

認め合い 支え合い 安心して暮らせる あいおい

# あいおいふくし

社協だより  
あいおいの福祉  
No. 150

編集・発行  
社会福祉法人 相生市社会福祉協議会  
〒678-0031 兵庫県相生市旭1丁目6-28  
相生市立総合福祉会館内  
TEL.0791-23-2666 FAX.0791-23-7600  
HP: <http://shakyo-aioi.jp/>  
E-Mail: [fukushi@shakyo-aioi.jp](mailto:fukushi@shakyo-aioi.jp)  
この広報紙は、赤い羽根共同基金の  
配分金により発行しています。



## 2カ所を縫うだけの 簡単マスクづくり

～お気に入りの模様で、マイマスク。プレゼントしても喜ばれます～



この広報紙を  
ひらけば、そのまま  
型紙に!

### 用意する物

- マスク用生地 大人用:縦20cm×横42cm、子ども用:縦18cm×横35cm  
(生地の素材はダブルガーゼが良い。手に入らない場合は、コットンリネン、シーチング生地、ニット生地、さらしなど)
- マスク用ゴム 30cm×2本 (※使う人によって長さは調節する)
- 針 ● 糸 ● マチ針 (ない場合はヘアピンやクリップなどで代用)
- ゴム通し (ない場合は、ヘアピンやゼムクリップなどで代用)

### 作る前の準備

- ガーゼなどの生地は縮みやすいので、生地を30分程度水につけて、軽くしぼり干す。
- 半がわきになったら、アイロンでしわをのばしておきます。

大人用切り取り線 (縦20cm×横42cm)

子ども用切り取り線 (縦18cm×横35cm)

CHECK 広報紙をひらいて、

### 作り方

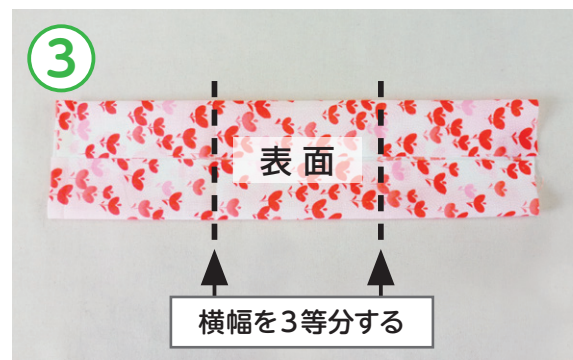


①生地をカットし、裏面を上置く。  
(この広報紙をひらいて、線をはさみで切るとマスクの型紙になります。)

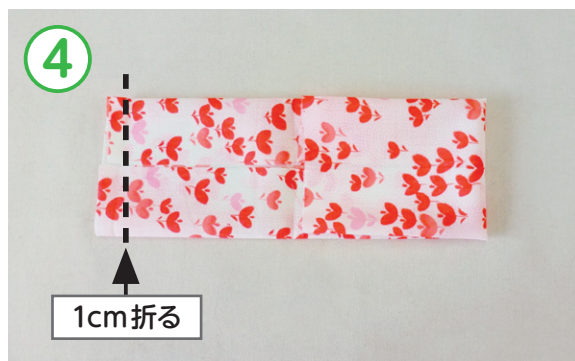


②横長の向きにして布の上下を中心に向けて折り、アイロンをかける。

ワンポイント①  
布を折るたびにアイロンを使うと仕上げが楽ちん!



③横に3等分にし、三つ折りにしてアイロンをかける。



④その一方の端の1.0cmのところを内側に折りアイロンをかける。



⑤両端から1.5cmのところを縫っていく。両端はほどけないように生地を縫い合わせる。手縫いの場合、波縫いでOK。玉止めは内側にすると見場が良い。

ワンポイント②  
マチ針やクリップなどで留めてから縫うと布がずれず、仕上がりがきれい。



⑥両端にゴム通しをする。ゴムを結び、結び目はマスクの内側に隠す。

ワンポイント③  
ゴムの代用品に、輪切りにしたタイツやTシャツ等のニットも利用できます。

# わたしのまちの移動販売

「足腰が弱って外出することがつらい」「交通手段がなく、スーパー等に行けない」など、買い物にお困りの方が多くいらっしゃいます。また、新型コロナウイルスの影響で、感染症予防のためにますます店舗型のスーパー等に行きづらくなった方が多くなったのではないのでしょうか？そういった方の強い味方として、相生市内で行われている移動販売を一部紹介させていただきます。

