶ 29,597人 (+146人)	
高齢化率	▶ 33.9% (+0.3%)	
75歳以上の高齢者	▶ 15,891人 (+29人)	
後期高齢化率	▶ 18.1% (-0.1%)	
介護保険認定者数	▶ 6,189人 (+41人)	

## あなたのまちのふれあいいきいきサロン

No.188



## フレンズ

メンバー数 / 15名  
 場所 / 愛宕町集議所  
 開催頻度 / 月1回



令和4年5月から、子どもの居場所づくりの一環としてサロンを開催しています。月に1回日曜日の午前中、地域を限定せず、幼児から小学生を対象に、季節にあった内容の遊びを楽しんでいます。現在は2歳から小学5年生まで、幅広い年齢のお友達と、楽しみながらひとときを過ごしています。

「フレンズ」の特徴は、遊びの中に英語と季節のイベントを取り入れ、英語やその季節に合ったイベントにも親しめる内容を実施していることです。回を重ねて徐々に仲間意識も芽生え、子ども同士がお友達になれているようです。開催日は不定期ですので、サロンをお手伝いしていただける方や、「サロンに参加してみたい」と思われる方は、社協までお問合せください。

10月にはハロウィーンを楽しみ、せんべいやクッキーにチョコペンでデコレーションをしたり、フェルトでカボチャのグッズを作りました。毎回、子どもたちの想像力と発想力に驚き、感動しています。

## 我ら！ふくしレンジャー



No.197



つねおか けいこ  
 常岡 敬子 さん (69歳)  
 (老人福祉施設 施設長)

## ●活動を始めたきっかけ

パートで看護師として働いていましたが、子どもの成長と共に、これからは自分の将来の為になり、生きがいになる仕事がしたいと考えていました。「お年寄りが好き」との思いで、46歳で現在の施設に入職しました。病院の仕事と違い、入居者様や利用者様の「生活の場である」ということを最初に教えていただきました。

## ●活動内容

地域に介護予防拠点が望まれていたこともあり、平成31年に介護予防を目的とした「ぬくもり園 おとまる」、令和4年10月には、旧阿山支所跡に介護予防サロン施設と、グループホームなどを建設しました。介護予防サロン施設では、子どもから高齢者まで地域のみなさんの困りごとや相談、催しや活動の場に活用されることを願っています。

## ●今後の抱負

地域のニーズをキャッチし、住民の方々と一緒に今後も社会貢献活動に参加したいと思います。「介護予防サロン」を拠点に、相談ごとを関係機関と連携し、解決に繋げていきたいと思っています。

表紙は、市民ふくし大学講座で「助けてと言えぬまち」ひとりにはないという支援「」をテーマにご講義いただいた、奥田知志氏と社協職員の写真です。令和5年も、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職員一同邁進して参ります。

## 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
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 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



●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。

No.202 1月号

8