

# 社協だより

第181号  
令和6年  
3月10日発行

## スマホと にらめっこ



誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進します



編集・発行

社会福祉法人 佐渡市社会福祉協議会

<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/> 佐渡市社協 検索



佐渡市畠野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156

## 今月の表紙



2月に開催した「はじめてのライン講座」の一コマです。地域のつながりの形

にも変化が見られる中、コミュニケーション手段「ライン」を活用したシニア世代のサポートと、地域のボランティア人材の発掘を目的に開催しました。この講座は「岩井パソコン教室 わかるとできる佐和田校」の岩井先生、柴坂先生を講師としてお迎えし、3回に分けて、プロフィール登録などの基本的な内容から行いました。当日は慣れない手つきも見られましたが、「これはどうしたらいいんですか?」など、活発に質問される様子もあり、今後ますますデジタル化が進んでいく中で新しいことを覚えようとするシニア世代の意欲の高さを感じられました。



ア世代のサポートと、地域のボランティア人材の発掘を目的に開催しました。この講座は「岩井パソコン教室 わかるとできる佐和田校」の岩井先生、柴坂先生を講師としてお迎えし、3回に分けて、プロフィール登録などの基本的な内容から行いました。当日は慣れない手つきも見られましたが、「これはどうしたらいいんですか?」など、活発に質

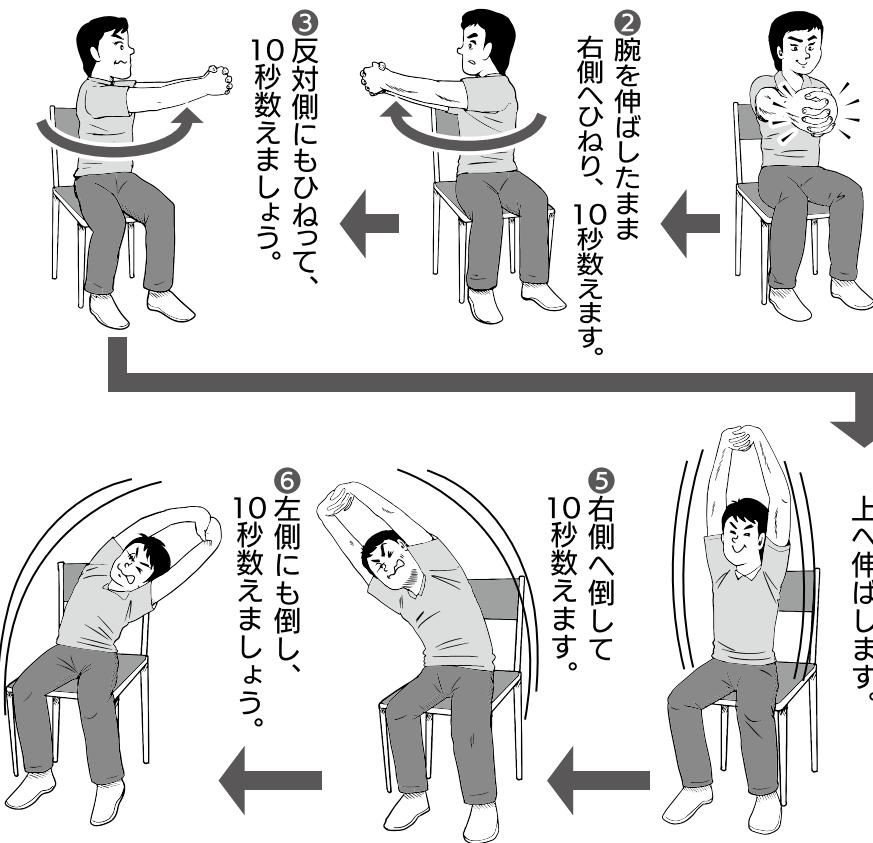
問される様子もあり、今後ますますデジタル化が進んでいく中で新しいことを覚えようとするシニア世代の意欲の高さを感じられました。

### デイサービスセンターの職員オススメ!

## かんたん体操

やわらぎの里で過ごす時間を楽しんでいただけるように、イベントや新たなレクリエーションを企画して、皆さまのご利用をお待ちしています。また、ボランティアも募集中ですので、ぜひご協力をお願いします。

