

## 社協の移動販売「いづかし号」だより

【訪問日】 毎週水曜日（原則、祝日もあり）

【販売時間・場所】

10:00 中持会館  
10:25 白山会館  
10:45 釜口漁港前



ご注文品を販売日（水曜日）にお持ちします。  
前日のお昼までにお電話ください。  
商品やご注文のお問い合わせは、  
地域生活多機能拠点「いづかしの杜」  
淡路市仁井 1478 TEL：80-2678 まで。

## ご寄付ありがとうございます

淡路市社会福祉協議会・淡路市善意銀行にご寄付  
いただきありがとうございます。

寄付者の善意にお応えできるよう、  
有効に活用させていただきます。

匿名 様 10万円



## 『携帯電話は自分に合った機種を 選びましょう』



「店員に勧められ、スマホとタブレットの契約をした。スマホは電話に出る方法がわからず、タブレットも電源の入れ方がわからず使っていない。返品したいができないと言われた。」ガラケーを使用していた高齢者が「操作が簡単」と全面液晶機種を勧められ、契約したもののボタン操作が全くできなかったというケースもあります。携帯電話は普段の自分の使い方に合った機種を選びましょう。契約時はできるだけ周りの人に相談しましょう。スマホ教室などに参加してみるのも良いと思います。不要な契約は断りましょう。

淡路市消費生活センター 0799-64-0999

## 社協と一緒に働きませんか？

◎子育てや介護との両立も大丈夫。働くママさん応援してます!!

◎施設・事業概要見学は随時受け付けています!!お気軽にご連絡ください。

①ケアマネージャー（正規・嘱託・パート）北淡  
資格 自動車免許、介護支援専門員

②竹の子作業所・さぬきうどん幸来  
（障がい者支援 嘱託・パート）津名  
資格 自動車免許

③グループホーム支援員（パート）津名・東浦  
業務内容 知的障がいのある人が暮らすグループホームでの支援業務（夜勤あり）

④事務補助（パート）東浦  
⑤送迎運転員（パート）  
資格 自動車免許

①～⑤ 各種資格所持者優遇します  
業務内容等、お電話でお気軽にお問い合わせ下さい

淡路市社協 なぎ、やまさき TEL：62-5214

## 「自分さがしの森」だより

～自分ごとに置き換えて～



コロナ禍において、外出を自粛する生活を誰しもが余儀なくされ、人と関わる機会が少なくなる経験を私たちはしました。家など1人過ごす時間が長く続くと、孤独感や不安が募ってきて「誰かと話したい」「どうしたらいいかわからない」と感じることもあったのではないのでしょうか。

私たちは直面した課題や不安に対して、時にはつまずいたりしながら、無意識ながらも、知人や家族など周囲の方と、助け、助けられの関係の中で乗り越えてきたと思います。しかし、ひきこもり状態にある方は、コロナ禍以前から、私たちが自粛生活で感じた何倍もの不安や葛藤を抱えておられるのではないかと想像しました。

誰かが自分を気にかけてくれていることの安心感。まずは、「ひきこもり」について自分ごとに置き換えて考えてみませんか。



# すまいる



# ひがしうら

編集・発行：淡路市社会福祉協議会



地域支えあいセンターひがしうら

淡路市久留麻 239-1 東浦事務所内

電話 0799-74-4877

FAX 0799-75-2025

Email higashiura@awaji-csw.or.jp

## 第123号

### 2022年 2月発行

## コロナ禍でもつながり、支え合う地域をめざして



昨年11月・12月あたりは、新型コロナウイルスの感染も少し落ち着きましたが、感染力が強いとされるオミクロン株の登場により、再び猛威をふるっています。瞬く間に島内でも広がるなか、みなさまどのようにお過ごしでしょうか。

今年度を振り返ってみますと、社協の運営委員会では、感染状況に応じて時間短縮・感染予防対策を講じながら、ほぼ毎月、東浦地域内の福祉活動などについて話し合いをすすめてきました。

