



こんにちは! 下呂市社会福祉協議会です(^^)

# げろ福祉だより

福祉でまちづくり 福祉のまちづくり

VOL.107  
2023.1



## ～新たなボランティア活動が誕生!～

下呂地域竹原地区にある御厩野区で、高齢者等の外出を支援するためのボランティア活動が誕生しました。区民の困りごとや将来の不安をキャッチした有志が「自分たちにできることはないか」と立ち上がり、ボランティアグループ「御厩野外出支援ボランティアかけはし」を結成しました。

令和4年10月からスタートしたこの活動は、集いの場や買い物へ送迎を行うことで、御厩野区民の支えとなっています! ⇒詳細は3ページをご覧ください。

### 目次

下呂市社協会長 新年のあいさつ	2	支えあい講座の報告	5
寒い冬を乗り切りましょう!	2	教育支援資金、福祉分野の修学資金・就職支援金等の貸付制度案内	6
新たなボランティア活動紹介	3	無料福祉総合相談日程	7
より良い地域づくり応援します!	4	寄せられたあたたかい善意	7
健康づくり教室の報告	5	復刻!!らららボランティア	8



この広報は、赤い羽根共同募金の配分を受けています。

明けまして  
おめでと〜うございませす



下呂市社会福祉協議会  
会長 大前一廣

新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は、下呂市社会福祉協議会の活動に深いご理解と温かいご支援、ご協力を賜り心より感謝申し上げます。

人口減少・少子高齢化が進み地域社会全体が変わりつつある中、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、社会経済情勢の悪化や日常生活に大きな影響が生じ、これまでにない生活困窮や福祉課題は増えています。

そうした中でも、人への思いやり、人とのつながりを大切に、支援を必要とする方に寄り添い、住みなれた地域で、その人らしく安心して暮らせるまちづくりが求められています。そのために、今できることを探し多様化する生活課題に迅速・的確に応える事業展開を図るよう、役員一同邁進する所存です。

本年も皆様の一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。新型コロナウイルス感染症の早期収束と皆様のご健勝、ご多幸を心よりご祈念いたしまして新年のご挨拶とさせていただきます。



## 本年も「思いやり」や「つながり」を絶やさない地域づくり!

冬季は新型コロナウイルス感染症、インフルエンザなどの感染予防に、より配慮が必要な時期です。一方で安心して暮らしていくためには、地域内での「思いやり」や「つながり」など、人と人との関わりも重要です。本号でも一部ご紹介させていただいておりますが、各種ボランティア活動などの地域福祉活動も「コロナ禍」から「withコロナ」を意識した取り組みに変わってきています。みなさんも家族や近隣、友人など、身近な人を気にかけて、寒い冬をあたたかい声掛けや見守りで乗り切りましょう!



高齢者世帯や通学路などの雪かき支援

孤立しがちな世帯への声掛けや見守り



回覧板を回す際に一声かける

路面凍結や通学路などの運転に注意



はやめのライト点灯もお忘れなく!



## 自分や家族を守る! 「冬の暮らし」ワンポイントアドバイス

### 転倒リスクは室内に!!

屋外が多いと思われがちな転倒。実は注意力が低くなる屋内で多く発生しています!



【自宅での転倒リスク】1位: 段差がない屋内 2位: 庭など 3位: 段差がある屋内

寒さで身体の動きが低下しがちなこの時期、特に室内での転倒に注意しましょう!

- ストーブやコタツなどの電気コードは、カーペットの下に入れるなど引っかからない工夫をしましょう。
- カーペットなどは、しっかりと固定することでつまずきにくい工夫をしましょう。
- スリッパはかかとまで履けるもので、滑り止め付きを選びましょう。(かかとが無いものはつま先歩きになり、つまずきやすくなります!)

冬の転倒は高齢者だけでなく、小さなお子さんから若い世代でも注意が必要です!



