

新しい 出会いから始まる セカンドライフ

東近江市社会福祉協議会では、退職後の第2の人生で、仲間づくりや生きがいを見つけることを目的に『シニア世代の仲間づくり講座』を開催しています。講座では、年齢も肩書きも気にしない新しい出会いがあり、「この仲間で継続して集まりたい」と毎年グループを立ち上げられ、現在では7つのグループが楽しく活動されています。

また、グループを越え、山登りやカラオケといった共通の趣味を持ったメンバーが集まり、サークル活動をされています。



“みんなが楽しく活動すること”を大切に、山歩きや散策、バーベキューなど、みんなで参加できることを計画しています。昨年3月に結成したところですが、この仲間と出迎え、一緒に活動できることが、とても居心地よく感じています。退職して地元のことを知りたいと思ったことが参加のきっかけでしたが、これからは地域にも目を向けて、居場所づくりなどにも取り組んでいきたいと思えます。

7期生「七彩の会」九里 重義さん

山好きなメンバーが集まって、明るく楽しく活動しています。共通の趣味でつながって一緒に活動できるので、みんなで共有する喜びも大きく感じられます。普段は、それぞれのグループで活動していますが、自分たちの活動が充実してくると遊び+αが必要で、「何かの役に立ちたい」とボランティア活動などに広がっていきます。自分たちが楽しみながら地域に貢献していけるよう、元気に活動を続けていきます。

山登りサークル「ななつ峰志」堀 久雄さん
(1期生「遊歩会」)



シニア世代のみなさんの第2の人生を応援する『シニア世代の仲間づくり講座』を開催します！（詳しくは8ページへ）

社会福祉法人
東近江市社会福祉協議会

ホームページ <http://www.higashiomi-shakyo.or.jp>

- 本所 〒527-0016 今崎町21-1(東近江市福祉センターハートピア)
 総務課 TEL 0748-20-0502/FAX 0748-20-0543/IP 050-5802-9070
 地域福祉課 TEL 0748-20-0555/FAX 0748-20-0535/IP 050-5801-1125
 相談支援課・在宅福祉課・福祉センターハートピア
 TEL 0748-24-2940/FAX 0748-24-1313/IP 050-5802-2988
 永源寺事務所 〒527-0212 永源寺高野町437(ゆうあいの家)
 TEL 0748-27-2066/FAX 0748-27-2067/IP 050-5801-1154
 五個荘事務所 〒529-1422 五個荘小幡町318(五個荘コミュニティセンター内)
 TEL 0748-48-4750/FAX 0748-48-5734/IP 050-5801-1168

つながりと地域愛でつくる
ふだんのくらしのしあわせ

- 愛東事務所 〒527-0162 妹町29(市役所愛東支所内)
 TEL 0749-46-2044/FAX 0749-46-8066/IP 050-5802-2990
 湖東事務所 〒527-0113 池庄町495(湖東コミュニティセンター内)
 TEL 0749-45-2666/FAX 0749-45-2667/IP 050-5802-2974
 能登川事務所 〒521-1223 猪子町124(能登川保健センター内)
 TEL 0748-42-8703/FAX 0748-42-8711/IP 050-5802-2989
 蒲生事務所 〒529-1531 市子川原町676(せせらぎ)
 TEL 0748-55-4895/FAX 0748-55-4570/IP 050-5802-2528

10年先を見据えた支え合いの地域づくり

介護保険制度改正と新しい地域支援事業

制度改正の背景

新聞やテレビの報道でも伝えられている通り、日本全体で人口減少と少子高齢化が進行しており、その状況は今後ますます進むといく予測されています。

中でも団塊の世代といわれる、第一次ベビーブームに生まれた人々が、75歳(後期高齢者)を迎える、いわゆる「2025年問題」に注目が集まっていますが、2025年以降も75歳以上の高齢者の比率は上昇すると推計されています。2010年時点で、65歳以上の高齢者1人を20歳～64歳の人2.6人で支えていた社会構造が、2025年には1.8人で1人の高齢者を支えることになり、支える人と支えられる人が同じ比率になっていくと言われています。(図表参照)

このような状況を背景に、介護保険制度改正では、介護保険サービスの充実だけでなく、高齢者の生活基盤である地域をどうつくり出すのか、地域づくりや人とのつながりづくりをどうつくり出すのかに重点がおかれています。