①～⑥を5回繰り返しましょう。  
無理のない範囲でチャレンジしてみてくださいね。



①両手を体の前で組みます。

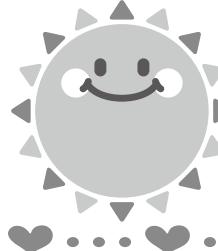
④次に、両手を組んだまま、上へ伸ばします。

今回の担当  
畠野デイサービスセンター  
やわらぎの里  
介護サービス係長  
山本 英樹



「もっと体を動かしたい!」「仲間と一緒に体操したい!」そんなときは、介護予防教室へ♪

社協は佐渡市から委託を受けて、市内各地で「介護予防教室」を開催しています。「介護予防教室」はおおむね65歳以上の方が対象で、健康寿命を延ばし、いつまでも活き活きと自分らしく生活してもらうことを目的としています。お問合せは社協本所・各支所・各地域センターまで。お待ちしています。



# ボラ日和



ボラ日和に  
関するお問合せは  
佐渡市ボランティアセンター  
☎81-1155

## ～学校・地域・企業で育む福祉教育事業～ 「出前塾・ふくボラ講座」ご活用ください

○お電話でのお問合せ・お申込みは、佐渡市ボランティアセンター(☎81-1155)までご連絡ください。



※内容を組み合わせて実施することもできます。詳しいプログラム・申込書はこちらからご覧になれます。

- ・**高齢者疑似体験**
- ・**車いす体験**
- ・**認知症サポートー養成講座**
- ・**介護体験**
- ・**点字、手話講習**
- ・**音訳講習**
- ・**補助犬を知ろう**
- ・**災害ボランティアについて**
- ・**地域での福祉の取り組み**

佐渡市ボランティアセンターでは、福祉やボランティアについて考える出前講座を実施しています。小中学校や高校、企業、地域の集まりなどで実施してみませんか？



補助犬を知ろう



車いす体験



高齢者疑似体験

災害ボランティア講座  
(金井小学校PTA行事)

● **認知症サポートー養成講座**

認知症と分かっていても、その人に強く当たってしまうということにすぐ心を打たれた。好きで忘れているわけではない。そんな人を支えなければいけない人もいる。辛くてもネガティブに捉えないで、どうすればうまくいくか考え、行動することが大切だなと思った。

### 受講の感想

#### 災害ボランティア講座

段ボールやテープだけで簡単に仕切りなどが作れてびっくりしました。濡れた畳を持った時、結構重くて、あれを何枚も運ぶと疲れるので、若い人が交代で運んだり、学生でも出来るごとを進んで取り組むことが大切だと思いました。



### ボランティアセンターに登録されている個人・団体の代表の皆さん

## ボランティア登録更新のお願い

ボランティア登録更新の時期になりました。登録内容(希望するボランティア活動、活動できる日時など)の「登録内容確認依頼書」を順次、お届けしますのでご確認いただき、登録の更新をお願いします。

# 訪問介護事業(ヘルパー)



## 各種事業のこじ案内

私たち、自分らしさを大切にしながら、チームで利用者さまを支えます。「また来てね。」「ヘルパーさんが来ると元気が出るんだ。」という嬉しい言葉にやりがいを感じる毎日です。



中谷 由香理

吉井 明日香

### 社協ヘルパーステーションまごころ



日々の生活は「命」と同じくらい大切なものです。介護のスキルを持った私たち訪問介護員は、その生活の基盤を整え、維持・改善を図るという大きな役割を担っています。その使命を胸に、利用者さまの自立支援や重度化防止につながる働きかけを行い、より質の高い支援を目指しています!

