



令和

会

講演

「誰もが孤立せずにつながりがある
居場所をすすめていくためには」

きっかけづくり ②

○夏休みボランティア体験

→他種の子供たちが夏休みボランティアに参加してくれた。
なかには、小学4年から中学3年まで毎年参加してくれた子もいた。

（参加者の感想）

「自分もどうせなら（講師者に）教わりたいのだから参加するまで、考え方が変わったので、勉強になりました。」
「お礼状を特別名刺でいただきました。笑顔で読んでくれたのがとても嬉しいです。」

・世代間の交差でみんなが笑顔になる。
→嬉しい気持ちや支え合う気持ちが増えてきている。

人と人とのつながりを、日々大切に



福祉でまちづくり

社協だより

令和7年
12月号

社会福祉法人 岩美町社会福祉協議会

鳥取県岩美郡岩美町浦富645

TEL(0857)72-2500 FAX(0857)72-3811

mail:iwamishakyo@abelia.ocn.ne.jp

HP:https://iwamishakyo.wixsite.com/shakyo



特集

見守り・支え合い研修会から見る地域活動

誰もが孤立せずにつながりがある 岩美をすすめていくためには！

～見守り・支え合い研修会から、地域活動みつめる～

令和7年9月27日（土）に地域見守り・支え合い研修会を開催し、約80名のみなさまにご参加いただきました。

「つながり」があることが地域に安心と活力をもたらすこと、そしてその実現のために、第4次岩美町地域福祉活動計画の3つの重点項目でもある「担い手づくり」「居場所づくり」「安心・安全な地域づくり」の取り組みを町全体で少しずつ積み重ねていくことが大切であるということ学ぶ機会として開催した本研修。特定非営利活動法人全国コミュニティライフサポートセンター 地域支え合い推進プロジェクト 参事の宇城絵美氏の講演に加え、地域でこれまでに取り組まれてきた活動の実践発表をいただきました。



特定非営利活動法人全国コミュニティライフサポートセンター 地域支え合い推進プロジェクト 参事の宇城絵美氏の講演に加え、地域でこれまでに取り組まれてきた活動の実践発表をいただきました。

第4次岩美町地域福祉活動計画の詳細はこちらからご確認ください。→



担い手づくり

発表者：東地区あづま会 会長 田川 悦子 氏

食事サービスボランティアとして活動をしておられる東地区あづま会は、安全でおいしいお弁当作りはもちろんのこと、ボランティア会員同士のつながりを大切に活動されています。

地域の自治会長や民生委員・児童委員にも出席してもらっての会食や、ボランティア会員の研修は、参加者の意見を取り入れながら毎年、継続して行われています。その他、夏休みボランティア体験教室の受け入れもすることで、地域の子もたちとの世代間の交流にもなっているそうです。

みんなが気付いたことを気軽に言い合えるようにすることが大切とも話され、「仲間同士の意見は共有し、共に考え行動することが楽しい」「集うことによって新たな活動の輪を広げることができる」との報告でした。



活動することで、私たちも元気でいられるような気がしています！

令和7年度会食会を開催！



10月25日(土)に東地区あづま会会食会が開催されました。総勢20名が参加。警察からオレオレ詐欺や交通安全の話の聞いたり、みんなで体操をした後に会食となりました。

普段のお弁当には入れられないものを作るなどの工夫も見られ、参加者は「とても美味しい」と、集まっての食事を楽しんでおられました。



居場所づくり

令和4年4月に発足された健康カフェ『鴨ヶ磯』。田後地区民生児童委員会を中心に、田後地区自治会の協賛を得て活動を続けられています。

もともと田後地区にあった「かもめサロン」や「日和山サロン」とも連携し、双方への参加を可能とするなど、参加者が参加しやすい工夫が取られています。また、岩美町社協が行っている楽集ネットワークも活用しながら、多様な活動を取り入れた活動となっています。