## コープこうべの移動店舗

問い合わせ先：☎22-5235

毎週月・火・金曜日、相生市内21カ所の停留所に決まった時間に放送で知らせながら巡って来てくれます。今年で市内を走って5年、すっかりおなじみになりました。朝、コープデイズで商品を積みます。食品はもちろん、日用雑貨まで品数にしてざっと800品目。「こんなものも売ってるの？」とびっくりするほど品数は豊富です。お目当ての商品がない場合は、頼んでおくと翌週に持ってきてもらえます。購入の際には協力金（1品目につき10円 ※上限150円）が必要ですが、コープ組合員なら不要。ポイントも付くので買い物の際には組合員証を持って行くのを忘れないで！（ただし、コピーは使えません）



## 移動スーパーとくし丸 カワベ相生本店

問い合わせ先：☎23-3335

毎週月曜日から土曜日の6日間、市内3コースを2回ずつ訪問しています。軽トラックにお肉やお刺身、パン、総菜などの食品から日用品まで、カワベの商品をたっぷり乗せて、お客様の家を一軒一軒訪問して販売しています。とくとくとくとくし丸の音楽に誘われて、たくさんの方が出て来られ、誰でも気軽にご利用いただけます。

値段は商品1点につきプラス10円をいただいております。欲しい商品がなかった場合は注文しておく、と、次回の訪問の時に届けてもらえます。

「私その料理、昨日作ったわ〜。」「果物もいろんな種類があるよ〜。」と買い物だけでなく、近所の方同士がおしゃべりを楽しめる場にもなっています。

「とくし丸」の車を見かけたら、ぜひご利用ください。



## はま勝鮮魚店

問い合わせ先：☎22-5151

毎朝、新鮮な魚介類を市場へ仕入れに行き、干物や練り製品などと一緒に冷蔵車に積み込み販売しています。

メバルや舌平目、アサリやタコなど、旬の海の幸がたくさん並んでおり、買う人からは「ここに来たら季節を感じることができる。」「毎週おいしい魚を食べることができて幸せ。」など、多くの喜びの声が聞かれます。また、販売ルート途中には依頼のあった一人暮らし高齢者などの自宅を訪問し、刺身や焼き魚、煮魚を届けるなど大忙しの毎日です。安否確認にもなっているんですね。

店主の破魔さんは、「魚の行商さんは年々少なくなっているが、地域福祉の根幹ってこんなところにあるのかな。」と話されています。



## チキンショップ鳥和 移動販売

問い合わせ先：☎28-0818

毎週水曜日、相生市内を移動販売車で走っています。精肉だけでなく、焼き鳥や唐揚げ等の加工食品やパンなど、幅広く取り扱われておりますので、鳥和の移動販売車を見かけたら立ち寄ってみてはいかがでしょうか？

移動ルート、時間につきましては、上記の電話番号にてお問い合わせください。

また、移動販売だけでなく店舗での販売も行っていますので、そちらも是非お立ち寄りください。店舗では、毎週木曜日にセールを行っています。

- 店舗所在地：相生市若狭野町出138番
- 営業日：9時00分～19時00分（月曜日は定休日となります）



市民の皆さまのあたたかい善意  
ありがとうございます  
令和2年3月1日～令和2年4月30日（敬称略）

善意銀行預託

(単位:円)

住所	氏名	内容	金額
3月			
緑ヶ丘4丁目	濱田 郁子		2,000
	匿名		520
旭2丁目	匿名		3,000
旭2丁目	匿名		3,000
若狭野町下土井	匿名		3,000
	相生市花と緑の協会		2,406
佐方3丁目	高木 貞子	香料返し	50,000
佐方3丁目	小寺 克典		3,000
	匿名		2,000
若狭野町福井	相生モラロジー事務所		5,000
4月			
佐方2丁目	久我 幸枝		2,000
緑ヶ丘4丁目	濱田 郁子		2,000
	有田 耕三		3,000
旭2丁目	匿名		3,000
旭2丁目	匿名		3,000
	匿名	香料返し	30,000
佐方3丁目	小寺 克典		3,000
若狭野町福井	相生モラロジー事務所		5,000
	匿名	切手	物品預託
	神戸トヨペット株式会社 相生店	マスク	物品預託
緑ヶ丘1丁目	匿名	マスク	物品預託
	相生市消費生活研究会	マスク	物品預託
	株式会社 LICTH	マスク	物品預託
矢野町榊	匿名	マスク	物品預託