「できない」と思っていたことが、ヘルパーと一緒にやってみたら「実はできる」とだった!「できるようになった!」と喜んでいただけたことが、「この仕事のやりがいだと思います。これからも、「寝たきりだから」「介護度が高いから」という言葉ではなく、「一人おひとりの個性を大切にして支援させていただきます。



佐藤 麻美



相田 里美

まいにちに異動して一年目になります。訪問介護員として日々の業務に奮闘する中で大切にしていることは、利用者さまの気持ちを傾聴して受け止め、自立に向けた支援を行うことです。お一人おひとりに必要な支援を理解しながら、思うように生活が送れるよう、質の高いサポートを心がけています。

関わりのある方々と連携をとりながら、利用者さまが安心して生活できるよう努めています。利用者さまの気持ちに寄り添いながら、小さな変化に気づき、困っていることや心配なことなどを相談しやすい頼りになるヘルパーでありたいです。



山田 美樹

社協は地域福祉事業のほか、相談支援事業や介護保険事業などをしています。日々の生活や介護のことなどで困りごとや悩みごとがありましたら、お気軽にお問合せください。

# 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」が施行されたことに伴って社協内に設置された相談窓口です。『暮らし』や『仕事』の「こと」で困つたら、ひとりで悩まないで「相談ください」。生活や経済的な困り「こと」について専門のスタッフが話をうかがい、一人ひとりの状況に応じた解決方法を一緒に考えていきます。

## 《相談内容の例》

- \* 収入が不安定で、生活費のやりくりに困っています。
- \* 仕事をしたいのに、なかなか決まりない、続かない。
- \* 仕事を辞めて、生活や住まいのことで今後が不安。
- \* 借金が多くて、どうしたら安心か悩んでいます。
- \* 困っているが、どうして相談していいのか分からぬ。

相談は無料です。また、秘密は守られますので、安心してください。

# 成年後見センター

判断能力が不十分になり、自分一人では契約や財産の管理などをすることが難しい方が安心して暮らすことができるよう、お手伝いします。成年後見制度のご利用をお考えの方は、「相談ください」。



# 生活福祉資金貸付制度

この制度は、経済的自立と生活の安定のために、資金の貸付と必要な相談支援を行うものです。

- \* 対象者…低所得者世帯、障がい者世帯、高齢者世帯
- \* 主な資金の種類…総合支援資金、福祉資金、教育支援資金、緊急小口資金

世帯が抱える課題に応じて、生活自立相談支援センター等と協力して相談支援を行います。各資金には貸付の条件・基準があります。詳細についてはお問合せください。

# 日常生活自立支援事業

日常生活で不安を感じている方の福祉サービス利用のお手伝いやお金の出し入れ、大切な書類の預かりなどの支援を行います。

- \* 対象者…認知症の高齢者、知的障がいのある方、精神障がいのある方で、福祉サービス利用のお手伝いが必要な方
- \* 利用料…1回1時間まで1,200円 30分を超えることに400円
- \* 交通費…1kmあたり30円を1負担願います。



## 【4ページの内容に関する問合せ】

社協介護保険課

☎ 81-11155

社協ヘルパーステーションまほろば

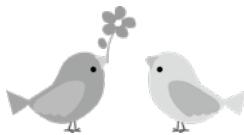
☎ 81-11621

## 【5ページの内容に関する問合せ】

社協福祉課生活支援係

☎ 81-11155





## あたたかいご寄付をありがとうございます

令和5年12月15日～令和6年2月15日(順不同)

宗教法人 真如苑 様 ..... 100,000円  
両津商工会女性部 様 ..... 5,000円  
日本生命保険相互会社 両津営業部 様

..... 車いすレインはおるっちゃん2個、  
手首式デジタル血圧計2個  
坪山 寿雄 様(新穂青木) ..... ゆず16kg  
勝廣寺聞法会 様 ..... フェイスタオル37枚  
内田商店 様 ..... 1,009円  
アイマーク環境(株) 様 ..... 尿取りパッド78袋  
原 愛子 様(相川下戸炭屋町) ..... 4,720円  
本間 信明 様(新潟市) ..... 30,000円  
大橋福祉会 様 ..... 185,687円  
かわも文化祭実行委員会 様

..... フェイスタオル16枚、おしごりタオル102枚  
池 一義 様(下川茂) ..... リハビリパンツ5袋  
瑞仙寺 寒行 様 ..... 10,000円

◆いつも温かいご寄付をいただき、誠にありがとうございます。物品のご寄付につきましては、受入れ先の有無や保管場所の都合などによって頂戴することができない場合がございます。お手数ですが、事前にお電話にて寄付内容をお知らせいただければ幸いです。よろしくお願ひ申し上げます。

