

長生きお達者通信

令和4年12月
第52号



発行

南山城村社会福祉協議会

京都府相楽郡南山城村北大河原大稲葉4

電話:(九三)一一二〇一・FAX:(九三)一一二一一



今月の一句



旅寝の宿で聞こえる犬の遠ぼえがさびしい。
犬も時雨のわびしさにたえかねて鳴いているの
だろうか。

草枕

クサマクラ

犬も時雨るるか

イヌ

シゲ

夜の声

ヨル

コエ

出典：野ざらし紀行

松尾芭蕉

お達者通信 第五十二号 発行



十二月三日から九日は「障害者週間」です。

十二月九日は、一九七五年に国連で「障害者の権利宣言」が採択された日です。この日に合わせ、障害者基本法では、十二月三日から九日までを「障害者週間」と定めています。障害のある人もない人もお互いを尊重して支えあう「共生社会」の実現を目指しています。

十二月二十二日(木)に身体障がい者手帳をお持ちの方を対象に【身体障がい者ふれあいのつどい「フラワーアレンジメント教室」】を開催します。(定員：二十名 参加費：六五〇円)

対象の方はぜひご参加お待ちしております。

(※詳細は別紙チラシをご覧ください。)



第3期地域福祉活動計画策定中！ ～地域福祉懇談会が始まりました～



新型コロナウイルス感染症への感染対策として
参加者を限定して開催しております。

今年度、社会福祉協議会では住み慣れた地域で安心して暮らしていくために必要な事業と活動を計画的に推進するため、第3期地域福祉活動計画づくりに取り組んでおります。

十一月二十六日(土)、農村婦人の家にて田山地域福祉懇談会を開催しました。(参加者：十六名)地域福祉活動計画の説明後、参加者から家周辺の草刈りや交通手段、ボランティア等、地域の現状や身近な困りごとについて教えていただきました。

これから村のすべての地域を回り、みなさまからいただいた貴重なご意見や思いを反映した、計画策定を検討してまいります。

<今月の脳トレ> 冬は体の温まる飲み物を良く飲みますが、体を温めるのに効果的な飲み物は次のうちどれでしょうか？

- 1. 緑茶 2. 麦茶 3. 発酵茶

(答えは下部にあります。)

☕むらカフェ@奥田公民館

11月17日(木)、奥田公民館にて今年度初めてのむらカフェを開催しました。(参加者:10名)はじめにみなさんで「たきび」を歌い、口腔体操や手足の体操等の認知症等予防体操をしました。参加者からは「今日はいっぱい笑って、とても楽しかったわ〜!」(家でできる脳トレの冊子も配布したので)「家族に教えてあげよう!」との感想もいただきました。



災害ボランティア研修会に参加しました!

11月1日(火)アスパ山にて山城南地区社協間連携事業「登録災害ボランティア研修会」が開催され、村からも12名参加しました。京都府の災害ボランティアセンターについてお話いただいた後、実際の活動事例を用いて、〈災害ボランティアセンターの役割とボランティアに求められること〉を講師のいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李仁鉄さんにお話をいただきました。災害は身近な人の生活を変えてしまいます。被害も物理的な被害だけでなく、心理的、身体的、人間関係等さまざまな被害を受けます。支援を拒む被災者心理にボランティアとして寄り添い支援することについて教えていただきました。



〈講師よりアドバイス〉

- ★ハザードマップは家にありますか?
→安全な避難ルートを確認しておきましょう。
- ★ご家族の携帯番号を覚えていますか?
→携帯番号が使えない状態になっても、すぐ連絡する先が分かることが大切です。



十二月のお知らせ



・合同相談

十二月二十日(火)午前九時三十分〜やまなみホール研修室
心配ごとや人権に関する問題、困りごとなど

・健康相談・福祉なんでも相談

十二月十六日(金)午後一時三十分〜童仙房公民館

保健師による血圧測定や健康相談
社協相談員が相談もお受けしています

司法書士無料法律相談(山城南地区社協)

十二月二十一日(水)午後一時三十分〜
精華町地域福祉センターかしのき苑

【申込み】精華町社会福祉協議会 ☎0774-944573

緊急小口資金等特例貸付の受付終了について

新型コロナウイルス感染症に伴う特例貸付について、緊急小口資金、総合支援資金の受付が令和四年九月末をもって終了いたしました。生活が困窮されお困りの方は、左記までお問い合わせください。

生活にお困りの方の問い合わせ窓口

■生活福祉資金貸付相談コールセンター ☎0110-461999

(月)金曜日/午前九時〜午後五時

■自立相談支援機関(京都府山城南保健所) ☎0774-721028

(月)金曜日/午前八時三十分〜午後五時十五分

■南山城村社会福祉協議会 ☎931-2101

(月)金曜日/午前八時三十分〜午後五時十五分

答え: 3. 発酵茶

※理由 紅茶や烏龍茶などの発酵茶には体を温める作用があります。また、白湯やココア、クズ湯、生姜湯、甘酒も体を温める作用のある飲み物です。