

伊賀市社協 だより

令和7年5月1日発行

No.230
5月号



みなさんのくらしやまちづくりを応援します！
(R7 地域福祉部門スタッフ)



統括マネージャー



がまち地域センター



上野地域センター



ヤマ田地域センター



御土原地域センター



阿山地域センター



青山地域センター



地域支援課

くらし支援課



権利擁護支援課



企画調整課



5月12日は
「民生委員・
児童委員の日」



ご存じですか？ 民生委員・児童委員

▶ 地域における困りごとのつなぎ役

守秘義務のある民生委員・児童委員は、地域の身近な相談相手です。

誰に相談したらよいかわからない介護のことや子育てのこと、ひとりで抱え込まずご相談ください。

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・児童委員は、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。

民生委員・児童委員は

いつもあたたかい目で、地域を見守っています。

地域の一員として、担当の地域で高齢者や障がいのある方の
安否確認や見守り、子どもへの声掛けなどを行っています。

民生委員・児童委員は

身近な相談相手・専門機関へのつなぎ役です。

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、ひとりで
抱えていませんか？民生委員・児童委員は、様々な相談にのり、一緒に悩み、考えます。

そして、相談内容に応じ、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。
また、活動中に知り得た相談内容や個人の秘密を守り、個人の人格を尊重することをお約束します。



伊賀市では定数311人の
民生委員児童委員が
活動しています。



伊賀市民生委員児童委員連合会（事務局／伊賀市社会福祉協議会 企画調整課 ☎33-0064）

伊賀市民生委員児童委員連合会の活動事例紹介



市長との懇談会



連合会理事会メンバー視察研修



伊賀市民生委員児童委員連合会 全員研修

地区民生委員児童委員協議会の活動事例紹介

●伊賀市民生委員児童委員連合会は、市内14地区の民生委員児童委員協議会で構成されています●



●上野南部地区民生委員児童委員協議会

日常の活動としては、自治会役員や地域住民の皆様との協力を得ながら、高齢者や一人暮らしの方々の安否確認を行っています。さらに、月に一度の定例会では、それぞれ活動状況を報告しあい、情報共有を図っています。そのほか、上野南部住民自治協議会が開催する勉強会にも参加し、地域防災や福祉に関する知識を深めています。

令和6年7月には、伊賀地区交通安全協会様とともに高齢者宅を訪問し、交通事故や特殊詐欺の被害に遭わないよう、パンフレットや具体的な事例を用いて説明し、注意喚起を行いました。また、同年11月には、伊賀市消防団女性分団「しのび小町」の皆様とともに、秋の火災予防運動期間中に高齢者宅を訪問し、防火意識の確認を行いました。具体的には、火災報知機の有無、暖房器具の種類、調理器具の安全機能、避難経路などについて、アンケート形式で調査しました。

●青山地区民生委員児童委員協議会

令和4年の民生委員・児童委員の一斉改選から、活動も3年目に入りました。ほとんどが新メンバーという中でのスタートとなり、手探り状態の中で、地域の皆様に助けてもらいながら、やっと一人一人、地に足がついてきたところです。

毎月の定例会の冒頭には、全員で「民生委員児童委員信条」を朗読し、社会奉仕の精神を持つことや常に住民の皆さんの立場に立つことを肝に銘じ、議事を進めています。ほぼ毎月、講師を招いた研修会や意見交換の場を設け、一人ひとりのスキルアップに努めています。また、4つの部会（地域福祉部会・高齢障がい部会・児童部会・広報部会）と主任児童委員の活動についても、部長を中心に話し合いの場を設け、信条に基づいた研修や活動を進めてきました。私たちは地域における身近な相談役・つなぎ役として住民の皆さんに寄り添って活動に取り組みたいと、いつも話し合いをしています。



「ひきこもり」の サポートをしています！

ひきこもりの課題は、現代社会において決して特別なものではなく、誰にでも起こりうるものであり、あらゆる世代に関わりがあります。ひきこもり状態にある方の多くは、困難な問題に精一杯対処しようとした結果「心」と「体」のエネルギーが枯渇した状態にあると考えられます。