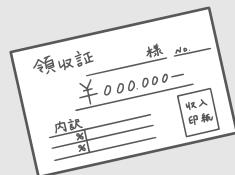
### ◆社協へのご寄付は税法上の優遇措置（寄附金控除）が受けられます◆

寄附金控除を受けるためには確定申告を行っていただく必要があります。その際、  
当会が発行した領収書が必要となりますので、大切に保管しておいてください。

★個人の方…所得税法上の寄附金控除が受けられます。

★法人の方…法人税法上の損金算入ができます。

※詳しくは、お近くの税務署、市区町村の税務担当課にお問い合わせください。



## グループホームで 夜勤してみませんか？

勤務地：グループホームまの  
(長石213番地1)

勤務時間：①15時15分から0時15分まで  
② 0時15分から9時15分まで  
③15時15分から9時15分まで

仕事内容：食事や移動・排泄の介助、見守り  
など

給与等：1時間あたり1,030円～1,074円  
※この他に夜勤手当(430円/時間)等の  
支給があります。

詳しい内容や申込方法については、  
総務課(☎81-1155)まで  
お気軽にお問合せください。



### 【おおまかな夜勤のスケジュール】

15：15～ 17：30	申し送り、 夕食づくり等
17：30～ 20：00	食事介助、服薬介助、 ホール対応 (口腔ケア、トイレ・ 着替え介助等)
20：00～ 翌6：00	夜間対応(巡視・トイレ 介助・起床者対応等)
6：00～ 8：00	起床介助、 モーニングケア
8：00～ 9：15	食事介助、記録、 申し送り等

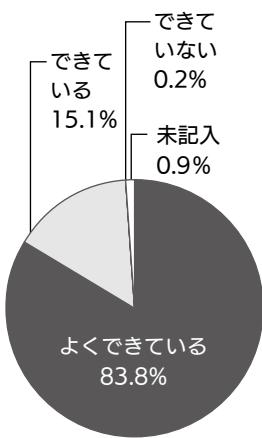
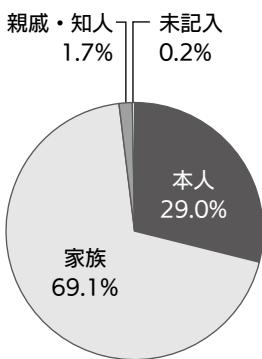


# 介護保険事業所

## アンケート結果

前回に引き続き、令和5年の4月から11月にかけて当会の介護保険事業所の「利用者の皆さま、ご家族の皆さまに」協力いただいたアンケート結果を「報告いたします。

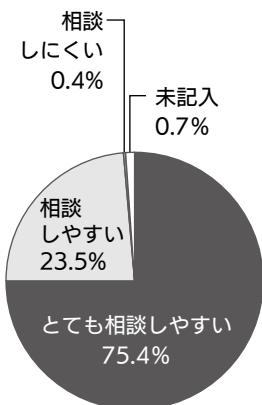
このアンケート結果をもとに、より一層のサービス向上と改善に努めてまいりますので、今後ともよろしくお願ひいたします。  
また、「意見やご要望はいつでも承りますので、どうぞお気軽にご相談ください。



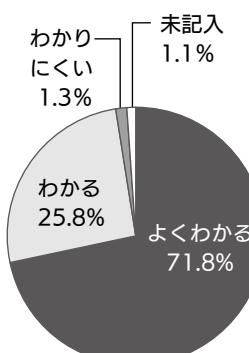
### 居宅介護支援事業所 回収率76%（回収536/配付705）

【問1】アンケートご記入者さま  
を教えてください。

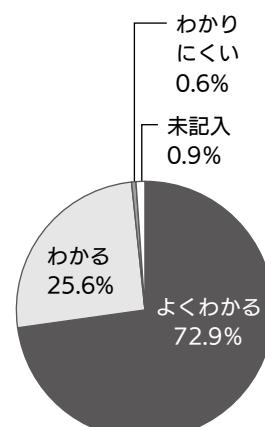
【問2】担当ケアマネジャーのあいさ  
つ、言葉遣い、身だしなみ、相  
談時の対応はいかがですか。



