

伊賀市社協 だよ

令和8年3月1日発行

No.240
3月号



第10期

災害

ボランティア
コーディネーター

養成講座【入門編】

—災害発生！その時あなたや地域はどう動く？—
助け上手・助けられ上手になるための
災害対応力アップ講座
開校！

1日目

R7.12.7 (Sun)



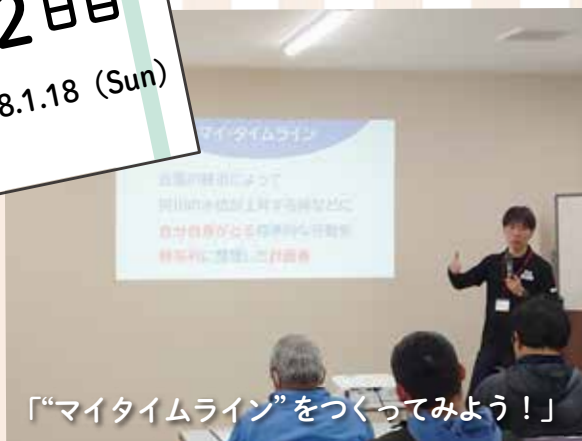
「市内での災害ボランティアセンター活動事例」



「災害ボランティアセンターについて」

2日目

R8.1.18 (Sun)



「“マイタイムライン”をつくってみよう！」



「災害時要援護者支えあいマップ」作成ワークショップ」

伊賀地域では、伊賀上野地震で死者 600 名、東近畿大水害で死者・行方不明者 336名を出すなど、これまで幾度も大きな災害被災を経験してきた歴史があります。

自分も地域も「助けを受け入れる力・助けを求める力」を高め、「助け上手・助けられ上手」になり、災害に強いまちづくりを目指して学び合っています。



地元で起こった、過去の 災害対応事例に学ぶ

平成 25 年 9 月、伊賀市災害ボランティアセンターが 初めてボランティアを受け入れ

平成 25 年、台風 18 号の影響で、木津川支川・服部川の霞堤から溢水が発生し、JR 伊賀上野駅の南に位置する三田高砂地域が冠水する被害が発生し、伊賀市災害ボランティアセンター高砂サテライトを開設し、9 月 18 日～19 日の 2 日間で、148 名のボランティアが支援活動を行いました。発災当時、高砂地区の会計として支援活動に関わった町野さんにお話を伺いました。



町野 憲司さん
(現三田地区市民センター長)

被害地域では食事や電気など生活基盤が失われ、住民は厳しい状況に置かれていました。仕事も休んで炊き出しや戸別訪問に奔走する中、人手不足で対応には限界がありました。災害ボランティアセンターの存在も知らず、誰に相談してよいか分からないまま飲まず食わずで地域を駆け回っていた中、社協の猪岡さんが「ボランティアを呼びましょうか」と声をかけてくれた時は、神様が現れたように心強く感じました。

3 日目からボランティアが本格的に入り、作業の効率化と支援の重要性を実感しました。一方で、被災して初めて、見知らぬボランティアを受け入れることへの不安など、支援者と被災者との信頼関係づくりの課題もみえてきました。

この経験を通じて、現在は学校や地域で災害ボランティアセンターを立ち上げたことを伝えて、被害者を想像することの大切さや、「自助」と「周囲に頼ること」の大切さを伝えています。

発災直後、担当エリアで浸水被害の情報を受け現場に駆け付けたところ、床上浸水 45 軒、床下浸水 8 軒の被害が確認され、災害ボランティアセンターのサテライトを開設しました。

地域リーダーとしての町野さんの存在が非常に大きく、一軒一軒困りごとを聞き取り、住民が公民館でボランティアを支えるなど、日頃のつながりが災害時の助け合いにつながっていると実感しました。一方で、要介護の一人暮らし高齢者や地域とつながりの薄い外国人住民などが、避難情報を受け取れず危険な状況に置かれていた現実もありました。