賛助会員

(1口:1,000円)

口数	住所	氏名
3	古池2丁目	岡本 文博
3	那波野1丁目	匿名
3	旭5丁目	匿名
3	青葉台	匿名
2	佐方2丁目	久我 幸枝
2	相生2丁目	山田 笑子
2	双葉1丁目	匿名
1	赤坂1丁目	中田 勝康
1	那波野2丁目	佐渡 謙一
1	たつの市揖西町土師	匿名
1	佐方1丁目	匿名
1	若狭野町若狭野	匿名
1	古池2丁目	匿名
1	古池2丁目	匿名
1	古池1丁目	匿名

キラリ★『ふくし』のひと

相生市社会福祉協議会介護支援センター ホームヘルパー 山田陽子さん

平成5年の初夏、68歳の母が脳血栓で倒れ意識不明のまま病院に運ばれました。一命は取り留めたものの、意識が戻った時には全身麻痺が残り、意思の疎通は図れませんでした。

日中の付き添いをお願いした家政婦さんは、退院するまでにベッド上での座位、車椅子への移乗、嚥下ができるようにと、目標をもって介護してくださいました。

甲斐あって、医師も驚くほどの回復ぶりでした。入院中に介護技術も教わり3カ月後に退院となりました。私の力で介護しようと家に連れて帰る道を選びました。基本的に寝たきりの状態なので、主治医の往診と、市の福祉課から派遣されるヘルパーさんの訪問をお願いしました。不安な気持ちでいる中、みなさん笑顔で親身に介護してください、私の気持ちを和らげてくださいました。「車椅子で散歩に行きましょう」「お風呂も入りましょう。」と、的確なアドバイスでいつも前向きに指導してくださいました。

親の介護であっても資格と技術が必要と、夫の助言でヘルパー2級の資格を取得しました。

介護保険制度が始まった平成12年に、お世話になったヘルパーさんたちを目標に、社協で登録ヘルパーの仕事に就かせていただきました。一軒一軒お宅を訪問し、身体介護・生活援助のサービスが主な仕事です。利用者に対しての言葉遣い、訪問態度に

気を配りますが、何よりも大切にしていることは利用者に寄り添い、信頼され安心して介護サービスを提供させて頂くことです。一人暮らしの利用者が多く、訪問を楽しみにして下さいます。「いつもありがとう。助かるわ。またお願いします。」と、やさしい言葉もかけて下さいます。

「福祉」の言葉は「しあわせ」の意味があると聞きました。

母は介護保険制度が始まった1年後、76歳で他界しました。寝たきりの晩年でしたが、たぶん「しあわせ」だったと信じています。そして今、福祉の仕事に関われる喜びと誇りを感じています。事務所の方、同僚のヘルパーの皆さんと協力し、助け合い、利用者が笑顔で快適に生活していただけるよう、日々、精進し「しあわせ」を届けていきたいと思えます。

「こんにちは、社協からきましたヘルパーの山田です。」

笑顔で訪問開始です。



令和2年度事業計画と予算

3月25日に開催された評議員会において、令和2年度の事業計画及び予算が承認されました。今年度の新規事業と拡充事業を紹介します。

総合目標 認め合い 支え合い 安心して暮らせる あいおい

- 推進目標1 社協は、住民の身近な相談窓口になります
- 推進目標2 社協は、住民の支え合い活動を支援します
- 推進目標3 社協は、住民のつながりの場を支援します
- 推進目標4 社協は、住民から頼りにされる組織になります

新規事業 ひきこもり家族等支援事業

ひきこもり状態にある子どもがいる家族の心身の負担軽減のための相談と家族会、対応方法等の勉強会を行います。

新規事業 ふくし出前講座

住民相互の助け合い意識の向上や、福祉や人権への理解をより一層深めるため、社協が実施する福祉講座を一覧にしたパンフレットを作成し、社協支部、自治会、福祉委員、民生委員等の集まりにおいて出前講座を実施します。