介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で暮らす

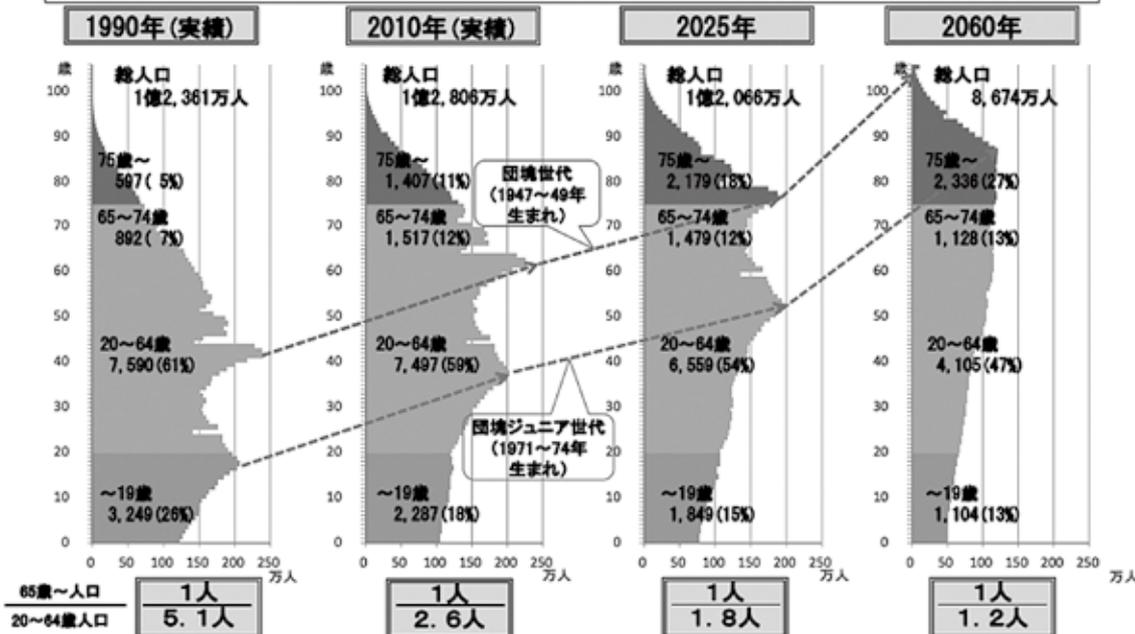
いつまでも住み慣れた地域で暮らしたいという思いは、地域に暮らす誰もが願うことです。2000年に介護保険制度が開始されて以降、様々な介護サービスの整備が進められ、介護が必要な状態になっても、サービスを受けながら自宅で暮らし続けることができるようになった。

地域の中で、「誰かの手助けがなくて大丈夫だろうか」と気にかけていた高齢者に、介護の専門職が関わるようになったことで、プロが関わってくれるようになって良かったという安心感が生まれました。その反面、介護が必要な高齢者に関わるのが専門職中心になってしまい、それまでの地域の見守りや近隣住民とのつながりが薄れ、介護が必要な高齢者が地域の中で孤立してしまうということが起こってきました。

そのようなことにならないためにも、従来からの地域のつながりや支え合いを基盤としながら、必要な時には介護サービスを使って生活する、そのような地域づくりを考へていくことが大切でしょう。

人口ピラミッドの変化(1990～2060年)

○日本の人口構造の変化を見ると、現在1人の高齢者を2.6人で支えている社会構造になっており、少子高齢化が一層進行する2060年には1人の高齢者を1.2人で支える社会構造になると想定



(出所) 総務省「国勢調査」及び「人口推計」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成24年1月推計):出生中位・死亡中位推計」(各年10月1日現在人口) 10

健康長寿の秘訣は社会参加

要介護状態に陥ると、社会参加の機会が減ること、閉じこもりがちになり、身体・精神機能の低下へとながっていききます。

高齢になっても元気に暮らすためには「社会参加」「身体活動」「栄養」の3つが重要だと言われています。例えば、地域でされているサロンに参加することや、仲間と趣味活動を楽しみ、適度に身体を動かして、しっかり食事をとることで、要介護状態に陥るのを防ぎ、健康に過ごすことができます。

東近江市には、社会参加につながる場がたくさんあります。例えば、自治会などで行われているサロンや喫茶などの地域の居場所の取り組みや、ボランティア活動、趣味のサークルなどがイメージしやすいと思います。他にも、グラインドゴルフやラジオ体操、仲間とのウォーキングなどは、適度な運動の機会にもなります。こういった場に楽しみながら出ていくことで、人とのつながりや会話が生まれ、自然と「介護予防」へとつながります。