- ・ 活動メニュー
- 歓談
- 玉手箱体操
- レクリエーション
- 楽集ネットワーク（健康講座）
- 脳トレ
- 合唱

これからも、参加者の意向に沿った活動メニューを取り入れ、「楽しく、無理をしない活動」「参加したくなる活動」となるよう進めていきたいとの報告でした。



発表者：健康カフェ『鴨ヶ磯』
山本 達雄 氏
(民生委員・児童委員)

楽集ネットワークの活用

毎月第2水曜日15:00から、岩美病院の専門職による健康相談を、楽集ネットワークを通じて配信しています。現在では、各地区公民館で視聴が可能です。

それぞれの公民館で、公民館行事と併せて開催いただくなど、工夫して活用いただいています。



みんなで集まれる活動を



田後地区高齢者レクリエーション大会が令和6年度に引き続いて、今年度も開催されました。田後地区民生児童委員会の主催で、外出の機会の提供、集いの場およびコミュニケーションの場を提供する目的で開催されたものです。

みなさんの楽しんでいる様子は、次号にてお伝えします!!

安心・安全な地域づくり

発表者：岩美町民生児童委員協議会
会長 北尾 安範 氏



安心・安全な地域のために活動を続けてこれられている民生委員・児童委員の活動を、事例と共に紹介いただきました。

民生委員・児童委員は、1. 地域の身近な相談相手として、2. 地域をつなぐ、つなぎ役として、3. 地域の見守り役として、4. 地域福祉活動の担い手として、日々心を尽くして丁寧に関わりを続けているとのこと。各種の相談に応じることをはじめ、明かりがついたな、新聞や郵便物がたまっていないなど見守ること、挨拶をすること等、

出来ることを続けることが、安心・安全な地域につながっていくとの報告をいただきました。

だれもが笑顔で暮らせるために ～明るく、楽しく、健康で～

岩美町社協でも見守り活動を進めています。

岩美町社協は、民生委員・児童委員と連携しながら、様々な見守り活動を行っています。

● あんしんコール ●

70歳以上の一人暮らしの方に、社協職員が定期的にお電話をおかけしています。最近の体調や困りごと等を気軽に話せる機会に、また、一人暮らしの見守りに活用いただいています。

● 愛の輪推進員 ●

地域で安心して暮らすことができるよう、隣近所での見守り活動を行っています。話し相手になったり、カーテンの開閉や夜間の電灯等の様子を見たり等、見守りをする活動です。

この研修会を通じて、住民同士が力を合わせ、支え合う、そういった取り組みが本町においても広がっており、私たちの暮らしに大きな安心をもたらしてくれているということを実感しました。こうした活動をさらに広げ、深めていくなど、将来について考える貴重な研修会となりました。

社協とともに活動を

地域活動をお手伝いします

社協職員出張講座

サロン活動や老人クラブ活動など、みなさんに楽しく活動していただくために、社協職員が中心となって活動するレクリエーション等の出張講座を行っています。

今年度は防災学習やeスポーツ体験、健康マージャン体験など、さまざまにお声かけいただいています。時間や場所、参加人数等の定めはありません。ご希望に応じて進めますので、まずはご相談ください。



健康マージャン (小田青々会)

初めての人でも、大丈夫。またやりたい!!の声がたくさん聞かれます。



防災すごろく (赤十字奉仕団)

和気あいあいと楽しみながら、でも、しっかり災害対応を学べます。

出張講座、レクリエーション等の内容はこちらから確認できます。 →



岩美町社協では、レクリエーション物品の貸出を行っています。貸し出しは無料です。サロン活動で、地域の集まりで、人が集うきっかけにご活用ください。

レクリエーション物品の貸出

新たに仲間入り!