【問5】ケアマネジャーに相談しや  
すいですか。



【問4】ケアプランは「本人やご家  
族の意向を尊重して、わかり  
やすく作成されていますか。



【問3】介護サービスについて、「ご  
本人やご家族が選択しやす  
いよう、わかりやすく説明  
されていますか。

相談に対する具体的な提  
案をその場で即答する「こと」が  
難しいようです。  
すぐにお答えできれば良いので  
すが、間違った情報を伝えること  
も迷惑をおかけしないよう、事業所に  
持ち帰り正確な情報をより良い  
提案をお伝えするため、即答を控  
えることがあります。できるだけそ  
の場でお答えできるよう自己研鑽  
に努めてまいりますので、「ご理解い  
ただけますようお願いいたします。

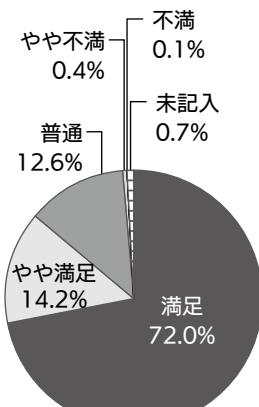
常に本人や家族とコミュニケーションをとつて、要望等を丁寧に対応していただきありがとうございます。また教えていた  
だくこともたくさんあって、助  
かりています。  
今後も「本人やご家族とのコミュニケーション」を大切に、皆さまに寄り添った支援を心掛けてまいります。

【問6】居宅介護支援事業所に對  
するご意見・ご要望等が  
ありますなら、なんでもご  
記入ください。

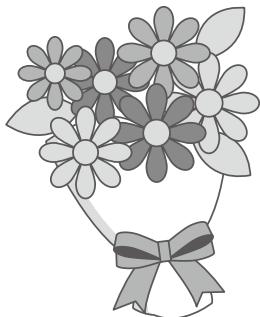
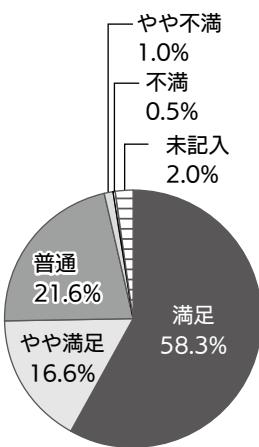
## 通所介護事業所

回収率72.3%  
(回収452/配付6215)

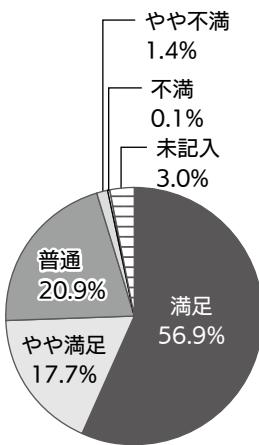
【問1】職員は丁寧に接してくれますか。



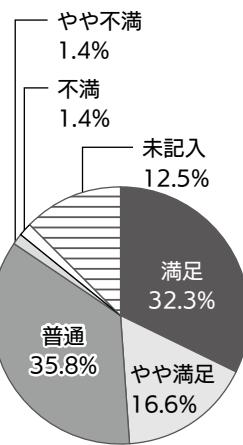
【問2】デイサービスを利用する前に、利用方法についてわかりやすい説明がありましたか。



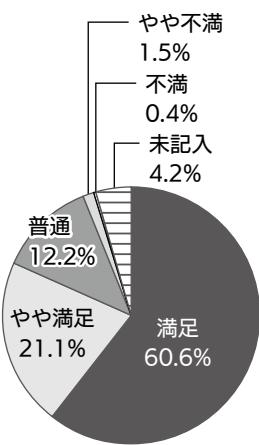
【問3】サービス計画をつくる時、あなたの状況や希望を聞き取り理解してくれましたか。



【問4】楽しみにしている行事などはありますか。



【問5】あなたは、現在利用しているデイサービスセンターに満足していますか。



【問6】通所介護事業所に対する「意見・要望等」がありましたら、なんでも記入ください。

デイに行くようになり、身体の動きが全体的に向上。特に精神面で安定した。認知症も前より良くなり、毎日のデイを楽しみにしている。

お身体の状態が良くなられたとのこと、大変うれしい思います！デイサービスで楽しく、活動的にお過ごしいただけるように、これからも努めてまいります。

デイサービスの利用を考えているが、分からぬ事や不安があるという方は、遠慮なく見学や体験利用をご利用ください。送迎から入浴食事など1日の流れに沿って体験することができます。

