



佐渡市 社協だより

第121号
平成29年
2月25日発行



❖目 次

- | | | | |
|------|------------------------|----|--------------------|
| P2~3 | 生活自立相談支援センター | P7 | 寄付のお礼・脳トレコーナー |
| P4~5 | どんどんボランチャ
情報掲示板 | P8 | 輝く島の酉年さん |
| P6 | いきいきつうしん
今月のクローズアップ | | デイからこんにちは
表紙の紹介 |

編集・発行

社会福祉法人 **佐渡市社会福祉協議会**

佐渡市畠野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156
<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/>

あきらめない

～生活自立相談支援センター～

平成27年4月に生活困窮者自立支援法が施行され、この法律に基づく相談窓口である「生活自立相談支援センター」が佐渡市社協内に開設されました。これまでも「障がい」や「母子世帯」など分野ごとに分けられた制度はありましたが、そのどれにも当てはまらない、いわゆる“狭間”にいる方々を支援するための窓口です。

現在、社協の職員である3名の相談支援員が相談に来られる方に寄り添い、生活の再建を目指してサポートしています。今月は「生活自立相談支援センター」についてお伝えします。

時代が生んだ狭間

近年、高齢化や核家族化に加えて、地域のつながりの希薄化が進んでいます。地域から孤立してしまっている家庭や、経済的な困りごとを抱えている方々が感じているのが“生きづらさ”であり、それは地域で共に暮らす私たちが一緒に向き合わなければならぬ課題となっています。

何でも時代のせいにするのは乱暴だと思います。しかし一方で、逆らえない流れがあることも認めざるを得ません。このような社会背景の中で「生活困窮」と呼ばれる状態になることは、果たして本人だけの責任でしょうか。

この課題に対する取り組みは地域づくりと一緒に進めていくものでもあり、「誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりの推進」を使命とする社協が相談窓口の設置を担うことになりました。

「お金が足りない」「働きたい気持ちはあるがどうしたらいいか分からない」

これから自分はどうなっていくのだろうかという不安の中、自分を認める気持ちや大切にする気持ちが弱くなってしまい、なりたい姿を思い描くことができなくなってしまいます。このような時、私たち社協のことを思い出してほしいのです。

伴走者として

私たちはご本人が生活再建への道筋をイメージできるように支援計画を立て、ご本人の同意を得ながら進めていきますが、ここで私たちに出来るのは“本人のやる気の後押し”です。本人の意思があつて初めて前進できるので、自己決定や自己同意が非常に大切になります。

具体的に私たちがご本人と一緒に行うのは、レシート確認などを通じての家計収支の改善、借用金額の確認と返済のプランニング、ハローワークなどへの同行による就労支援で、他に本人にとってのサポートとして必要であれば社協外の機関へつなぐこともあります。止まってしまった歯車も、ちょっとしたきっかけで動き出すことがあります。

歩みは遅くても必ず好転する。これは相談に来られる方と向き合う際の信念です。私たちがあきらめたらダメなのです。思うように進まないこと

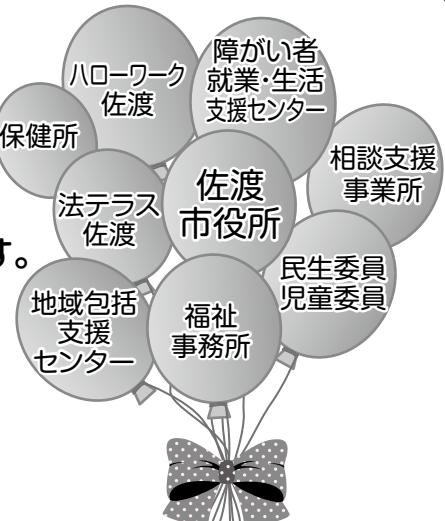
孤独な闇

生活や仕事、お金のことなどの悩みを抱え込んでしまい、人とのつながりがさらに希薄になってしまう場合もあります。

「仕事や生活のことで悩んでいるが、誰に相談したらいいのか分からない」「収入はあるのにな

相談から支援までの流れ

- ①まずは、困っていることについてお話しください。
- ②お困りごとの内容にふさわしい対応方法を考えます。
- ③生活の状況と課題を明らかにします。
- ④自立した生活を送るための支援プランを作ります。
- ⑤プランにもとづいた支援が提供されます。