トリコロキューブ

3色を意味するトリコロールとキューブを転がすことから名づけられたトリコロキューブ。軽く柔らかい素材のサイコロを転がし、出目やマットの数字で得点を競って遊びます。



モルック

棒を投げて木製のピンを倒して遊びます。その内容によって得点を加算していき、先に50点ピッタリになった人が勝ち！
下手投げをルールとしていて、老若男女問わず楽しめます。



貸出可能なレクリエーション物品は他にも！こちらから確認できます。 →



リユース服譲渡会 (えんくるり事業)

昨年引き続き、11月2日に行われたいわみフレッシュフェスティバルにおいて、子ども服等のリユース品譲渡会を開催しました。今回は、えんくるり参加法人でもある「岩井あすなろ」と連携し、共同で開催することができました。



『えんくるり』とは

鳥取県内の社会福祉法人が種別の枠を超えて、地域で様々な“助けて”や“困った”に気付き、支援に取り組む事業です。



ベビー服から高齢者向けの服まで、たくさんのご寄付をいただき、充実した譲渡会になりました。来場された皆様も嬉しそうに服を選ぶ姿が見られ、改めて喜ばれる取り組みだなと感じています。

今後は、福祉施設のイベントや各地域のイベント等でも開催ができればと考えています。ご希望があれば岩美町社協へご連絡ください。



福祉の原点は人と人とのつながり

～ 令和7年度 岩美町ふれあい福祉大会開催 ～

岩美町のさらなる地域福祉の充実を図るため、令和7年10月19日(日)に岩美町ふれあい福祉大会を開催しました。金婚、ダイヤモンド婚、プラチナ婚のご夫妻のお祝いや社会福祉の発展に貢献された個人および団体の顕彰をいたしました。その他、記念講演を行い、閉会セレモニーでは岩美中学校吹奏楽部のみなさまの演奏で大会に華を添えていただきました。

記念講演

「言葉ひとつでこう変わる」～地域コミュニケーションの輪～

講師：フリーアナウンサー 羽川 英樹 氏



自身のアナウンサーとしての経験も踏まえ、「正しく思いや情報が伝わる3つの法則」、「コミュニケーション力がUPする魔法の話法」などをお話いただきました。聞く側の聞くリズムに合わせて話をするのが大切、偶数より奇数の方が印象に残りやすいなど、日常生活の中でとりいれやすいコミュニケーションのコツがちりばめられた講演に、「実践したい」との声が多く聞かれました。

ご受賞おめでとうございます

今年度、社会福祉の発展に功績があったとして表彰された岩美町関係者は、次のみなさまです。

令和7年度 県民総合福祉大会

9月11日(木)：とりぎん文化会館



● 鳥取県知事表彰

民生委員・児童委員功労者 北尾 安範・土橋 利幸・永美 春美・中村 孝雄

● 鳥取県社会福祉協議会長表彰

社会福祉施設・団体役員功労者 清水 博(町社会福祉協議会理事)・中島 紀寛(町身体障害者福祉協会副会長)
城戸千鶴子(町赤十字奉仕団監事)

社会福祉施設・団体職員功労者 村上 京子(あすなる会岩井あすなるデイサービスセンター介護士兼生活相談員)
羽田 和恵(さとに会幼保連携型認定こども園大正こども園保育教諭)

● 鳥取県手をつなぐ育成会長表彰

感謝 牧山美智恵(あすなる会松の聖母サポートセンター再雇用生活支援員)

令和7年度 岩美町ふれあい福祉大会

10月19日(日)：岩美町中央公民館

● ふれあい福祉大会会長表彰

障がい者自立更生者	川本 里枝	ボランティア功労 個人	出口 美弥子
福祉団体役員功労者	山口 信藏(田後笑和会老人クラブ)	山根 久江(田後笑和会老人クラブ)	
	石河 和子(町赤十字奉仕団)	橋本 道子(町赤十字奉仕団)	
	中島 紀寛(町身体障害者福祉協会)	澁川 一代(町心身障がい児(者)育成会)	

