

みき社協

朝からみんなで元気に
♪いっちょ、に～、さん、しっ♪



7月26日、緑が丘町中2丁目の公園で、おなじみの「ラジオ体操だいいち～♪」のかけ声が響く中、ラジオ体操がはじまりました。普段から体操に取り組んでいる方や、まだ眠そうに目をこすった子たちなど約60名が参加しました。

この地域では、毎朝、小学校の登校時間に合わせてラジオ体操とストレッチを行っています。登校時間に合わせて活動することで、見守り活動にも地域の方が自然と参加できるそうです。

夏休みには、子ども会も体操に参加し、一気ににぎやかに。体を動かし、一日を健やかに過ごすことのできるいい機会となっています。

つながり



毎朝違うメニューで
ストレッチも実施しています。
地域外の方の参加もOK!

～もくじ～

- P2 つながりハンドブックについて
P3 赤い羽根共同募金、各種募集
P4 善意銀行・社協寄付、相談



仲間に出会うきっかけづくりに ～つながりハンドブックにつづる想い～

病気、障がい、依存、不登校や育児のことなど、様々な悩みや生きづらさのあるご本人や家族がいます。三木市内では、同じ悩みや生きづらさを感じている仲間同士がつながり、悩みを共有して支えあい、元気になっていく活動を行っている『セルフヘルプグループ』があります。

しかし、支えを必要としている方に、グループの存在や活動が十分に知られておらず、当事者が同じ立場の人と出会い、つながるための情報や機会を得にくい状況でした。

そこで、セルフヘルプグループとボランティア活動プラザみき、はばたきの丘が市内で活動する16グループの活動情報をまとめた「つながりハンドブック」を作成、発行しました。

セルフヘルプグループの活動

思いや不安、課題を抱える当事者同士が自主的につながり、互いに語りあうことで、悩みや生きづらさへの対処力を高めることや、目標を見出すなど、将来の展望が開かれることをめざしながら活動しています。また日頃の何気ない世間話などをするにより、安心できる居場所にもなっています。



ハンドブックで、伝えたいメッセージ

このハンドブックは、手に取っていただいた方の立場に当てはまるメッセージがつづられています。

★支えを必要としている方へ

自分に合うグループが探しやすいように、各グループの活動の特色や雰囲気や伝わるようにしています。また、グループに直接つながることができるよう担当の連絡先が記載されています。

そして、「分かりあえる仲間と出会えますように」と、メンバーの想いがつづられています。

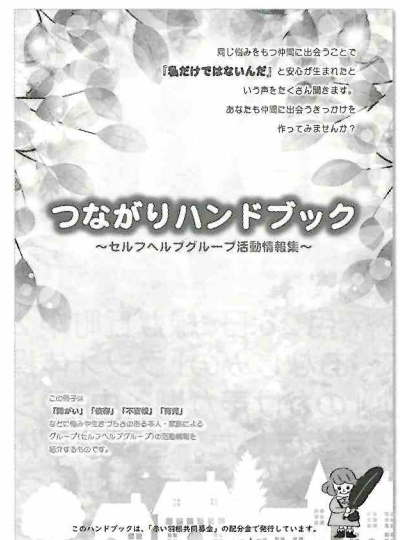
★グループ参加者や運営する方へ

他のグループの活動目的や工夫を知るきっかけになります。また、自分たちのグループとめざすところや大事にしたいところが同じグループがあれば、グループ同士の情報交換や問題解決に向けた活動共に行うこともできるかもしれません。

また、グループの活動を通して、社会に広く課題を知ってもらいきっかけになります。

★活動の支援者や、福祉・保健・医療の専門職の方へ

支援活動のネットワークを広げたり、さまざまな制度支援があることを知るための勉強会や講演会などの学びの場を支えるなど、新たな支援活動を始めるきっかけになります。



この「つながりハンドブック」は、セルフヘルプグループが活動のことや抱えている課題を社会に発信することにより、「どのようなことで悩んでいるのだろう」、「このようにつらさがあるんだ」と、多くの人にさまざまな悩みや生きづらさがあることを知ってもらいたいというグループの想いがつづられています。