さまざまな関係機関と連携して支援を行います

もありますが、ご自身の持つ可能性に気づいてもらえるように本人への働きかけを続けます。

可能性を信じて

なぜ困窮と言われる状態になったのか、その理由は問いません。まずは一度お会いして、私たちと話をしながら自分の状況を整理してみることが現状打開の一歩になると考えています。ゴールの設定は一人ひとり異なりますが、それは一緒に探して、見つけて、目指していくものです。可能性を信じて、あきらめずに一歩ずつ進んでいくことが大切です。

たちが相談に来られた方と関わる期間は基本的に1年間と定められています。その先に続く道のりを歩むときにも、やはり地域の力を必要とすることがあると思います。

まだ歴史の浅い制度なので、この制度が出来たことと、生活困窮者と呼ばれる方がこの佐渡でも戦っているということを知っていただくことから始めたいと思い、今回の特集で取り上げました。ご家族など、まわりの方からのご相談も受け付けますので、気になることがあればご連絡をお願いします。

今の時代、ちょっとしたきっかけで誰が困窮状態に陥るか分かりません。あの人もこの人も、そして自分もです。

地域の力を

地域には声をあげられずに戦っている人たちがいます。その方たちと私たちがつながり、一歩前進するためには、地域の力が必要です。また、私

《ご相談・お問合せ》

生活自立相談支援センター
☎81-1155 (佐渡市社協本所内)
受付時間 平日8:30~17:15

◎当センターに相談したことをきっかけに家計収支の見直しを行い、生活を立て直すことができたというHさんから、「自分の経験が今ひとりで悩んでいる方のためになれば…」とメッセージをいただきましたのでご紹介します。

相談する前は借金が多く、インスタントラーメンばかり食べ、町内会費も払えないほど困っていました。それが、相談してからは、家計簿の作成は面倒でしたが、月の支出がどれだけあるのかわかり、仕事を探し、収入を増やしたことで、借金の大半を返すことができました。良い年が越せて、とても感謝しています。私も電話をするまでに時間がかかりましたが、同じように困っている方は、1人で悩むより相談した方が必ず良い方向に向かうので、ぜひ相談してみてください。

平成28年糸魚川大火義援金街頭募金活動の報告

平成28年12月28日(水)に佐渡青年会議所と合同で糸魚川大火義援金の街頭募金活動を行いました。

皆様の温かいご支援、ご協力に感謝いたします。
ありがとうございました。

集まつた
義援金

97,769円



どんどん★ボランチャ

いきいき活動するボランティアさん=ボランチャをどんどん紹介するコーナーです。

“あたりまえ”の心を

ボランティアサークルおたすけモン(相川)

「我が子に、小さい頃からボランティア経験をさせたい。」という思いで片辺集落の子供たちとこのサークルを立ち上げました。

小中学生にはどんなボランティア活動があるのか思いつかず社協相川支所に相談しながら、老人福祉施設での歌の披露や地域の清掃ボランティアから活動を始めました。

歳末たすけあい事業のお手伝いは、おたすけモン恒例の活動として、すっかり成人した当時のメンバーも手伝い、地域に笑顔と元気をお届けしています。

ボランティアは特別なことではなく、子供でもできる「あたりまえ」のことで、誰かの力になつて喜んでもらえることです。これを機に少しでも関心を寄せてほしいと願っています。

(代表 坂野 かつえ)



ボランチャとは…

ボランチから、ちやは沖縄で○○の人という意味のちゅを佐渡らしくもじりました。島内のボランティアさんのお名前として考えました。

楽しく美しく

瑞穂会 金井教室(金井)