出前サービスの話をしたら嬉しそうな顔をして「頼んでみたい」と話をしていました。イベントも気に入っています。の時は追加利用をしています。

キャンセル料発生についての説明で、どんな場合にキャンセル料が発生するのかを、きちんと説明して欲しかったです。非常に残念に思いました。説明が足りず大変申し訳ございませんでした。厳しい経営状況の改善を図る為、キャンセル料の見直しをさせていただきました。何卒ご理解をいただけますようお願い申し上げます。

職員がいつも忙しそうにされている。

声をかけづらい雰囲気がありました。常に声をかけやすいような環境づくりを心がけてまいります。

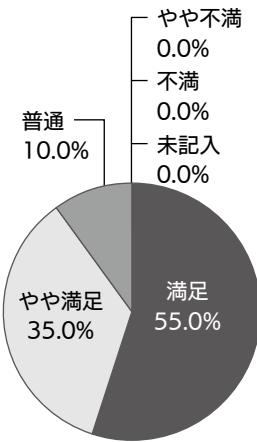
ありがとうございますー！利用者様に楽しんでいただけるよう、今年度から出前サービスを開始しました。また、たくさんのボランティアさんや地域の方々からご協力いただき、様々なイベントを毎月企画しています。ぜひお楽しみに！

## 短期入所生活介護事業所

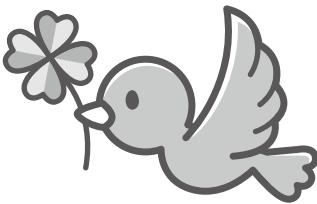
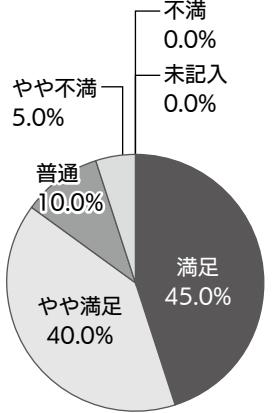
回収率 76%

(回収20/配付26)

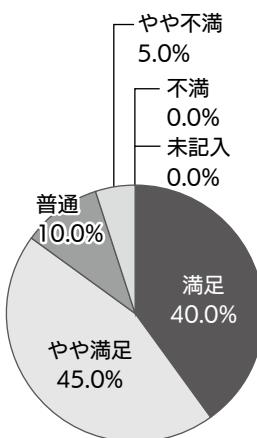
【問1】職員は丁寧に接してくれますか。



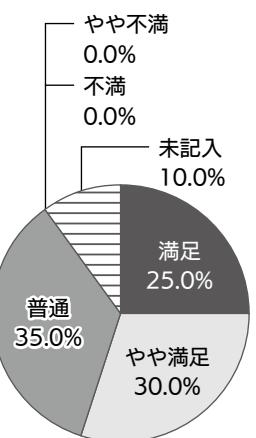
【問2】サービスを利用する前に、利用方法についてわかりやすい説明がありましたか。



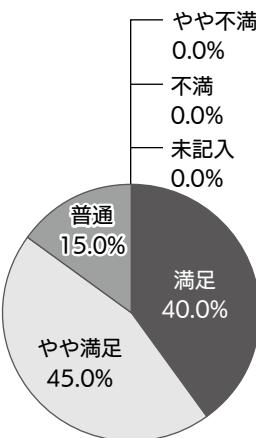
【問3】サービス計画をつくる時、あなたの状況や希望を聞き取り理解してくれましたか。