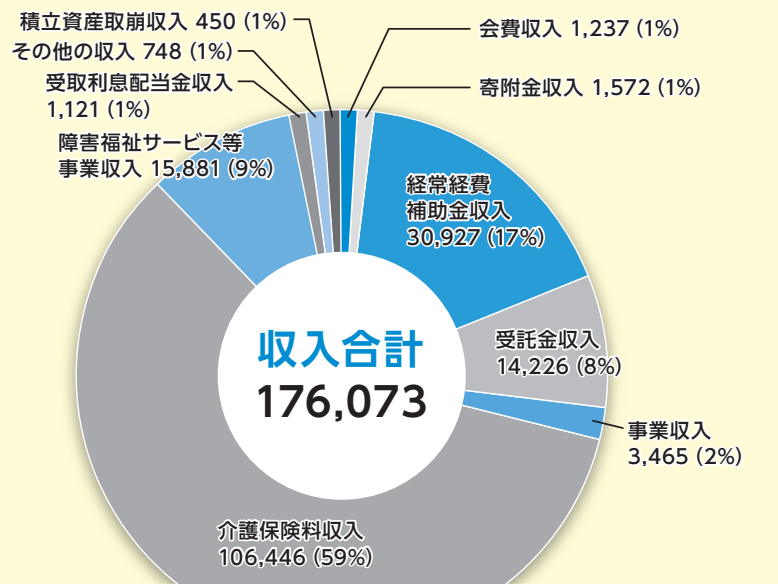
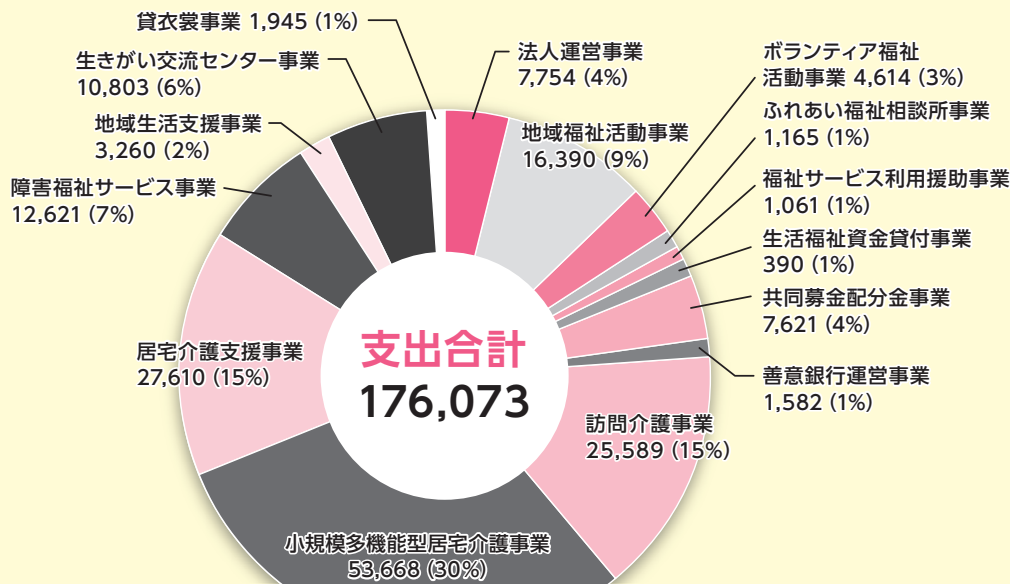
新規事業 お買い物送迎サービスの試験運行

車を持たない世帯の高齢者を対象に、毎月1回、乗り合いワゴン車を使用し、市内の中心部にあるスーパーマーケットやホームセンターまでの買い物送迎を無料で行います。なお、今年度は、試験的に運行することといたします。

拡充事業 社協だより『あいおいの福祉』の発行

地域での助け合い活動や住民にとって必要な福祉に関する情報を定期的に発行し、市内全戸へ配付します。(年間6回発行)

令和2年度予算



(単位:千円)

ふれあい法律相談

事前に電話等でご予約をお願いします

弁護士が問題解決に向けて助言をする相談所です。

場所：相生市立総合福祉会館3階

相談料：無料（相談時間30分）

相談時間：9：00～12：00

30分ごとの予約制

日程：6月 3日(水) 6月17日(水)

7月 1日(水) 7月15日(水)

8月 5日(水) 8月19日(水)



※新型コロナウイルス感染症対策のため、中止となる場合があります。

ふれあい心配事相談

予約不要

気軽に立ち寄れる相談窓口として開設しています。

お電話でも受付けています。

相談料：無料

相談時間：13：30～16：00

場所：相生市立総合福祉会館3階

日程：6月 8日(月)

7月13日(月)

8月11日(火)

※新型コロナウイルス感染症対策のため、中止となる場合があります。

FAX番号変更のお知らせ

令和2年4月1日より、相生市社会福祉協議会のFAX番号が変更となりました。

0791-23-7600

善意のつどい中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染防止のため、6月14日に開催を予定しておりました「善意のつどい」は、中止となりました。

急募

社協職員募集!