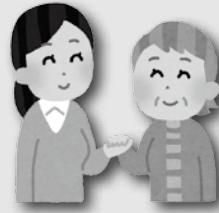


瑞穂会は各地区に教室を持ち、会員一同頑張っております。金井教室でも、各地区的社協まつりや招待昼食会等のイベントや福祉施設などからボランティアに呼んでいただくと、喜んでお邪魔しています。特に福祉施設を訪問した際は、いつも力をもらって帰ります。会員は皆踊りが好きな人たばかりで、踊れることに幸せを感じているところです。また、瑞穂会では年に1回「瑞穂の舞発表会」を開催しており、今年は2月19日に終えたばかりです。今後も美容と健康のため一生懸命踊り続けたいと思います。

(金井教室 児玉 トシ子)

学生向け！春休みボランティア情報

学生の皆さん、春休みを活用してボランティア活動をしてみませんか？
デイサービスや茶の間でのレクリエーションのお手伝いや、施設の掃除など内容
は様々です。大学生や高校生の方、就職・進学に備えて福祉の現場に触れてみたい
という方はボランティアセンター（☎81-1155）までお問い合わせください。



ボランティアフェスティバルさど2017開催決定!!

参加ボランティア団体・個人を募集いたします！

日 時：平成29年6月10日（土）
10:00～14:00

会 場：あいぽーと佐渡

テーマ：目指せ！ボランティア島（アイランド）
～ここから これから 心から～

お問い合わせはボランティアセンター（☎81-1155）まで。

3月31日までに参加申込みをお願いします。



平成28年度赤い羽根共同募金実績報告

今年度も多くの方々から温かいご支援とご協力をいただき、
募金運動を行うことができました。ここに実績を
ご報告いたします。誠にありがとうございました。

総 額 15,767,754円



募金額	
戸 別	11,072,798
法 人	3,437,363
学 校	372,433
職 域	274,184
イ べ ント	211,540
そ の 他	399,436
合 計	15,767,754

情報掲示板

3月開催 心配ごと相談

生活していく上での様々な心配ごとや困りごとを気軽に相談できる窓口、「心配ごと相談」を開催しています。

お住まいの地区以外での相談もできますので、ぜひご利用ください。秘密は守られます。

地区	相 談 日	時 間	会 場
両 津	2日(木)・13日(月)・ 23日(木)	13:00～ 16:00	両津福祉センター しゃくなげ
相 川	3日(金)・10日(金)・ 16日(木)・21日(火)	9:00～ 12:00	ワイドブルーあいかわ
金 井	10日(金)	13:00～ 16:00	金井コミュニティセンター
烟 野	27日(月)	9:00～ 12:00	烟野農村環境改善センター
小 木	1日(水)	13:30～ 16:30	小木多目的集会施設あゆす会館
赤 泊	15日(水)		赤泊福祉保健センターやすらぎ

※相談員が問題の解決に向けた助言や情報提供を行います。予約の必要はありません。直接、相談日に会場へお越しください。（相談は無料です）

弁護士による 無料法律相談

【新穂・畠野・真野地区】

日 時：3月28日（火）
10:00～15:00

場 所：畠野農村環境
改善センター

予約電話番号：81-1620
(社会福祉協議会畠野支所)

定 員：8名

※事前に予約が必要ですので、開催日の1週間前までにお電話ください。
秘密は守られます。

いきいきつうぶん

島内各地で活動している「いきいきサロン」や「地域の茶の間」の皆さんを紹介します。

大谷ガヤガヤ会(羽茂地区)

★開催日 月1回(10月・11月を除く)

★会場 大谷集落センター

★参加費 参加費なし(イベント時除く)

★参加状況

平成23年から始めて、毎回約10人の参加者で活動しています。始める前は集まることが少なかったのですが、集まって話をすることがとても楽しいです。他に体操や、病院のお話を聞いたり、お雛様巡りなどのお出かけをしています。えんやさんから教えてもらった体操は、「家でも行うと効果が出やすいです。」と言われましたが、最初はできませんでした。それが今では家でも実践できるようになりました。皆健康です。

★サロンのいいところ

編み物が得意な人がいて、その人から皆が教えてもらい、羽茂のギャラリー(展示会)に毎年出せるようになりました。



今月の
Close Up
クローズアップ
各支所から、熱意を込めた事業の
ご紹介です！

畠野支所
**世代間
交流事業**



畠野保育園と川西保育園には、それぞれに年2回、園児と地域のお年寄りが交流する機会があります。“核家族化によって孫と祖父母が同居する世帯が少なくなり、世代間の交流が減ってきてる現状をどうにかしたい”という、私たち社協と保育園の先生方の強い想いから誕生した事業です。