【問4】楽しみにしている行事などはありますか。



【問5】あなたは、現在利用しているサービスに満足していますか。



【問6】小木短期入所施設つくりに対する「意見・要望」等がありましたら、なんでも記入ください。

帰る日の時間が午前中なのが残念。

中なのが残念。

とても満足しています。いつもありがとうございます。

「こちらこそありがとうございます。安心してご利用下さい。」  
ただ、楽しんでもらえるサービスを提供いたします。

当事業所では、基本的に午前入所・午前退所で対応させて頂いております。翌日に空室がある場合は、夕方までのご利用が可能ですが、お問い合わせください。

午前入所・午前退所で対応させて頂いております。翌日に空室がある場合は、夕方までのご利用が可能ですが、お問い合わせください。

4月で利用出来なくなるのが困ります。

迷惑をおかけいたしまます。利用者数の減少により、令和6年3月末にて小木短期入所施設つくりは休止させていただきます。

ティサービスの営業は継続いたしますので、今後もご愛顧いただけますようお願い申し上げます。

サービス利用前、入浴の仕方、寝る時のこと等、分からないうがいくつかあった。  
説明不足で大変申し訳ありませんでした。今後、利用前の説明を細かく、分かりやすく丁寧に説明してまいります。

多くの貴重なご意見ありがとうございました。個別的なご意見につきましては各事業所において対応させていただきます。今後も皆さんに気持ち良いくご利用いただけるよう努力いたしますので、よろしくお願いいたします。

※「ご意見・要望」につきましては、なるべく原文に近い形で掲載しております。また、スペースの都合上、アンケート結果の一部のみを掲載しております。ご了承ください。

## 赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました!

皆さまからお寄せいただいた募金は、地域課題の解消に向けて活動を行う組織や団体に対して助成し、地域へと還元させていただきます。また、この募金運動を進めるにあたり、各地区的代表の方や役員の方々からお力添えをいただきました。ご協力くださいました多くの皆さんに深く感謝申し上げます。

**募金総額 13,195,782円**



### お知らせ

#### 社協ケアプランセンターきずな 事務所移転について

このたび、グループホームまでの内へ移転することとなりました。業務内容に変更はありません。今後ともよろしくお願ひいたします。

移転日:令和6年4月1日

住所:佐渡市長石213番地1  
(真野老人福祉センター寿楽荘裏側)

電話番号:51-2100(これまでどおり)

#### 事業所等の休止・廃止について

##### 【令和6年3月31日付で休止】

- ・松ヶ崎デイサービスセンターまつさきの里
- ・小木短期入所施設つくし

##### 【令和6年3月31日付で廃止】

- ・畠野支所
- ・松ヶ崎在宅介護支援センター

地域の皆さんには長年にわたり、ご支援、ご協力を賜りましたこと厚くお礼申し上げます。なお、介護や福祉、各種事業に関するご相談は本所(81-1155)までお気軽にご連絡ください。

### 県内の相談窓口

#### 新潟県認知症コールセンター

認知症のこと、ひとりで悩んでいませんか？認知症は誰もがなりうる症状です。お気軽にご相談ください。福祉の有資格者や介護経験者などがご相談をうかがいます。

【認知症相談】 月～金曜日 9:00～17:00

※祝日・休日・年末年始を除く。

☎025-281-2783

#### 新潟県福祉サービス運営適正化委員会

福祉サービス（訪問介護・通所介護など）に関する苦情解決のお手伝いをしています。施設と話し合っても解決しない場合や、施設に直接話しにくい場合などは、お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守ります。

【問合せ】 月～金曜日 9:00～17:00

※祝日・休日・年末年始を除く。

☎025-281-5609

## カタカナ計算

カタカナで書かれた計算式を解いて□に数字を入れましょう。

例 イチタスニ=□ → 3

- 1 ロクタスナナ=□
- 2 ジュウナナヒクジュウイチ=□
- 3 ハチカケルサン=□
- 4 ジュウハチワルキュウ=□
- 5 □カケルナナニジュウイチ
- 6 ジュウロクワル□=ヨン
- 7 ナナカケルヨンタスゴ=□
- 8 ジュウキュウタスニジュウハチワルナナヒクサン=□
- 9 キュウヒクハチワル□タスロク=ジュウイチ
- 10 □タスロクカケルハチヒクニジュウ=サンジュウナナ

答え

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



がんばって  
計算してね♪



# かんがえて応募!

◎今月は正解者の中から抽選で5名様に、  
相川地区「愛らんど相川」様の「ふくさ  
とコースター」をプレゼントいたします。  
社協だよりへのご意見・ご要望などを添  
えて、「どんどん」応募ください!