# 新しいボランティア活動の誕生STORY

## ～御厩野外出支援ボランティアかけはし～



### STEP1 地域の状況、ニーズをキャッチ



- 御厩野は坂が多いから、重いものを運ぶのが大変……
- バス停まで距離があって、外出するのに不便さを感じる……
- 今はいいけど、運転免許を返納したら買い物とかどうしよう……

### STEP2 ボランティアグループを創設



- 区民の困りごとを解決するためには、どうしたらいいかなあ。
- 自分たちにできることは、どんなことかなあ。
- 一緒に活動できる仲間がいるから、まずはやってみよう！

### STEP3 活動開始!買い物への送迎(外出支援)をやってみました!



- みんなで出かけられて、ワクワクしたよ♪
- 家まで来てもらえたから、買い物後の重い荷物も心配なかったよ。
- いつもは地元の移動販売でも助かっているけど、自分で出かけて買い物できるのも楽しいね！

### 活動者の意気込み

下呂市社会福祉協議会の地域福祉活動応援車両貸出事業を活用して、集いの場(随時)や買い物(月1～2回)への外出支援を行っています。地元の有志で始めたボランティア活動なので、御厩野区民を対象としながら、費用も無料としています。御厩野シニアクラブの協力も得ながら実施しているので、助かっています。自分たちのできる範囲ですが、少しでも役に立てるようやっていきたいと思えます!

### 下呂市社会福祉協議会(下呂市ボランティアセンター)のお手伝い

新たに活動を始められた「御厩野外出支援ボランティアかけはし」のみなさんに、効果的かつ安心して活動していただけるよう、以下のようなお手伝いをさせていただきました!

- 団体創設の企画支援
- ボランティア活動保険の加入
- 必要な情報の提供・説明
- 助成金の活用支援
- 地域福祉活動応援車両の貸出
- チラシの作成



当会の「地域福祉活動応援車両貸出事業」は、市民の皆様からの社協会費および赤い羽根共同募金を財源に実施しています。

つながり  
支えあい  
安心・安全

## より良い地域づくり応援しています!

下呂市内の自治会などで、福祉や自分の地域を知る取り組み、そこから「より良い地域、もっと住みやすい地域」を目指し、自分たちにできることを考える取り組みが行われています!

### 萩原地域：尾崎3区の取り組み



#### 地域を良くする 3STEP

- STEP1 現在や今後の地域を**知ろう!**
- STEP2 地域の強み弱みを**共有**しよう!
- STEP3 必要な活動を**抽出**しよう!

### 『ふるさと磨きミーティング』

11月8、29日の2回に渡り自治会が中心となり「**地域のことは自分達で考えて良くしていこう!!**」という思いのもと、ふるさと磨きミーティングが開催されました。

1回目は、地域の現状や今後の推移が説明された後、グループワークが行われ約1時間の間に155個の尾崎3区の「強み」「弱み」が出されワイワイガヤガヤと思いを共有されました。

2回目では、「強み」「弱み」を基に、これから自分たちに何ができるかを発展的に話し合い、皆さんの地域に対するあったかい思いとこれからの地域づくりに繋がる材料を知る良い機会となりました。

### 下呂地域：中原区の取り組み



#### 話し合った大切なポイント

- 地域内での**見守り**が必要!
- 交流・**つながり**を大切にしたい!
- **役割**があると生きがいになる!

### 『認知症サポーター養成講座』

中原区福祉委員会での話し合いの中で「認知症が身近な病気になってきたと感じる……」「みんなで正しい理解をして、どう接したらいいか知ろう!」という意見から、認知症サポーター養成講座を企画・実施されました。

11月6日(日)中原区の久野川町内会にて開催し、下呂市包括支援センターから認知症について学ぶことができました。参加者同士での意見交換も、とてもいい機会となり、つながりを大切にしている久野川のみなさんの思いを共有できる場面となりました。

中原区には8つの町内会があるので、今後も4~5会場にて開催し、「ほっとけない!ほっとかない!中原」をモットーとした地域づくりを実践される予定です。

## 下呂市社会福祉協議会のお手伝い

こうした機会から様々な「自分の地域を良くする活動」が生まれています。下呂市社会福祉協議会では、行政などの関係機関と連携し、以下のようなお手伝いをさせていただきました!

当日まで

- 開催方法の提案
- チラシの作成
- 講師の手配や紹介



当日

- 司会や進行
- 必要な情報の提供や説明
- 話し合いで出た意見の取りまとめ

みなさんの「知る機会」「話し合う機会」を応援します!ぜひお気軽にお問合せください。

# 健康づくり



# 生きがいづくり

## 『健康づくり教室』でニコニコ♪ワクワク♪

寒くなる冬に向けて、「自宅でもできる体操を覚える事」と「皆で交流を楽しむ事」を目的とした“健康づくり教室”を小坂地域2会場と金山地域4会場の計6会場で開催し、総勢70名の方にご参加いただきました。