園児にとっては、お年寄りを大切にする気持ちを育む大切な時間になっているよう、「回を重ねるごとに自分からお年寄りに『こんなにちはー！』と声をかけるようになる園児の姿は嬉しいもの」と保育園の先生は話してくれます。一方で、お年寄りにとっては、可愛い園児たちとの手遊びや、なかなか合わない折り紙の角を合わせてくれる園児の優しさに心が和らぐふれあいの時間であり、自然と笑顔がこぼれています。

お年寄りと園児たちがお互いに顔のわかる関係を築くことは、私たちが目指す「誰もが安心して暮らすことのできる福祉のまちづくり」の一歩でもあります。この事業が続いている意味を大切にし、これからも橋渡しを続けていきたいです。



ご寄付ありがとうございました

平成29年1月1日～1月31日(受付順)

次の方々より、心あたたまる善意をお寄せいただきました。
お寄せいただいた金品は、地域福祉活動に役立させていただきます。

《本 所》

佐渡市連合婦人会様

50,000円

《両 津 支 所》

佐藤接骨院患者様一同様

18,508円

《相 川 支 所》

相川日蓮宗護法会寒修行一同様

30,000円

《佐和田支所》

内田商店様

1,221円

佐渡農業振興連絡会稻作振興会 稲作振興会長 齊藤 孝夫様

コシヒカリ玄米138kg

《畠 野 支 所》

日野 昭様(下新穂) 10,000円、紙オムツ、尿とりパット

社協だより120号(1/25発行)に掲載した内容に誤りがあります。【誤】芸能祭実行委員会 委員長 金子 友也様 30,000円
した。お詫びいたしますとともに、右記のとおり訂正いたします。【正】小木地区芸能祭実行委員会 委員長 金子 友也様 30,000円



脳トレ コーナー かんがえて応募!

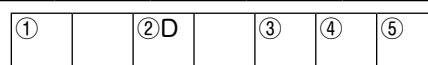
●正解者の中から抽選で5名様に、新穂地区「さわやか」様の「エコバッグ&靴下カバー」をプレゼントします。社協だよりへのご意見・ご要望などを添えてご応募ください!

●タテとヨコのカギをヒントに、カタカナで言葉を入れてください。A～Eに入る5文字が答えです。

タテのカギ ①佐渡の新ご当地グルメをPRする半魚人の
ゆるキャラで、目下婚活中とか。

答え A B C D E

②「退職金もらった瞬間妻ドローン」昨年1位の〇〇〇〇〇〇
〇川柳の作品です。



③ワラビやゼンマイも胞子で増える〇〇植物の仲間。



④昨年大ヒットした映画「君の名は。」彗星が割れ、糸守町に
これが衝突。



⑤三日月型をしたバターたっぷりサクサク食感のパン。



⑨和室には欠かせない建具のひとつ。シンプルなものから豪
華絢爛なものまで、有名な絵師が描いたものも。



ヨコのカギ ①多摩や石川、出雲、長岡などに移送して、これを行いトキを
守ります。



⑥レンガなどを用いて室内の壁面などに作られ、そこで薪を
燃やす暖房器具。



⑦昔から語り伝えられる昔話、民話、神話、歴史などを現代に語り継いでいる人。



⑧焼いたりして、人の面倒をみることです。 ⑨こんな予感はいやですね。

⑩足の不自由な方が座りながら移動できます。



⑪生後2年以上から7年位までの成長した羊肉。若い羊のお肉はラムといいます。

【応募方法】

ハガキにクロスワードパズルの答えの他、必要事項
をご記入の上、右記宛先までお寄せください。

宛先	〒952-0206 佐渡市畠野甲533番地 佐渡市社会福祉協議会 社協だより担当者 行
記載 内容	・クロスワードパズルの答え・住所 ・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号 ・社協だよりへのご意見・ご要望など