● 町社会福祉協議会長表彰

民生委員・児童委員功労者 濱部 康子
福祉団体役員・職員功労者 澁川 一代(町心身障がい児(者)育成会)
福祉事業奉仕者・団体 第4月曜日の集い 白ゆり会

● 町老人クラブ連合会長表彰

表彰 濱岡 史朗・濱田 征子・片村 文系・田淵 健三・濱田 義徳・川部あけみ
岩崎 弘道・北野 頼子・植村 貞雄・山本平一郎・寺垣 裕

感謝 小山勝之進・片村 文系・山本平一郎



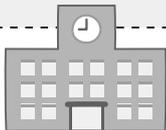
将来の見通しは立てられていますか？

年の瀬が近づき、いよいよ新しい年が目前に迫ってきました。春からの進学や就職、転勤などで新生活を迎える方も多いこの時期。新たなスタートをスムーズに切るためには、今からの準備が大切です。

引っ越しや進学にかかる費用は思った以上に大きくなりがち

高校へ進学…

- 入学金
- 制服・体操服
- 教科書代・タブレット端末購入費
- 通学にかかる定期券代



大学進学で県外へ…

- 入学金・初年度授業料、教材費
- 引っ越し費用
(敷金・礼金・引っ越し業者代など)
- 家具家電の購入費
- 自身の移動にかかる交通費



早めに資金計画を

これらを見据えて、早めに資金計画を立てておくことで、安心して新年度を迎えることができます。

🔗 家計の見直しや貯蓄の計画

いつ、どれくらい必要なのかを書き出してみましょう。

現在の貯蓄額を確認し、支払い期日と照らし合わせて不足がないか確認しておくことが大切です。不足がある場合には、家計を見直し、貯蓄の計画を立て実践していきましょう。

🔗 奨学金や支援制度の情報収集

奨学金や支援の制度も多種多様に存在します。形態も貸与型のもの、給付型のもの等様々です。活用できる制度にどのようなものがあるか情報を集め、活用していきましょう。

家計改善支援事業を活用ください

迷ったとき、困ったときは岩美町社協へご相談ください。資金計画の作成や情報収集等、専門の支援員が共に考え、安心して新年度を迎えられるようサポートします。相談は無料です。早めにご相談ください。



わからないこと、一緒にゆっくり確認しましょう

書類の書き方や、制度の説明など、むずかしいと感じることはありませんか？認知症や知的障がい等により一人で判断するのが難しい方を対象とした『日常生活自立支援事業』という制度があります。「どうしたらいいかわからない」「ひとりでは不安」そんなときは、社協職員がお手伝いします。

💡 こんなサポートができます

- 書類の書き方を一緒に考えます
- 制度やルールをわかりやすく説明します
- 窓口や相談場所に一緒に行くこともできます
- 通帳や証書などの大切な書類をお預かりし、保管しておきます

いろんな通知が来るけど、
どうしたらいいの…



最近、どこにしまったか
忘れちゃうな…



わからないことがあっても、大丈夫です。

あなたのペースで、ゆっくり進めていきましょう。まずは、お話を聞かせてください。



ヘルパー通信



暑かった夏から数か月…。気づけば、本格的な冬がやって来ようとしています。現代では、エアコンやファンヒーターなどでいつでも快適な生活ができるようになったため、自力で体温調節をする機会が減りました。このため現代人は暑さ・寒さに弱くなっています。そこで今回のテーマは「冷え症」です。

冷え性ってなあに？

人の体には気温の変化に応じて体温を一定に保つ働きがあります。冷え性とは、その体温調節の仕組みがうまく働かず、体が冷え、温まりにくい状態をいいます。冷えが続くと、体は体温を逃さないように血管を収縮させるため、血のめぐりが悪くなります。このため、免疫や代謝活動が低下し、風邪をひきやすかったり、疲れが取れない、肩こり、腰痛、下痢、便秘、肌荒れ、月経トラブルなどの症状を引き起こします。

今すぐできる対処法

①運動習慣を身につける

ウォーキングなどの有酸素運動や筋力トレーニングで筋力・体力をつけましょう。



②体を温める

お風呂はシャワーではなく、湯船につかりましょう。ぬるま湯(38～40度)に15～20分ゆっくりとつかることがおすすめです。



③バランスのよい食事

よくかんで食べることや主食・主菜・副菜をそろえてバランス良く食べることが大切です。朝食をしっかり摂り、温かいものを食べましょう。お菓子、アルコールは控えめにしましょう。