この教訓を活かし、逃げ遅れを防ぎ、被災後も安心して早く日常に戻れる地域づくりに取り組んでいます。

小学校の副読本でも、町野さんのお話が紹介されており、伊賀の子どもたちも学んでいます。



企画調整課
猪岡恵理美

駐車スペースは重要。
地元店舗の協力により、
現地災害ボランティア
センターの活動拠点が
開設できました。



ボランティアの
休憩場所として
地域の方が公民館を
提供してくれ、お茶など
感謝の気持ちで
労ってくれました。



当時、高砂公民館で
ボランティア受け入れの
調整をしていた、
町野さんと猪岡スタッフ。
地元で助けを受ける体制
があってこそ、うまくボ
ランティアの支援と結び
つけることができました。



出典：伊賀市教育委員会編集『わたしたちの伊賀市』より抜粋

町内会役員さんの話

2013年9月15日、台風18号が伊賀地いきをおそいました。ぼう風けいほうが出ていたため、わたしたち町内会の役員は、公民館にいました。さい悪のことを考えて、昼の間に足の不自由な方や、車でのい動ができない方の家をたずねて、きん急れんらく先をかくにんしました。また地元の消ぼう団の人ときょうカして、早めにひなんするようによびかけました。

そして、夜中にいよいよ雨風が強くなってきたので、昼間たずねた家を1けんずつまわり、無事かどうかを何度も確かめました。

次の日の午前5時ごろ、雨が少し弱まって、地いきの消ぼう団の人も帰ったので、わたしたち町内会の役員も、そろそろ帰ろうと思って6時ごろ公民館を出たら、川から水があふれ出していました。それで、急いで119番しました。それから、あつという間に町が水びたしになっていました。

きゅう助たいが来てくれたときに、前もって町内の家のようすがわかっていたので、早く助けが必要な家を伝え、救命ボートを出してもらいました。水が引いてから、町内の人が、みんな無事なことを確かめて安心しました。それから、休む間もなく、水にぬれて使えなくなってしまったものを力を合わせて家の外に出しました。

でも、水がつかった家は電気が使えません。幸いわたしの家は電気が使えたため、家中のお米をたいて、おにぎりを作って困っている人に配りました。明日からのことを考えると心配だったし、夜中に寝る間もなかったの、とてもつかれていました。

だから、次の日、ボランティアの人が来てくれたときは「神様があらわれた」という思いでした。

令和8年度

赤い羽根共同募金



配分事業募集

社協は、身近な地域の居場所づくりを支援します。

申請団体
受付中!

あなたも、まちも、いきいき!!

ふれあい・いきいきサロン

ふれあい・いきいきサロンは、住民自治協議会、地区社協、自治会、ボランティア、当事者組織等、地域住民が主体となり、地域の福祉コミュニティづくりとして行う地域の居場所づくりです。

◆いきいきサロン

高齢者や障がい者が集まり、ふれあい交流を図る場づくり



◆コミュニティカフェ

地域の集いの場、話の場づくり



◆子育てサロン

未就学児とその親が共に参加し交流・相談活動を行う場づくり



◆子どもの居場所

地域で子どもを見守り、育てていく場づくり



- 実施会場／公民館、市民センター、学校の空き教室や個人宅等多様な形態を認め、地域の実情に応じて、参加者の集まりやすい場所を利用して実施
- 開催頻度／月1回程度実施（最低年間8回開催は必要）
- 参加者／概ね1回あたり5人以上
- 申請期間／4月15日（水）までに、助成金交付申請書・実施計画書・収支予算書を、伊賀市社協へ提出

さまざまな生活課題解決にも挑戦！令和7年度 助成団体の活動状況

■野村いきいきサロン（いがまち）

●人とつながり、明るく元気な地域に

「花ちゃん来てないけど、どうしたんやろ」「そういえば、昨日の寺の行事にも来てへんだな」「風邪ひいたって聞いたけど、どうやろ。ちょっと見てきたってくれへんか」——いつも、そんな会話からサロンが始まります。

月に1回、集落センターに集まり、まず1時間は音楽療法やゲームなどを楽しみます。昭和歌謡を披露するアマチュア歌手の歌声に聞きほれたり、ポッチャ大会で賞品を競ったりすることもあります。どんなゲストのときでも、ひるまずにおしゃべりの合いの手やツッコミが入り、笑いが絶えません。参加者は70歳から93歳までの約20人。残りの1時間は、おしゃべりに花を咲かせます。