小坂会場は、リハビリデイサービス ケアリハの小池雄大さん、金山会場は金山リバーサイドスポーツセンターの戸崎隆雅さんから、体操や無理のない体の動かし方を教わり、パラリンピック競技「ボッチャ」で楽しみながら白熱した戦いが繰り広げられました。

参加者からは、「手軽な体操だから家でできるわ。覚えた体操を続けようと思う」「やっぱり友達と会えると楽しいね」などの声が聞かれ、心もリフレッシュしながら、健康づくりに対する意欲を高めることができました。



## 支えあい講座2022 in下呂 開催しました!

11月4日(金) 下呂福祉会館にて、支えあい講座を開催しました。

コーヒーを飲みながら、クイズ形式や体験ゲームでボランティア活動について楽しく学んでいただくことができました♪



- 下呂市の現状とこれから
- 今求められているボランティア活動って?
- 支えあい体験ゲームをやってみよう
- ボランティア活動者との意見交換



この講座を受講された方々は、ボランティア登録をしてくださり、今後、自分にできることがあれば活動していただけるそうです。

社会福祉協議会では、ボランティアセンターの機能を有しており、個人ボランティアの登録を推進しています。ひとり一人の得意なことなどを活かすことが、市民の困りごとに寄り添う活動につながればと考えていますので、ボランティア活動に関心のある方は、最寄りの社協支所までお声がけください!

# これからの夢への挑戦を 社会福祉協議会は応援しています!

## 高校、大学、専門学校へ進学される皆さんを応援する教育支援金貸付のご案内

生活福祉資金貸付制度の資金種類の一つである教育支援金は、学費の捻出が困難な低所得世帯の学生に対し、入学金や授業料等の就学に必要な費用を無利子で貸付する制度です。

### 1. 貸付対象

- ・教育支援金貸付では、世帯収入が地域・家族構成等で算出した生活保護基準の1.8倍以下の世帯となります。



### 2. 貸付資金内容

#### ① 教育支援費

- ・授業料、設備費、PTA会費、通学定期代など学校に就学するのに必要な経費が対象です。
- ・国の高等教育就学支援制度、日本学生支援機構、母子寡婦福祉資金等の他制度の利用が優先となり、他資金の利用できなかった場合や、他資金の申込みを行ったものの可否決定が納入期限以降に明らかになる場合などに利用できます。
- ・貸付月額：高等学校35,000円以内、高等専門学校・短期大学60,000円以内、大学65,000円以内

#### ② 就学支度費

- ・入学金、教科書、制服、通学カバン、通学用自転車代など学校の入学に際し必要な経費が対象です。
- ・教育支援費は他制度を利用し、就学支度費のみ本制度を利用できます。
- ・貸付額：入学に際し必要な経費500,000円以内

### 3. 償還(返済)方法 卒業後6ヶ月以内据置から償還を開始し原則として10年以内で償還

### 4. その他 貸付には審査があるため、納入期限に間に合うよう余裕をもって申込みしてください。

お問い合わせは、下呂市社協総合相談室 ☎23-0783又はお近くの社協支所にご連絡ください。

## 地域を支える介護等の福祉分野で働き活躍される皆さんを応援する貸付制度のご案内

### 1. 介護福祉士等修学資金貸付制度、福祉系高校修学資金貸付制度

- ・国家資格の介護福祉士や社会福祉士の取得に際し、資格取得に必要な入学金、授業料等の費用を無利子で貸付する制度です。

### 2. 再就職準備金貸付制度、介護分野就職支援金貸付制度、障害福祉分野就職支援金貸付制度

- ・離職した潜在介護職員の再就職や、介護等の資格をお持ちで他分野から介護・障害分野等へ転職する際に、必要な経費を無利子で貸付する制度です。
- ・就職前に申込みが必要ですので、まずはご相談ください。