サロン



ボランティア(布団乾燥)



喫茶(南部地区)



喫茶(八日市地区)

誰もが暮らしやすい地域づくり

今回の介護保険制度改正では、普段の暮らしに目を向け、これまで地域で育まれてきた支え合い、つながりを大切にしていこうことが重視されています。もちろん、地域住民だけでは、支えきれないこともたくさんあり、そのうち部分は制度による支えが必要になります。地域の力と制度の支えが両輪となって、地域づくりを進めていく必要があります。

東近江市内には14の地区があり、それぞれに地域性も地域の課題も異なります。誰もが暮らしやすい地域とはどんな地域なのか、それぞれの地域性に目を向け、住民のみならずとも考え、地域の特性に合った地域づくりを社協はすすめていきます。



ボランティアを「したい人」と「してほしい人」をつなぎます

一人ひとりの想いをつなぎます

「ボランティアやってみたい」
「力を貸してほしい」などの想いを伺い、ボランティアの紹介や活動の調整などのコーディネートをします。

ボランティア活動を支援します

ボランティア活動における相談を受け止め活動場所の提供、助成金の紹介など、ボランティアが安心して活動できるよう支援します。



ボランティアのことは『ボランティアセンター』へ!

東近江市ボランティアセンターは、社会福祉協議会にあります。ボランティアに関するご相談は、社協 地域福祉課

電話 0748-20-0555

I P 050-5801-1125

URL <http://www.higashiom-shakyo.or.jp>

社協と住民のみなさんが協働運営するボランティアセンターへ

東近江市ボランティアセンターでは、学生やシニア世代のボランティア、若者、勤労者、NPO、学校関係者など市内で活動されている方々とともに、「ボランティアセンターあり方検討会」を開催し、どんなボランティアセンターが求められているか、どうしていけばボランティア活動の裾野が広がるかなどについて、検討してきました。



身近なところに
気軽に相談できる
場所がある

歩いて行ける
場所に活動の
拠点がある

住民の力で
新しい活動を
生み出す場がある

ボランティア
活動に参加する
きっかけがある

ボランティア
同士が連携できる
交流の場がある

地域で活躍できる
人材がたくさんいる
(宝物探し)

自分にやりがいがある
相手にうるおいがある
そして地域が良くなる
ボランティア活動も『三方よし』

高齢になっても
いきいき活動できる
場所がある



東近江市社会福祉協議会では、「ボランティアセンターあり方検討会」での議論を踏まえ、平成29年度から、『東近江市ボランティアセンター運営委員会』を設置し、ボランティア活動者や各種団体など様々な人・団体と協働し、ボランティア活動を応援するボランティアセンターを作ります。

また、身近な地域でボランティアについて語り合い、みんなに役割があり、活躍できる拠点づくり・人づくりを進めていきます。

地域をよくする“装置”としてのボランティアセンター

活動者が抱える悩みに耳を傾けること、住民の声を受け止め、これまでにない新しい繋がりを作り、事業を生み出すこと、地域社会の課題と活動したいという人が出会うことなど…ボランティアセンターへの期待はたくさんあり、その意義も大きいです。社協職員だけで地域の声を拾うことなどできません。住民のみなさんと一緒に進めることがやはり大前提ですね!



アドバイザー 京都光華女子大学 講師 南 多恵子先生

できるって楽しい♪ ~デイサービスセンターなごみ~

猪子山のふもとにあるデイサービスセンターなごみは、春は桜、秋は紅葉と、四季折々の風情を感じられる環境の中、ご利用者の持つおられる力を大切に、ご自身でできることを少しでも増やし、また維持できるように、活動を提供しています。

活動を考える中で、「なごみでどんなことができるようになると、うれしいですか?」とご利用者に聞いたところ、「買い物」という声が多くあり、隣接する能登川病院の売店を利用して、買い物の取り組みを始めました。「自分で選び、手に取り、支払う」という買い物の楽しみを味わう貴重な機会となっています。

現在、第2・4水曜日のみ実施していますが、今後ご利用者の要望や状況に応じて、曜日や回数については検討していきます。



デイサービスセンターなごみ
(猪子町124 能登川保健センター内)