伊賀市社協は、ご本人のペースに寄り添いながら共に歩む「伴走者」でありたい、また、ご本人のためにも、ご家族が元気でいられることを心から願っています。さらに、地域の皆様に「ひきこもり」についての理解を深めていただき、ひきこもりの方々にやさしい地域づくりを進めていきたいと願い、様々な支援活動に取り組んでいます。

「ひきこもり」
ってなに？

- 様々な理由から、学校への登校、アルバイトや仕事などの外との交流を避け、原則的には6ヶ月以上にわたって家庭にとどまり続けている状態です。
- ▶他者と交わらない外出（買い物、ドライブなど）は可能なこともあります。
- ▶ひきこもりは、原則として統合失調症の患者は含まれないが、推計数には、診断前の患者が含まれている可能性があります。
- ▶「ひきこもり」は「状態」であり、そのものは病気でも障がいでもありません。



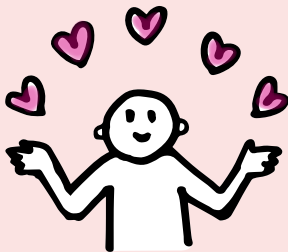
家族会を 開催しています

ひきこもりの相談はご家族の方から始まることが多いです。ご家族は悩み、様々な言葉かけや行動をされると思います。ひきこもり期間の経過と共に、ご家族が疲れきってしまう姿を拝見する機会が多くあります。

大切なことは、ご家族が元気でいてくださることです。ご家族がひきこもっているご本人に関わり続けてゆけるよう、ご家族同士の仲間作りとして、家族会の設立支援もしています。

同じ悩みを抱えるご家族と交流し、少しホッとする時間を持ちませんか？

次回家族会は
5/17(土)
13:30～
伊賀市総合福祉会館で
開催します！



ひきこもり家族交流会

- 📍 奇数月の第2か第3土曜日 13:30～15:30
- 📍 伊賀市総合福祉会館（平野山之下 380-5）
- 👤 三重県内在住の、ひきこもり当事者の家族 🆓 無料
- ☎ 伊賀市社協 暮らしサポートセンターおあいこ（ひきこもりサポート nest）
※電話相談は平日 8:30～17:15
0595-22-0084・090-3483-2584
Mail nest@hanzou.or.jp



ひきこもり家族会研修会の様子

4月から新たに
スタッフに加わった
くらし支援課の中西です！
よろしくお願いします。



紹介します！

「nest」について、スタッフがご

に開所しました。

できる居場所として、2018年

の方や家族が相談していただいた

り、自由に集まっていたいたり

nest は、伊賀市初のひきこもり

ひきこもりサポート



について
紹介します！

Q. 「nest」では、 どんなことができますか？

A. フリースペース開所日には、3～5名ほどの方が自由に出入りされています。みんなで会話を楽しんだり、百人一首などのゲームをしたり、お菓子作りや映画鑑賞をしたりしています。

また、季節の行事やイベントをみんなで考え、楽しい企画を立てながら過ごしています。



ひとりひとりにあわせた
オーダーメイドな
居場所です！



nest（フリースペース開所）

✓ 毎週水・金曜日 13:00～16:30
※年末年始・祝日は閉所

📍 伊賀市社協 くらしサポートセンター
おあいこなまちサテライト(上野中町 2980)

👤 ひきこもり状態でお悩みの方やご家族 📞 無料

☎ ひきこもりサポート nest
0595-22-0084・090-3483-2584
※電話相談は平日 8:30～17:15
Mail nest@hanzou.or.jp



Q. 「nest」という言葉には、 どんな意味があるのですか？

A. nest には、英語で、巣・居場所という意味があり、利用される皆さんが相談しやすく心地良い場所となるように思いを込めて名付けたそうです。



Q. どのように相談すればよい？

A. nest では、ご本人やご家族からの電話やメール・来所等、相談される方が話しやすい方法で、丁寧にお話を伺います。

不安なことがある方や、nest に興味を持ってくださった方は、ぜひお気軽にお越しいただくか、ご連絡くださいね。

まずは、お気軽に
お電話くださいね！



生活相談会と、
お米の無料提供

対象▶

伊賀市にお住まいの、物価の値上げなどで、
生活に影響を受けている**子育て世帯**

お米
パントリー



日時 2025年7月13日(日)
時間 9:30～11:30
場所 伊賀市総合福祉会館
駐車場(平野山之下 380-5)

要予約
先着200世帯

申込開始日

5月12日(月)
8:30～

- 締切 6月6日(金) ※定員になり次第受付終了
- 当日、お困りごとの相談もできます。
- 当日来場できない場合は、事前にご相談ください。

申込・お問い合わせ先

伊賀市社会福祉協議会
くらしサポートセンターおあいこ
☎ 0595(22)0084

申込専用
QRコード▼



お米5kgを
おわたします

伊賀の米農家さん
からの贈り物で、
生活を応援!