なかでも、11月に開催した「2021 東浦ふれあいまつり」では、約2年ぶりに屋外での従来のまつり形式で実施することができました。

「すまいるひがしうら」では詳しく紹介できませんでしたが、当日は社協運営委員による寸劇がステージで行われました。

きっかけは、10月の運営委員会の際に東北大学の小坂健教授が講師を務めるオンライン研修、「コロナ禍でつながり・支え合う地域づくり実践セミナー」を受講したことでした。新型コロナウイルスの性格が少しずつ分かってきた中で、医学的な視点から気をつけることやマスク、換気的重要性を研修の中で学びました。その学びを運営委員会の中だけで留めておくのはもったいないとの意見から、学んだことをふれあいまつりの中で広く伝えたいということで寸劇をすることになりました。

研修当日に欠席された委員さんにも寸劇を実施することを快く受け入れてくださったことが嬉しかったことは言うまでもありません。

まつり当日まで寸劇の練習を全員で行うことはできませんでした。配役を決めるとき、練習・本番時のみなさんの表情を見てみると、とても楽しそうな様子が伝わってきました。やはり、いろんな人が集まり、話し合い、企画し、何かを一緒にするという事は楽しく、おもしろいなと感じた出来事でした。

練習不足もあり、本番はどこか消化不良のところもあったように思いますので、またどこかの機会に社協運営委員会による、寸劇「コロナ禍でつながり・支え合う地域づくり」がみなさんにご披露できればいいなと感じているところです。

さて、先月号で予告しておりました校区ごとの「あんしんネットワーク会議」ですが、2月の各週末に開催を計画しておりましたが、やはり延期することとなりました。今後の感染状況を鑑みながらではありますが、研修会と合わせて3月に改めて計画をしております。対象の方へは改めてご案内をさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

東浦地域もここ数年の間に地域の様子がとても変わってきています。新たな出会いや発見もあることでしょう。そんな中でも住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、出会い・話し合い・力合わせを大切にしていきたいと思っています。



☆この広報誌が不要となった場合は、資源ゴミの「その他の紙類」としてリサイクルにご協力をお願いします☆



## ありがとうございます

この広報誌は、皆さんからお寄せいただいた「赤い羽根共同募金」の配分金の一部を活用して発行しています。



## 「冬野菜プランターファーム見守りプロジェクト」に128名参加!

夏野菜のプランターファームに続き、今年度は冬野菜のプランターファームも実施したところ9グループ128名が参加されました。

野菜は春菊だったのですが、植え付けの時期が遅くなってしまい、うまく育っていないという方もおられました。

(次年度はもう少し早めに準備をと反省しています)ちぎってお味噌汁の具材に入れたと教えてくださった方もいました。



野菜を育てながら、お互いに声かけや見守りを身近なところでおこなうことが目的です。

参加者の方とお話していると「うまくいなくても、話のたねになるし、次回はどうしようという話もできるから

いのよ」と、言っただき、早速次回の話でも盛り上がりました。

夏野菜の時のピーマンやミニトマトの方がワクワク感があって楽しい、水やりなどの適度なお世話がある方がよい、長い時期楽しめるものがよい、成長が楽しめるものがよい、やっぱり生り物がよい、ブロッコリーやなんきんまめがいいかなという意見もありました。

プランターファームは、気軽に楽しめることや、自分で育てた野菜というだけで愛着があることが魅力です。

うまく育たなくても、みんなで一緒に春菊を植えたことで、町の中を歩いていると他の人の春菊の成長具合が気になるし、会話もしやすいと笑顔で話して下さいました。

コロナ禍で地域での活動に制限もありますが、状況を見ながら内容を工夫し、みなさんとのコミュニケーションを蜜にしながら、これまでのつながりを切らない努力をしていきたいと考えています。



## 一人で悩んでいませんか?

ひきこもり・不登校などの悩みについて、一人で悩んでいませんか?

淡路市社協では、不安や悩み、様々な状況について相談に応じます。ご本人、ご家族どなたの相談でもかまいません。大切なこれからの人生について一緒に考えさせてください。

一人で悩まずに、まずはご相談を!