電話 0748-42-8705
I P 050-5802-2989

常設相談

社会福祉協議会では、市民のみなさんの日常生活上のこと、福祉に関することなど様々な相談に、職員が常時応じています。毎日の暮らしの中で、ご自身やご家族について困っていること、気になるご近所の方のこと等、一人で悩まずに社協 相談支援課にお気軽にご相談ください。

無料法律相談

弁護士が問題解決までの助言をします。

場 所 東近江市福祉センター ハートピア

時 間 13:30~16:00(1名30分)

対 象 市内在住の方(先着5名)

★予約が必要です。あらかじめ相談概要をお伺いします。

★同一事案での継続利用はできません。

初めて相談される方を優先します。

開設日	受付時間 ※土日祝除く
1月25日(水)	1月4日(水)~20日(金)8:30~17:15
2月22日(水)	2月1日(水)~17日(金)8:30~17:15
3月22日(水)	3月1日(水)~17日(金)8:30~17:15

●ご相談・お問合せ・法律相談の予約
社協 相談支援課

電話 0748-24-2940 IP 050-5802-2988

弁護士の暮らしの相談

残業は何時間まで許されるか

長時間労働で健康を害したり、精神に不調をきたす事件が後をたちません。とくに、入社一年目、二年目といった若い社員にとっては、与えられる仕事はどれも新しいことばかりで、経験を積んだ社員以上にストレスがかかるため、過重な長時間労働でうつ病になりやすいようです。

イギリスでは一八三三年に、日本では一九一一年にそれぞれ工場法が制定され、長時間労働の規制が始まりました。日本では、戦後、労働基準法が定められ、現在は、一日八時間、週四〇時間が労働時間の上限と決められています。法律で労働時間の上限が決めている以上、本来は、残業をさせること自体が違法なのです。しかし、ほとんどの企業では、残業が行われています。労働者の過半数を代表する者と使用者との間で書面による協定を締結し、これを労働基準監督署に届け出た場合に限り、その協定の範囲内で、残業をしても許されることになっています。労働基準法三六条にその規定があるため、この協定を「三六協定」と呼んでいます。

三六協定を監督署に届け出していない場合は、一分たりとも残業は許されません。また、三六協定で定めた時間を超える残業も違法です。さらに、あまりに長時間の協定を締結することも問題で、厚生労働省は、三六協定を締結する場合でも、時間外労働が一月四五時間、一年三六〇時間の範囲に留めるよう指導しています。また、月八〇時間以上の残業が続くと過労死ラインと考えられています。

違法な時間外労働については、労働基準監督署に申告をして、指導を促すことができます。

弁護士 土井裕明

民児協のまど

<発行>平成29年1月15日

東近江市
民生委員児童委員協議会
事務局 東近江市社会福祉協議会
電話 0748-20-0555
IP 050-5801-1125

民生委員・児童委員の一斉改選が行われました

昨年12月1日に3年間の任期満了に伴う民生委員・児童委員の一斉改選が行われました。民生委員・児童委員は厚生労働大臣から委嘱された方で、東近江市には294人（新任136人、再任158人）います。

「民生委員」は「児童委員」を兼ねており、また児童福祉を専門に担当する「主任児童委員」がいます。

その役割は、身近な地域住民の立場で相談に応じ、助言や援助、また、住民が福祉サービスを適切に利用するための情報提供や、行政、社協といった関係機関へつなぐことなどです。

民生委員・児童委員は法律（「民生委員法」・「児童福祉法」）に規定されており、守秘義務が課せられています。困りごとなどがあれば、安心して地域の民生委員・児童委員にご相談ください。



民生委員・児童委員を終えて…

私は、住民同士がつながることができ、地域づくりを目指してきました。それには、住民が集える機会、話せる機会が大切だと思っています。民生委員同士でも話し合い、サロン立ち上げに少しでも力になれるようスタッフとして活動してくれる方に声をかけました。それが人を集める土台となり、サロンにつながったことは嬉しかったです。

定年退職後すぐ、民生委員・児童委員を引き受け、気がつけば18年務めさせていただきました。長い間、地域のみなさまに支えていただき、誠にありがとうございました。

今までを振り返ると、様々なできごとがありました。住民の方から信頼していただけるよう、普段の挨拶やコミュニケーションなどに気を配り、気軽に話せる雰囲気づくりに努めました。また、安心して相談できる存在であるよう、住民の方と視線を同じにして、顔の見える関係づくりを心掛けました。