「伊賀市消防団女性分団しのび小町」のみなさんから風呂敷リュック作りを教わりました



●「今日行くところがある」しあわせを

様々な趣味を持ち、サークル活動をしていた方も、年齢とともに遠くまで出かけることが難しくなってきます。「行ける場所があつてうれしい」そのような声に支えられ、サロンは成り立っています。地域に気軽に立ち寄れる場所があること、安否を気にかけて、声を掛け合える隣人がいること。「野村いきいきサロン」が、そんな「しあわせな居場所」となることを願いながら、活動を続けられています。



地域福祉 団体活動 助成

助成対象団体

地域福祉に取り組む当事者組織、ボランティア・市民活動団体、地域団体（住民自治協議会、自治会等）
※繰越金が助成基準額を超えている団体は対象外

助成金の申請について

申請書に必要書類を添付し、令和8年4月30日(木)までに、伊賀市社協各地域センターまで提出してください。要綱および申請書は、伊賀市社協ホームページよりダウンロード可。伊賀市共同募金委員会審査委員会で審査の上、配分金の実績に応じて助成額を調整して決定します。

助成対象事業

①活動備品購入事業

団体の基盤強化を図るための器具備品の購入助成

▶助成基準額／10万円以内

※一般普及備品や防災・社協貸出対応備品は不可、設置場所により半額助成など別途基準あり。

②研修・学習活動推進事業

団体の研修及び学習活動の福祉教育推進のための講師謝礼並びに交通費に関する助成

▶助成基準額／講師謝金・交通費それぞれ3万円以内

③地域交流支援事業

地域の交流を推進し、活性化させるために必要な交流事業に対する一部助成

▶助成基準額／講師謝金もしくは会場及び機材使用料 3万円以内

地域福祉推進につながる活動をサポート！令和7年度助成団体の活動状況

■玉滝放課後子ども教室

▶子どもたちの安全安心な放課後の居場所作りのための備品購入助成

●地域と子どもをつなぐ「玉滝放課後こども教室」

玉滝放課後こども教室は、玉滝小学校の閉校をきっかけに、「地域の子どもたちが集える場所を残したい」「地域の人と子どもたちが関われる場をつくりたい」という思いから始まりました。放課後は、子どもたちにとって自由に過ごせる大切な時間です。その時間を尊重し、子どもたちの主体的な活動を大切にしています。学校でも家庭でもない「第3の居場所」として、学年を超えた友達や地域の大人との関わりを育む場となっています。



●会いたい人がそこにいる、子どもたちが安心できる居場所

子どもたちは鬼ごっこをして走り回ったり、夏にはザリガニ釣りを楽しんだり、季節を感じながら元気いっぱい遊んでいます。のびのびと遊ぶ姿から、私たち大人のほうが元気をもらうこともあります。

スタッフは地域の方々が中心で、自然体で子どもたちと関わってくださることが、子どもたちの安心感につながっています。中学生が「スタッフに会いたくて」と、ふらっと立ち寄ってくれることもあります。助成金を活用した外遊びの備品整備を通して、子どもたちが主体的に活動できる環境を整えました。これからも地域の方々とともに、子どもたちにとって安心して過ごせる居場所であり続けたいと考えています。

■伊賀音楽療法研究会

▶音楽療法に関する理論的・実践的研究および事業
講師謝礼助成

●設立 27 年、音楽を通じた心身の健康づくりに貢献

伊賀音楽療法研究会は、1999（平成 11）年の設立以来、高齢者や障がいのある方、子どもたちを対象とした音楽療法を実践してきました。市の認知症介護予防教室の講師派遣においては、サロン等からの 7,734 回の派遣依頼に応じ、延べ 148,993 人の皆さんと音楽の時間を共有してきました。



毎月 1 回程度、
自主勉強会など
研鑽活動に
勤めています



●地域みなさんに届けるために・・・音楽療法の学びと実践活動

高齢者だけでなく、乳幼児や児童・生徒、発達の課題や障がいのある方、そして元気な地域の皆さんにも、会員が毎日どこかで音楽を届けています。また、男女共同参画イベントでは、毎年活動を PR しており、東日本大震災や能登半島地震の際は、チャリティーコンサートや募金活動を実施しました。