●主催／(福)伊賀市社会福祉協議会 ●協力／伊賀市社会福祉法人連絡会・伊賀市民生委員児童員連合会
★この事業は、米農家さんから伊賀市社協への寄付米および共同募金配分金を活用して実施します。

毎月の寄付者募集

1日**33**円からできるサポート



伊賀市社会福祉協議会

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。

【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、人生の危機にある人やこどもたちを
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。



国土交通
大臣認定

交通空白地有償運送の資格取得にも有効です!

「移動・送迎サービス運転協力者講習」
「セダン講習」受講者募集!!

- 定員 27 名(定員になり次第締切)
15 名未満の場合は開催できない
場合があります。

日 時

令和7年5月10日(土)・11日(日)8:30～17:30

会 場

いがまち保健福祉センター「愛の里」(愛田 513)

受講料
(資料代を含む)

伊賀市・名張市在住在勤の方 12,000 円
その他の方 15,000 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) ☎33-0064・FAX21-8123
※専用フォームまたは伊賀市社協ホームページから申込書をダウンロード
し、FAX で送信するか、申込用紙を地域センターへ提出してください。



◎移動困難



▼申込フォーム



伊賀音楽療法研究会主催
「うたおう会」参加者募集

伊賀音楽療法研究会では、健康・健口維持のため、登録制・有料で「うたおう会」の参加者を募集します。

【開催日／会場】 いずれも1時間

① 第1金曜日 10時

伊賀市総合福祉会館2階

② 第2火曜日 13時30分

上野東部地区市民センター3階（上野商業高校跡地、緑ヶ丘バス停徒歩7分）

③ 第2水曜日 10時

伊賀市総合福祉会館2階

④ 第3木曜日 10時

上野西部地区市民センター（西町または向島町バス停徒歩2分）

⑤ 第4月曜日 13時30分

上野南部地区市民センター（桑町駅徒歩5分、桑町南口バス停徒歩4分）

【参加費】 1回400円 ※参加時に持参

【申込方法】 電話で、第3希望日まで、氏名、住所、電話番号、生まれた年をお知らせください。定員等の都合でご希望に添えない場合があります。

参加日は、決定次第電話で連絡します。

【その他】 暴風警報・暴風雪警報発令時は中止します。その他の中止の場合は、事前に連絡します。

【申込・問合せ】 伊賀音楽療法研究会

福田 ☎090-7436-1876

伊賀市社協
通所介護事業所終了のお知らせ

このたび弊会では、平成16年（2004年）3月の開設以来、事業運営を続けてまいりました「デイサービスセンターうえのやすらぎ」（上野忍町）につきまして、経営状況の悪化や人員不足の深刻化により、今後の健全な運営の継続が困難であると判断し、令和7年5月30日をもって事業を終了することとなりました。

ご利用者様、ご家族の皆様をはじめ、ご理解とご協力を賜りました関係者の皆様、そして地域の皆様に、長年にわたるご支援とご愛顧に深く御礼申し上げます。

なお、事業終了後は、地域福祉の推進に資する活動拠点として活用していく所存です。引き続き、ご支援とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

社会福祉法人伊賀市社会福祉協議会



答えは下

Q A ふくしクイズ

Q. 「ユニバーサルデザイン」とは、どのような考え方やデザインのことでしょう？

- A. 障がいのある人のために特別に作られたデザイン
 B. 高齢者や障がい者に配慮した特別な設備のこと
 C. 誰もが使いやすいように最初から工夫されているデザイン
 D. 必要な人にサポートを提供する仕組みのこと

福祉・保育の仕事をお探しの方に

福祉のinみえ
就職フェア参加法人
80法人
(予定)