④規則正しい生活をする

生活リズムを整えることは自律神経を整え、冷え性改善に有効です。



⑤気候に合わせた衣類を着る

体を締め付けず、お腹、3つの首(首・手首・足首)を冷やさないような工夫をしましょう。



⑥ストレスをためない

ストレスは体温調節をする自律神経に影響します。



⑦ストレッチやマッサージ

血流を促し、自律神経を整えるためにストレッチやマッサージを取り入れましょう。リラックス効果が期待できます。



体の冷え対策を万全にして寒い冬を元気に乗り切りましょう！



岩美町社協 訪問介護事業所

◎利用日：日～土曜日(1月1日を除く。ただし、希望があるときは対応します)。
◎利用時間：午前8時30分～午後5時30分
◎所在地：岩美町浦富645 ◎TEL：72-2500 ◎FAX：72-3811

社協関連施設でボランティア活動等を実施していただいた皆さんです。(令和7年8月～令和7年10月)
〈順不同・敬称略〉

【岩美町社協】

【収集ボランティア(使用済み切手)】

◎FDK株式会社鳥取工場 ◎匿名の皆さま

ボランティアに関する相談・お問い合わせは…

岩美町ボランティアセンター ◎所在地：岩美町浦富645 ◎電話：73-5177

赤い羽根共同募金と 災害支援

支援への助成



さまざまな団体が行う支援活動へ助成が行われます。例えば、家屋復旧や炊き出しなどの活動に対して助成され、被災した方々へ支援をお届けできるようにサポートしています。

また、平常時にも災害に対して備えるための学習活動や訓練、備品の整備等に赤い羽根共同募金は活用されています。

赤い羽根共同募金会では、災害により被災された方への見舞金としての性格を持つ災害義援金や被災地で活動するボランティア団体やNPOを支える災害支援金、被災地への支援のために毎年積み立てる災害準備金など、さまざまな形で災害・被災地支援活動を実施しています。



岩美町社会福祉協議会では、11月2日（日）のいわみフレッシュフェスティバルにおいて、岩美町赤十字奉仕団の協力を得て、災害時の炊き出し活動を想定した豚汁の無料配布を行いました。【この活動も、「赤い羽根共同募金」の助成を受けて実施しました。】

災害等準備金



被災地でのボランティア活動を支援するため、毎年、共同募金実績額の3%を災害等準備金として積み立てています。この準備金は、災害ボランティアセンターの立ち上げおよび維持、災害ボランティア活動をスムーズに実施するために活用されます。



岩美町の災害ボランティアセンターは岩美町社会福祉協議会に立ち上げられます。災害ボランティアセンターは、被災地のボランティア活動の拠点となり、ボランティアの受け入れ、被災者のニーズとのマッチングや各種の情報・資機材の提供などを行います。

毎年、岩美町防災訓練に合わせてボランティアセンターも立ち上げ訓練を行い、地域のみなさまに知っていただく機会としています。

相談所開設のお知らせ

場所：岩美町社会福祉協議会

心配ごと相談
9：00～12：00

12月5日（金）、15日（月）、25日（木）
1月15日（木）、26日（月）
2月5日（木）、16日（月）、25日（水）

**弁護士による
法律相談**【要予約】
13：00～16：00

12月10日（水）
2月18日（水）

香典返しの寄付について

- ①社会福祉協議会窓口にてお声かけください。
- ②氏名・住所等を寄付申出書に記入いただき、寄付金を受領いたします。併せて、広報紙への掲載や防災無線での放送の可否をお伺いします。
- ③領収書（税額控除にかかる証明書）をお渡しいたします。

※所要時間5～10分ほどです。

※お越しいただく際、封筒のご準備は不要です。