締切…3月17日(金)必着

※ ご記入いただいた個人情報は適切に管理し、景品の発送にのみ使用させていただきます。

なお、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせて
いただきます。

【前回の答え】

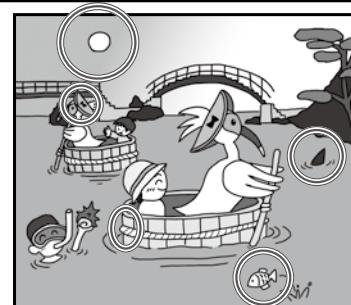
120号の脳トレ(まちがいさがし)の答え

①月の形 ②奥のトキの笠のかぶり具合

③手前のたらい舟の舟板の数

④魚の目 ⑤海面に出ている背びれ

ご応募くださった皆さま、ありがとうございました。



★酉年の皆さんのお楽しみや趣味、健康の秘訣を教えます★

輝く島のとり年さん



★自薦・他薦を問わず、元気な酉年の方を募集しています。応募が集中した場合はご期待に添えないこともありますので、ご了承くださいますようお願いします。



きのした 木下 スエノさん (両津地区 鷺崎) 大正10年生まれ

96歳の酉年です。鷺崎地区に同級生が14人もいましたが、みんな亡くなってしまい私一人になってしまいました。寂しい気もしますが、ありがたいことに、近所の方が朝と晩毎日声かけに来てくれます。また、週2回デイサービスセンターに出掛け楽しく過ごしています。若い時には観光ホテルで、目いっぱい働きました。若い時ふんばった分今はのんびり過ごそうと思っています。

さとう 佐藤 トメさん (小木地区 小木) 昭和8年生まれ

元気の秘訣は、体調の良い時にしている体操です。お医者さんや看護師さんに「体操をやつていましたね。」と褒められました。また、畠で野菜づくりをしています。天気が悪い時に、皆で地元のお堂へ集まっておしゃべりをすることが楽しみです。晴れが続くと、「雨降らんかなあ。」と思うくらい大好きな場所です。昔習っていた琴を少しづつ練習しようと思っています。



デイから こんにちは



茶碗蒸しの五目あんかけ

【栄養士より一言】 口当たり滑らかな茶碗蒸しに五目あんをかけると、旨みと見た目の変化が加わり、食欲アップにつながります。海老や椎茸は、みじん切りにしてトロミをつけたあんにすることで「噛む」「飲み込む」がスムーズになり、さらに楽しんで食事をとることができるでしょう。

【材 料】(1人前)

卵	40g	干し椎茸	1g	【1人分の栄養価】(1人前)
A	0.2g	人参	5g	エネルギー 102kcal
塩	2g	絹さや	5g	カルシウム 30mg
しょうゆ(1)	2g	みりん	3g	たんぱく質 10.8g
だし汁(1)	70g	しょうゆ(2)	3g	食塩 1.2g
むき海老	15g	片栗粉	1g	脂質 4.3g
		だし汁(2)	20g	

- 【作り方】**
- むき海老の背わたを取り、細かくたたく。
 - 干し椎茸をぬるま湯で戻し、みじん切りにする。
 - 人参・絹さやを、短めの千切りにする。
 - 割りほぐした卵にAを加えて混ぜ合わせ、容器に入れる。
 - 蒸気の上がった蒸し器に④を入れ、15分~20分間ほど蒸す。
 - 鍋にだし汁(2)・海老・椎茸・人参を入れて火にかけ、沸騰したらアクをすくい取る。
 - ⑥の具材に火が通ったら絹さや・みりん・しょうゆ(2)を加えて味を調え、水溶き片栗粉でトロミをつける。
 - 蒸しあがった茶碗蒸しに⑦の五目あんをかけたら出来上がり。

表紙の紹介

「これは楽しい！」「うちのサロンでもやってみよう！」の声が、笑顔あふれる中で聞こえました。

12月2日（金）に小木、羽茂、赤泊を対象にした南部3地区サロンスタッフ交流会を開催しました。楽しくできる軽い介護予防の運動やレクリエーション用品の紹介、子どもから高齢者まで全世代を対象とした1日のメニューを考えるなどして、地区を超えて交流することができました。