相談・お問い合わせは

淡路市社会福祉協議会(平日 9:00~17:00)

電話:080-5707-4058



## きいてきいて! みなさまからの投稿コーナー

このコーナーでは、みなさまから寄せられた、誰かに伝えたい「感動したこと、うれしかったこと、最近思うこと」等を、紙面を通じてお伝えしていきます。

80歳を過ぎましたが、出来るだけ引きこもらず外出するように心がけています。日々家計簿をつけ、朝夕の血圧、体温、日記もつけています。三度の食事記録しカロリーも考えながら、夕飯のおかずを遠くにいる娘とラインでやりとりをしています。少しでも字を書くことを心がけた日々です。平均寿命まで、元気で暮らしたいと希望をもっています。

(80歳代 仮屋地区)

## 男性料理クラブ「三ツ星」だより

男性料理クラブ「三ツ星」は、毎月1回老人福祉センターに集まり活動しています。コロナ禍で現在料理を作ることはできませんが、近況報告をしたり、「食」にまつわる話を楽しんでいます。1月は「節分の豆が残ったら」というテーマで話をしました。フライパンに砂糖と水を煮立たせたら大豆を加えて炒め、結晶化したら簡単に豆菓子に。大豆の塩昆布ご飯や、前日から大豆を水につけてやわらかくし、しょうがを加えて炊き込みご飯にしても・・・。「なるほど、簡単に出来そう」「毎年豆まきの後の豆が残ってしまつて」と、話も盛り上がります。

そもそも、節分の時に恵方巻を食べるのはなぜ?年の数だけ豆を食べる?地域によっての違いや昔の話をお互いに聞くことができ、時間はあつという間に過ぎてしまいます。コロナがおさまり、またみんなで料理ができる日が来るといいなあと、来月元気に会うことを約束し、散会しました。



## 淡路市共同募金委員会からのお知らせ



### 歳末たすけあい運動にご協力ありがとうございました

12月1日から25日まで、今年度も歳末たすけあい運動を実施し、社協各センターや市役所の窓口に、職員手作りのキャラクター募金箱を設置しました。

みなさまからの心のこもった募金を淡路市内の児童養護施設やファミリーホームにお見舞金として届けました。

歳末キャラクター募金箱	219,304円
蒼開中高ジャズバンド部 (33rd Xmas Fun Fun Concert)	34,664円
淡路島内兵庫県職員 (県職員歳末愛の預託運動)	28,526円



ご協力ありがとうございました。

### みんなの気持ちがあぐぐるぐるプロジェクト

赤い羽根募金百貨店「みんなの気持ちがあぐぐるぐるプロジェクト」は、募金付き商品を企画された参加店舗が、地域のためになる商品をアピールしながら、淡路市の福祉活動を応援する、地域支援につながる新しいカタチの募金です。12月1日から12月末まで、合わせて13,805円のご寄付をいただきました。お買い物いただいたみなさま、協力いただいた店舗のみなさま、ありがとうございました。

#### \*募金百貨店プロジェクト参加店舗\*

㈱樫岡石油様(大谷) ㈲大正あん様(志筑)  
麵屋ZOE様(志筑) 一宮オイル㈲様(多賀)  
HAGI美容室様(志筑) やき焼亭様(志筑)  
カットハウスロング様(佐野)  
せきれいの里様(多賀)



プロジェクト参加店募集中!

### ひまわり作業所からのお知らせ



#### ◎バレンタイン限定クッキーを販売中

この時期だけの、グラッキー大豆ココア味・チョコ和(1袋100円)が登場中。

大切な方への贈り物に詰め合わせもご用意しています。



クッキー3袋入り 300円  
クッキー5袋入り 500円  
詰め合わせ内容等、ご希望がありましたらお気軽にお問い合わせください。

#### ◎わいわいサンリッチよりお知らせ

PayPayでのお支払いができるようになりました

ひまわり作業所 74-0337

## エコキャップありがとう

このたび、AIE国際高等学校、学習小学校からたくさんのエコキャップをお預かりしました。

AIE国際高等学校では、学校で何気なく集めていたキャップにふと、集められたキャップはどのように使われるのか、何に役立てられているのかを疑問に思い、事前に調査をされた上で事務所に持ちいただきました。

学習小学校では、児童会を中心に呼びかけを行い、昨年末の終業式の日にお預かりさせていただきました。

みなさまからお預かりしたエコキャップは、洗浄・選別をしたのち回収業者へ送付し、再生プラスチック原料として換金され、エコキャップ推進協会を通じて、医療支援や障がい者支援、子どもたちの環境教育等に活用されています。