今年度も学びの機会に恵まれ、12 月には鍵盤ハーモニカ奏者で指導者の得田サトシさんを東京からお迎えしました。「楽しむこと」を大切にした研修では、みんなで音を合わせる喜びを体感しながら、鍵盤ハーモニカの専門的な機能や演奏手法について学ぶことができました。

これからも研修で得た学びを実践に活かし、伊賀の地に根差して音楽の力を届けていきます。

■大山田地区民生委員児童委員協議会

▶第 21 回こどもフェスティバル 講師謝礼助成

●人とつながり、明るく元気な地域に

暮らし方の変化もあり、同じ地域に住んでいても、なかなか顔を合わせる機会が少なくなっているのが現状です。フェスティバルでは、地域の民生委員とのつながりはもちろん、世代や地域を越えて人と人がつながり、子どもたちの明るく元気な声がひびく地域づくりを願って、今年度も開催します。



●いろんな遊びで子どもの成長を発見！親子の時間も楽しんで

今回で 21 回目を迎えたこどもフェスティバルでは、大山田地区の小学校低学年までの子どもと保護者を対象に、ボールプールやおままごと、おかしつり、手裏剣投げなど、遊びのコーナーを企画。遊びを通して、「こんなことができるようになってすごいやん」「この遊び、すごく興味があるみたい」など、子どもたちの新たな一面に気づく機会にもなっています。

また、助成により、絵本の読み聞かせやおもちゃ病院、バルーンアート、忍にん体操などが加わり、遊びや学びの幅が広がり、地域を盛り上げる取り組みとなっています。大人も子どもも「楽しかった」「また来たい」といった感想が多くあり、大山田に根付いた活動となっています。

民生委員は、「共働きのご家庭も多く、日ごろはゆっくりと子どもが遊ぶ姿を見守る時間をとりにくいかもかもしれません。ぜひ、このフェスティバルで、お子さんの成長を感じてほしいです」と話しています。

令和7年度 権利擁護啓発研修・福祉後見人養成研修修了者継続研修

「いざという時に自分も周りも困らないために」

今から始める”安心の備え” 終活セミナー

今、終活に取り組む人が増えています。
安心して歳を重ねるため、人生の最終段階に何を備えておけばよいか学びましょう。



2026年
日時 **3 / 13** **金** 13:30~15:00
(受付13時~)

定員 **50**名 参加費 **無料**

会場 **伊賀市総合福祉会館2階**
(伊賀市平野山之下380-5)

講師

弁護士

佐々木 育子氏
奈良総合法律事務所



お問い合わせはこちら

伊賀市社会福祉協議会
伊賀地域福祉後見サポートセンター

0595-21-9611

フォームまたはお電話にて
3/12(木) までに
お申し込みください。



主催:伊賀市社会福祉協議会・伊賀市介護高齢福祉課・名張市地域包括支援センター/共催:名張市社会福祉協議会

**ボランティア活動保険
ボランティア行事用保険**

● ボランティア活動保険

ボランティア活動中や活動場所への往復の途上のケガや損害など、万が一の事故を補償する保険です。※ボランティアセンターへの登録が必要。

【対象となるボランティア活動】

日本国内における、自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動 ※実費弁償の支給は可

【年間保険料】 基本プラン／3500円、

天災・地震補償プラン／5000円

【補償期間】

加入日の翌日～翌年3月31日まで

● ボランティア行事用保険

地域福祉活動や、ボランティア活動の行事における、主催者や参加者のケガ、主催者の賠償責任を補償します。

【加入できる団体】

福祉等に従事する非営利団体、ボランティア団体等の市民活動団体

【対象となる行事】

地域福祉活動やボランティア活動の一環として国内で行われる各種行事

【補償金額と保険料】

行事内容によって異なります。

【問い合わせ・加入申込先】

伊賀市社協 各地域センター



**遺言の日・遺言相続無料
電話相談会**

三重県弁護士会では、「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(水)