## 【応募方法】

ハガキに問題の答えの他、必要事項をご記入の上、左記宛先までお寄せください。

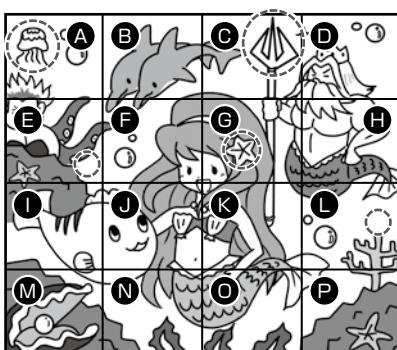
また、ホームページのお問合せフォームからもご応募いただけます。ハガキ  
同様に必要事項を入力し、送信してください。

締切：4月12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つて代えさせていただきます。  
※ご記入いただいた質問や感想を紙面やホームページに掲載させていただく場合  
があります。ご了承くださいますようお願いします。  
※各号につき、同一住所1回限りの応募とさせていただきます。複数応募の場合  
は1通のみ有効とさせていただきますのでご了承ください。

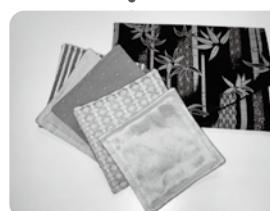
## 【前回の答え】

180号の答えは  
「A・C・E・G・」  
でした。



ご応募くださった皆さま、  
ありがとうございました。

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	・問題の答え・氏名（ふりがな）・住所 ・電話番号・年齢・社協だよりへのご意見・ご要望など



# 輝く島の たつ年さん

★辰年の皆さんの趣味や楽しみ、健康の秘訣を教えます★



**柴井ハツ子さん**  
いいやま  
飯山ツヤ子さん  
しばい  
西津地区  
昭和15年生まれ

介護予防教室「いかんかクラブ」がきっかけで知り合いました。脳トレや折り紙、時には佐渡の歴史や方言について学ぶこともあります。楽しいひと時を一緒に過ごします。自宅ではなかなか声を出して笑うことがないのですが、ここに来ると笑いが絶えず、脳も活性化されるのか夜もぐっすり眠れます。

天気の良い日は、散歩がてら歩いて喫茶店まで行きます。コーヒーを飲みながら常連さんたちとおしゃべりして過ごす時間が楽しみになっています。昔は能を披露するため、国分寺市まで行っています。能は今でも続けていて、公演前は週に2回ほど稽古をしています。いつまでたっても芸の道は難しいものだと日々感じています。

**羽生茂さん**  
はにゅう  
しげる  
真野地区  
昭和15年生まれ

自薦・他薦を問わず、元気な辰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ひします。



## 栄養士のおすすめレシピ

### 石狩ごはん

#### 【材料】(2人前)

米	120g
水	180cc
鮭フレーク(市販品)	30g
きゅうり	15g
甘酢しょうが	10g
卵	30g
塩	0.2g
サラダ油	2g
白いり胡麻	2g

#### 【1人分の栄養価】

エネルギー	283kcal
たんぱく質	9.2g
脂質	4.9g
カルシウム	57mg
塩分	0.4g

## 【作り方】

- ①米を洗い、水を加えて炊飯する。
- ②きゅうりを小口切りにして茹で、冷ましてから水気を絞る。
- ③卵を割り、塩を加えてよく混ぜ、炒り卵にして冷ます。
- ④甘酢しょうがをみじん切りにする。
- ⑤炊きあがったご飯に鮭フレーク、きゅうり、甘酢しょうが、炒り卵を加え、混ぜ合わせる。
- ⑥器に盛り、白いり胡麻を振りかける。



ご飯を酢飯にしたり、きゅうりを大葉にしたりしても美味しく食べられます。春はお祝いや島まつりなど、イベントの多い季節です。ちらし寿司風に盛り付けたり、トッピングを乗せたり、色々とアレンジしてお楽しみください。

## 地域のちつといい話



デイサービスの利用者がリハビリを兼ねて作っている新聞紙のゴミ袋を、地域の施設や住民の方にお配りしています。皆さんに大変喜んでいただいており、「使いたい」という声が増えました。これも地域貢献ですね。