前建部地区民児協
松本 勘一郎さん

どんな活動でも、最も大切なことは、まごころを持った関わりだと思えます。そこに知識は要りません。心と心がつながるよう気持ちを込めて住民の方々と関わらせていただいた18年間でした。

また、認知症の方の見守りはもちろん、そのご家族が認知症だと明かすことができる地域の雰囲気も大切だと思ひ、徘徊保護訓練に取り組んできました。これまでは認知症の家族がいても誰にも言えず隠されていました。10年間積み重ねたおかげで、理解が広まったと思います。「おじいちゃんがいつもと違う所を歩いていたら私たち家族に教えて」と言っていたこともありました。

今の子ども達は、地域の大人との関わりが少なかったり、一人で家で過ごしたりする子もいます。昔と環境が違っても、地域で子どもを育てることが大切だと思います。登下校の子どもが見守りでは、子どもの名前を呼んで親しみを感じてもらったり、悪いことをすれば叱ったりもしました。子ども達も、顔見知りになると声をかけてくれるようになりました。小学生の頃から顔の見える関係がつけられると、中学生になってもつながり見守ることが出来ます。

Food Day 25

ささえあい たすけあい 善意銀行

つながる、ひろがる、思いやりの輪

FoodDay25（フードデイ）は、皆様の善意により寄せられた食材等をお届けする事業です

東近江市社会福祉協議会では、『生活に困っておられる方が食の心配をせず、安心して新年を迎えられるように』との思いで、去る12月25日（日）に‘Food Day25’を開催しました。市民の皆様にご寄付いただいた野菜やレトルト食品などの食糧をお渡ししました。



S&Sメンバーが、『何かできることがあれば手伝いたい!!』とFood Day25の企画・運営に全面的に関わり、準備を進めてきました。当日は受付や餅つき、豚汁のふるまいなどを通して、会場を盛り上げてくださいました。



今回のFood Day25では、民生委員や支援機関のご協力により、62世帯に食糧をお渡すことができました。

当日参加された方からは、「いつも子ども達に我慢させているので、今日は楽しくお腹いっぱい食べさせてあげることができて嬉しいです」「野菜が高いのでなかなか買えないので助かります。ありがとうございます」など、たくさんの感謝の声をいただきました。東近江市に暮らさずらさを抱えている方がおられることを市民の方に知っていただき、一人ひとりの善意が助け合いとなってつながる取り組みにしていきたいと考えています。

皆様のあたたかいお気持ちがつながり今回のFood Day25が開催できました。本当にありがとうございます。

善意銀行だより あたたかいご寄付をありがとうございます(平成28年10月1日～11月30日)

敬称略

●金銭預託

預託者氏名	金額
本多 知巳(指定寄付)	¥6,000
小倉町自治会(指定寄付)	¥15,870
蒲生地区ボランティア連絡協議会	¥6,500
山本町小路地蔵	¥3,000
水清会	¥13,200
湖遊芸能 パーディーヤマダ	¥20,000
能登川地区民児協東小学校区水車の会	¥2,307
匿名4件	¥12,100

●物品預託

預託者氏名	品名
御園地区仏教会	白米180kg
鈴木 豊治	肌着
西村 美智子(指定寄付)	柿
日本穀物検定協会関西神戸支部	白米82kg

預託者氏名	品名
グリーン近江農業協同組合	玄米60kg
山脇 はるか	粉ミルク
大久保 勇三(指定寄付)	白米60kg
高岡 繁雄	白米60kg、もち米60kg
増本 弥太良	白米30kg
太田 定治郎	肌着
東近江市老人クラブ連合会 湖東ブロック 女性部	手作り物品(アクリルたわし、アームカバー他)
加藤 公軌(指定寄付)	カレンダー
東近江市老人クラブ連合会 永源寺ブロック(指定寄付)	タオル
農事組合法人宮西ファーマーズ	白米30kg、もち米15kg
能登川北小学校6年生	チンゲン菜
今堀 善半	白米60kg
村田 友幸(指定寄付)	白米30kg

預託者氏名	品名
高木 紀子(指定寄付)	そうめん
伊谷 昌吉	ぬいぐるみ
匿名23件 (内4件指定寄付)	リハビリパンツ、紙オムツ、尿取りパッド、車椅子、男性用衣類、女性用衣類、カイロ、バギー、米、きゅうり、もち米、さつまいも、冬瓜、赤飯(レトルト)