午前10時～午後4時

【相談専用特設電話番号】 ※2～3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



思い出の詰まった羽毛製品が、生まれ変わります

羽毛製品が募金になります。



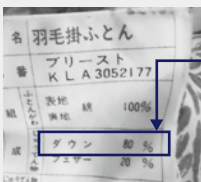
令和7年 募金実績額 **16,820円**

羽毛布団 **46枚**

ダウンジャケット **41枚**

回収された羽毛製品が募金になり、じぶんのまちに使われます。

三重県明和町にある企業「エコランド(有)」が、使わなくなった羽毛製品を回収し、町内の障がい者就労支援施設に解体を委託し、大手羽毛メーカーが洗浄して高品質な羽毛に仕上げます。羽毛製品をリサイクルすることで、「羽毛の安定供給」や「環境の保全」「障がい者就労支援」などに貢献し、募金がじぶんのまちに使われます。



ダウン率 **50%以上**

穴が **あいている**

汚れている

ダウン率 **50%未満**

濡れている

綿・ポリエステル
フェザー布団
枕・クッション
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



○羽毛製品がございましたら、最寄りの伊賀市共同募金委員会窓口(社協各地域センター)までお持ちください。

上野地域センター ☎21-1112
阿山地域センター ☎43-1854

いがまち地域センター ☎45-1012
大山田地域センター ☎47-0780

島ヶ原地域センター ☎59-3132
青山地域センター ☎52-2999

数字で見る伊賀市の福祉

令和7年12月末現在(前月比)

- 伊賀市の人口 ▶ 83,335人 (-116人)
- 伊賀市の世帯数 ▶ 40,532世帯(-26世帯)
- 65歳以上高齢者数 ▶ 28,655人 (-19人) 高齢化率 ▶ 34.4%(±0%)
- 75歳以上高齢者数 ▶ 16,949人 (+11人) 後期高齢化率 ▶ 20.3%(±0%)
- 介護保険認定者数 ▶ 6,188人 (-33人)

あなたのまちの ふれあい・いきいきサロン

No.225



上阿波いきいきサロン

メンバー数 / 10 ~ 20名
開催場所 / 上阿波公民館
開催頻度 / 月1回(第3土曜日)

「上阿波いきいきサロン」は、令和6年1月に発足したサロンです。以前から日常的に地域の人が出かけ、ふれあい、交流ができる場を作りたいと思っていましたが、当時はコロナ禍で断念しました。コロナが第五類に移行し、地域の方からもいきいきサロンを作ってほしいとの声が増えたこともあり、開催に至りました。

活動は月1回、主に季節行事や介護予防教室、グラウンドゴルフなどを楽しまれています。またグラウンドゴルフ場は元ゲートボール場で、老人クラブといきいきサロン合同で整備し、グラウンドゴルフ場に変更されたそうです。

参加される方は、「近場でのんびり過ごしなが情報交換もできる、何よりの『つどい』です」「趣向を凝らして飽きない工夫してくれるから、毎回楽しみにしてるんやわ」とおっしゃっていました。

サロンのみなさんは、「今後はグラウンドゴルフの機会を増やしながら活動を継続し、まだ参加されていない方にも楽しく参加してもらえるサロンになれば」と話してくれました。

広告募集中!

孤独な就職活動はしたくない・・・
ひとりじゃない

※就職相談・各種講座※
利用無料・要予約

3月 無料パソコン講座
時間 10:00~15:15

16日(月) 18日(水) 25日(水)
23日(月)

サポステは
あなたに寄り添い、
就職活動の
サポートをします

15~49歳までの「仕事に就きたいと思っている人とその家族」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)

ご不要車買取ります

年式の古い車
乗らなくなった車

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 Service ジョイオートサービス 青山店
伊賀市青山羽根381-27

買取受付ダイヤル 0595-62-3131



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

災害時、さまざまな支援があっても、受け取ることができなければ命や暮らしは守れません。日頃のつながりが受援力を高めることとなり、支援を円滑につなぐ力になります。いざという時のために、自分や地域でできることを考えてみませんか。

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	〒518-1413 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