※どちらも各制度の定められた要件を満たした場合に返還免除となる「返還免除型の貸付金」です。

お問い合わせは、岐阜県福祉人材総合支援センター ☎058-201-2261にご連絡ください。

詳しい内容は、岐阜県社会福祉協議会ホームページをご覧ください。 <https://www.winc.or.jp/>



生活福祉資金



介護福祉士等修学資金及び  
再就職準備金



## 無料福祉総合相談

## 1月・2月カレンダー

一人で悩まないで! 心配事のある人なら誰でも、どんな問題でも相談ができ、相談内容等について秘密を守ります。

相談日	場所	相談員	
■よろず相談 時間/13:00~16:00 電話予約可。社会福祉協議会各支所にて受付します。			
1月 10日(火)	萩原 星雲会館	行政相談委員 民生委員	
2月 7日(火)	金山振興事務所 4階		
■法律相談 時間/13:00~16:00【予約制】 TEL.0576-23-0783			
1月	11日(水)	萩原 社会福祉協議会 相談室	岐阜県弁護士会 弁護士
	25日(水)	金山振興事務所 4階	
2月	8日(水)	下呂福祉会館 3階	
	22日(水)	萩原 社会福祉協議会 相談室	
■高齢者・障がい者・生活困窮者のための法律相談 時間/13:00~16:00【予約制】(相談前日の12:00まで) TEL.0576-23-0783			
1月 5日(木)	下呂福祉会館 3階	岐阜県弁護士会 弁護士	
2月 2日(木)	萩原 社会福祉協議会 相談室		
■公証役場相談 ※遺言・相続・後見・離婚・賃貸借・債務弁済等に関する相談を、公証人が無料でお受けします。 時間/13:00~16:00【予約制】 高山公証役場 TEL.0577-32-4148			
1月 20日(金)	下呂福祉会館 3階	高山公証役場 公証人	
2月 17日(金)	萩原 星雲会館		
■行政書士相談 時間/13:00~16:00【予約制】 岐阜県行政書士会 TEL.058-263-6580			
1月 19日(木)	小坂健康ふれあいセンター	岐阜県行政書士会 行政書士	
2月 16日(木)	下呂福祉会館 3階		
■こころの健康相談 ※精神科の主治医がない方が対象です 申込み・問い合わせ先/ 時間/14:30~16:00【予約制】 岐阜県飛騨保健所 健康増進課 保健予防係 TEL.0577-33-1111			
1月 24日(火)	小坂保健センター	精神科医師	
2月 14日(火)	萩原保健センター		
■岐阜県若者サポートステーション 下呂市出張相談 ※若者本人(15~49歳まで)とその保護者を対象とした、若者の社会的・職業的自立についての相談窓口です。 時間/10:00~16:00 申込み・問い合わせ先/岐阜県若者サポートステーション 0577-35-4770			
1月	10日(火)	下呂福祉会館 3階	岐阜県若者サポートステーション
	24日(火)	萩原 星雲会館	
2月	14日(火)	下呂福祉会館 3階	
	28日(火)	萩原 星雲会館	

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各種相談の開催については中止、延期、電話相談への変更等になる場合がございます。ご了承ください。

あなたの悩み一緒に考えていきます 【相談無料】【秘密厳守】

生活サポート相談センター すまいるげる

まずはお電話でご相談ください。

TEL.0576-23-0783

寄せられた あたたかい善意

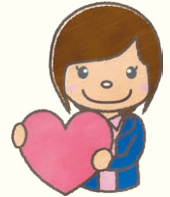
【令和4年9月21日~令和4年11月20日までの受付分】

# 新年特別号! 復刻!! らららボランティア

“らららボランティア”とは、下呂市内で活躍されているボランティアさんの活動を紹介するコーナーです。今号は特別号として新春にぴったりな地域のあったか活動をご紹介します。

下呂市内多くの地域では、定期的に手作りのお弁当を持参して訪問し、交流や安否確認を行う「配食ボランティア」が代々引き継がれてきましたが、コロナ禍により多くの団体が、活動の自粛を余儀なくされてきました。

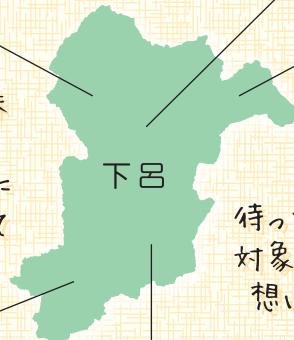
しかし、“地域のため、待っていてくれる人のため”にと“withコロナ”感染対策に留意され、多くの団体が活動を再開されました。



## 各地域の配食ボランティア活動の様子



手作りの味  
郷土の味  
季節の味に  
心を込めて



待っていてくれる  
対象となる方へ  
想いと共に届ける



コロナ禍でも既製品などに形を変え、活動を継続され続けられた団体もあります。こうした地域の「あったかさ」がいざという時に助け合える地域づくりにつながっています!

これまではコロナ禍で、気軽に会うこと、おしゃべりすること、共に食卓を囲むことなど、あたりまえのことが感染防止の観点から難しい状況でした。その中での経験を糧に、今年は「with コロナ」を意識し、地域の皆さんと共に“見守り・支えあい・つながり”がもっともっと広がる2023年を目指します!