●リサイクル預託

物品名	件数
アルミ缶	2件
使用済み切手	6件
使用済みテレカ	1件
ベルマーク	1件
ペットボトルキャップ	13件

●金銭払出

払出し先	活用目的	件数	金額
生活困窮世帯	福祉電話基本料金	2件	¥3,352
建部地区社会福祉協議会	地区社協活動助成金	1件	¥36,571

●物品払出

品名	払出し先	件数
介護用品、衣類、日用品など	介護事業所(デイサービスセンター等) サロン、生活困窮世帯、S&S、児童センター	21件
食品(お米、野菜、調味料、お菓子、果物など)	介護事業所(デイサービスセンター等) サロン、生活困窮世帯、学習支援事業、学童保育所	51件
緊急食料品	生活困窮世帯	6件

善意銀行へのご協力 ありがとうございます



グリーン近江農業協同組合様より
玄米60kg



愛東中学校福祉委員会様より
ペットボトルキャップ20袋

お知らせ掲示板

あなたも生活支援サポーター養成講座に参加しませんか？

～市辺地区・永源寺地区・蒲生地区～

私たちの周りには、ゴミ出しや買い物、話し相手、電球交換等、生活する中でちょっとした困りごとを抱えておられる方がおられます。人と人がつながりあって、

気軽に「助けて」と言える雰囲気のマチをつくっていく、それが生活支援サポーターです。



講座では、相手に寄り添うコミュニケーションのポイントや、高齢者・障がい者の暮らしから考える住民だからこそできること等について、学びを深めます。

講座は2月中旬からの開講予定です。皆様のご参加をお待ちしております。

詳しくは、東近江市社協ホームページ (<http://www.higashiomi-shakyo.or.jp>) や開催地区に配布されるチラシをご覧ください。



お問合せ

社協 地域福祉課 電話 0748-20-0555
IP 050-5801-1125

第8回

シニア世代の仲間づくり講座

何かしたいけど、何から始めればよいか…
気兼ねなく話せる仲間がほしい！
仲間と一緒に楽しく活動したい！
そんなあなたを応援する
60代からの地域デビュー講座です。



日時・内容

- ① 2月13日(月) 13:30～16:00
自己紹介/ニュースポーツで交流しましょう
- ② 2月20日(月) 10:00～14:00
うどん打ちにチャレンジ 
- ③ 2月27日(月) 13:30～16:00
ボランティア活動紹介/一緒に歌いましょう
- ④ 3月6日(月) 13:30～16:00
先輩シニアの活動紹介/美味しいコーヒーを淹れてみましょう 
- ⑤ 3月13日(月) 13:30～16:00
今後に向けて語りましょう

場 所 東近江市福祉センターハートピア
(今崎町21-1)

対 象 市内在住の60歳以上の方

参加費 全5回で1,000円
※第2回は材料代として別途500円

お申込み・お問合せ

社協 地域福祉課 電話 0748-20-0555
IP 050-5801-1125

参加者募集

老人福祉センター事業

手芸教室

日 時 2月15日(水) 13:30～15:30
対 象 市内在住の60歳以上の方
定 員 20名(先着順)
参加費 700円程度
内 容 ちりめんの小物入れ
申込締切 2月3日(金)



寄せ植え教室

日 時 3月15日(水) 13:30～15:00
対 象 市内在住の60歳以上の方
定 員 20名(先着順) **内 容** 春の寄せ植え
参加費 2,500円程度 **持ち物** 手袋・エプロン
申込締切 3月7日(火)

母子父子福祉センター事業

第3回 親子交流会

日 時 2月12日(日) 13:30～
対 象 市内のひとり親家庭の方
定 員 10組(先着順)
場 所 愛知川ボウル(愛荘町長野231)
内 容 親子でボウリングを楽しもう
参加費 1人 500円 **申込締切** 1月31日(火)



親子バス旅行

日 時 3月5日(日) ハートピアを8:30出発
対 象 市内のひとり親家庭の方
定 員 20組(申し込み多数の場合は抽選)
行 先 大阪市立科学館(大阪市北区中之島4丁目2-1)
参加費 大人1,000円 / 子ども500円
申込締切 2月21日(火)

いずれも **場 所** 東近江市福祉センターハートピア (今崎町21-1) ※第3回 親子交流会は現地集合
お申込み・お問合せ 東近江市社会福祉協議会 電話 0748-24-2940 IP 050-5802-2988