職種：訪問介護事業所 サービス提供責任者

仕事内容：訪問介護計画書の作成、関係機関との連絡調整、他介護保険サービス（訪問介護）  
障害福祉サービス（居宅介護、重度訪問介護、同行支援）

資格：介護福祉士、普通自動車免許（AT限定可）

給与等：基本給は学歴、職歴により換算します  
通勤手当、資格手当、扶養手当、住宅手当、年末年始勤務手当、処遇改善一時金、退職金共済、退職金制度あり、期末手当、勤勉手当（すべて規定あり）  
加入保険・年次有給休暇は法定どおり

事業所：相生市社会福祉協議会介護支援センター

詳しくは、相生市社会福祉協議会までご連絡ください。  
(☎23-2666)

ボランティア協会だより

相生ボランティア協会

会長 小橋 邦子

晩春の折、お元気でいらっしやいますでしょうか。私たちは誰もが「思いやりは大切である」とは知っています。しかし、重要なことは、人と人とのかわりの中で思いやりの心をどのように活かすかということではないでしょうか。

日常生活の中で、穏やかな気持ちになり、周囲を見渡し和やかなまなざしを注いでみてはいかがでしょうか？

直接相手に何かをするというわけではなく、相手の幸せを願って向けた笑顔は、相手の心に温かい思いを届けているでしょう。それは相手に喜びをもたらす、自分自身の心の中にも穏やかで温かい気持ち広がっていくことに気づくと思えます。そして、自分が他人から思いやりを受けたときは、ほほえんで「ありがとう」を伝えたいですね。

今、新型コロナウイルスで、学校、仕事、経済が大変なことになり、みんながイライラし、苦しいとは思いますが、「思いやり」の気持ちを忘れず助け合いましょう。もちろん、ボランティアも「思いやり」で頑張ってください。

線にそって切り取ってね。

ガーゼマスクの洗濯の仕方

用意する物

- ①衣料用洗剤
- ②塩素系漂白剤（市販の「ハイター（衣料用）」など
- ③清潔なタオル
- ④洗面器（大きめのおけ）
- ⑤ゴム手袋（台所用手袋）

ワンポイント④  
色物・柄物は塩素系漂白剤で変色する可能性があるため注意が必要!!



ワンポイント⑤  
繊維を傷めないよう、もみ洗いをしないこと

洗い方

- ①衣料用洗剤で洗い、皮脂などの汚れを落とす  
2Lの水に対して、約0.7g（ティースプーン半分）の洗剤が目安。  
10分間つけて、水が飛び散らないようにして軽く押し洗い。
- ②塩素系漂白剤で洗いウイルスを不活化する  
洗面器に新しい水をため、塩素系漂白剤を入れる。1Lの水に対して、15mLの塩素系漂白剤（「ハイター（衣料用）」ならキャップ7分目）が目安。塩素系漂白剤の成分で皮膚を傷める可能性があるため、ゴム手袋を使用します。10分経ったら軽く押し洗い。
- ③清潔なタオルで包んで水分を取る。
- ④水気が取れたら、ガーゼマスクを日陰で自然乾燥。乾燥機は生地が縮んでしまうかもしれないので避けること。

子ども用切り取り線

大人用切り取り線

マスクのご寄付ありがとうございました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、複数の企業・団体様、個人の方からマスクを多数いただいております。いただいたマスクは、有効に活用させていただきます。



株式会社LICTH  
代表取締役 山田 賢司 様



相生市消費生活研究会 様



神戸トヨペット株式会社  
相生店 様



いただいたマスクをまちの子育てひろばの利用者やボランティアグループ等にお届けしました!!

マスクを受け取った方の声

今、マスクが全然ないので嬉しいです

子どもがいると、どうしてもマスクを作る時間が取れなかったのが本当に助かります