日 時 令和7年6月22日(日)
13:00~15:30
会 場 メッセウイング・みえ
(津市北河路町19-1)



主催／
三重県福祉人材センター
☎059-227-5160

広告募集中！

サポステは あなたの
働きたい気持ちに寄り添う場所

レッツサポステ

15~49歳までの「仕事に就きたい人とその家族」を応援！

サポステ ☎0595-22-0039
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・年末年始休)

※就職相談・各種講座※
利用無料・要予約

5月 無料パソコン講座
時間 10:00~15:15

19日(月)	21日(水)	28日(水)
	26日(月)	

出張相談(ハローワーク伊賀)
5月20日 火
13:00~16:00

要予約

ご不要車買取ります

・年式の古い車
・乗らなくなった車

愛車の買取なら地元企業の
亀井商事

出張買取 査定費用 0円 買取手数料 0円

株式会社 亀井商事
Joy-Auto サービス 青山店
伊賀市青山羽根381-27

買取受付ダイヤル
0595-62-3131

株式会社 亀井商事 青山店 0595-62-3131

数字で見る伊賀市の福祉

令和7年2月末現在（前月比）

伊賀市の人口	▶ 84,358人（-93人）		
伊賀市の世帯数	▶ 40,499世帯（-6世帯）		
65歳以上高齢者数	▶ 28,802人（-25人）	高齢化率	▶ 34.1%（±0%）
75歳以上高齢者数	▶ 16,841人（+51人）	後期高齢化率	▶ 20.0%（+0.1%）
介護保険認定者数	▶ 6,130人（-52人）		

あなたのまちの
ふれあい・いきいきサロン

No.216



古希シスターズ

メンバー数／11人

開催場所／甲野公民館グラウンド

開催頻度／月4回

「古希シスターズ」は、老人クラブの解散をきっかけに、グラウンドゴルフをしていた方の誘いを受け、令和5年に発足しました。現在、メンバーの約8割が女性で、おしゃべりを楽しみながら和気あいあいとプレーをしています。

当初は健康維持を目的に活動していましたが、次第に地域貢献にも力を入れるようになり、使用するグラウンドの清掃などのボランティア活動にも積極的に取り組んでいます。さらに、サロンとしての活動を開始してからは、介護予防出張講座なども活用し、活動の幅を広げています。

代表の和田さんは、「グラウンドゴルフは健康や体力づくりだけでなく、ゴールを狙うことで集中力も高められます。また、介護予防出張講座は参加者に好評で、今後も定期的に取り入れたいです。集まることで情報交換の場にもなり、みなさん参加を楽しみされています。これからは、グラウンドゴルフの遠征試合を企画し、他の地域の方々との交流も深めていきたいです。」と語っています。

我ら！ふくし
レンジャー

No.225



もとむら のぶとし

本村 晋敏さん(58歳)
(上野在住)

●活動を始めたきっかけ

東京に転勤後、28歳で伊賀に帰郷し、幼少期からの知り合いに消防団に誘われて、育った地域に恩返しができると思い入団しました。入団当初は組織の縦社会の特徴を理解するのに時間がかかりましたが、地域の安全を守るためにはそれが必要であることも理解しました。

●活動内容

30年間消防団で活動し、知り合いも増えました。救命スキルを身につけたことにより、地域や勤務先での心肺蘇生法や応急手当の普及活動にもやりがいを感じています。また、勤務先の企業が災害時に地下水を役立てられることを知り、ボランティアセンターの支援企業として登録しました。さらに、災害ボランティアセンターの運営委員や、岩手県山田町や能登半島などの被災地支援にも参加しています。

●今後の抱負

ボランティア活動に終わりはなく、多くの人々が繋いでいくものだと思います。消防団経験者を増やすことは地域の防災力向上にも繋がると考え、積極的に次世代に引き継いでいきたいと考えています。退団後は地域とのパイプ役として、地域活動に関わり続けていきたいです。

伊賀市社協では209人のスタッフが、地域福祉活動の推進や相談支援、福祉サービス提供などに携わっています。新年度が始まり、社協メンバーも新しいスタッフも迎え、新たな気持ちで取り組んでいきます。ぜひお気軽にお声かけください！

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	〒519-1313 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