悩みのある本人や、悩みを理解する人、支援する人が多く集まることで、本人の悩みが、みんなの課題・地域の課題となり、その課題に対し「どうすればいい解決方法が見つかるだろう」と、解決に向けた新たな取り組みが始まるかもしれません。それは誰もが自分らしく安心して暮らすことのできるまちづくりにつながっていきます。

今後セルフヘルプグループの活動は、まちづくりを進めていくうえで大切な役割を担っていきます。

「つながりハンドブック」に関する問い合わせ先

ボランティア活動プラザみき ☎ 673-0403 三木市末広1丁目6-46 ☎ 0794-83-0090
三木市立障害者総合支援センターはばたきの丘 ☎ 673-0521 三木市志染町青山1丁目25 ☎ 0794-68-9005



自分のまちを良くするしくみ 赤い羽根共同募金とは？



赤い羽根共同募金は「地域福祉の推進」を目的として、毎年10月1日から全国で運動が展開されます。新型コロナウイルス感染症拡大により、私たちの生活にさまざまな影響が及んでいます。このような時だからこそ人と人、人と地域のつながりを絶やすことなく”今できること”は何かと考えることが大切です。

地域のつながりづくりを目的としたふれあいサロン（集い場）活動の運営支援、ボランティア・市民活動情報の収集・提供・発信などに赤い羽根共同募金が活用されています。

「地域のために何かしたいけれど、何から始めたらいいかわからない」「時間がなくて直接福祉活動に参加することができない」といった方たちも募金を通じて地域福祉の推進に参加できます。共同募金の趣旨をご理解いただき、ご協力をよろしくお願いたします。

皆さんにご協力いただいた募金の約8割が地域の“まちづくり”につながるさまざまな事業を支えています。

一募集一

成年後見制度を知る市民講座

- 日時：9月29日(水)三木市立中央図書館(福井1933-12)
 <<内容>>制度のしくみと法定後見制度の手続きについて
 :10月28日(木)三木市立教育センター(福井1933-12)
 <<内容>>制度のしくみと任意後見制度等の手続きについて
- 時間：両日とも 14:00~15:30
- 講師：司法書士 岩崎 隼人氏(いわさき司法書士事務所)
- 定員：各会場15名

映像で学ぶ!はじめての「成年後見制度」

- 内容：成年後見制度の内容と後見人の役割について
 DVD上映による説明会(※いずれも同じ内容)
- 日時：9月24日(金)地域福祉センター自由が丘
 (志染町吉田1241-13)
 :10月22日(金)ハートフルプラザみき(加佐62-1)
- 時間：両日とも 10:00~11:00
- 定員：各会場10名

【申込】開催日の前日までに電話・FAX・Eメールいずれかで申込※FAX・Eメールの場合は、名前・住所・電話番号をご記入ください。
 【申込・問合せ先】三木市成年後見支援センター ☎ 83-0226/FAX 86-0860 E-mail chiiki@miki.or.jp

朗読ボランティア初級技術講習会

視覚障がいについて理解を深め、視覚に障がいがある方へ朗読を通じて情報提供を行うボランティア活動者の養成を目的とした講習会を開催します。

- 日時：10月8日(金)~12月3日(金) 10:00~12:00
 毎週金曜日 全8回 ※11/19は休み
- 会場：三木市立市民活動センター(末広1-6-46)
- 申込：9月30日まで
- 定員：10名(定員になり次第締切)
- 受講料：2,500円(資料代等)

【申込・問合せ先】ボランティア活動プラザみき
 ☎ 83-0090/FAX 82-6666 E-mail mvsc@miki.or.jp

育児ファミサポ 協力会員はじまり講座

子どもの預かりや送迎活動などの援助活動をはじめたい方向けの講座です。育児ファミサポのしくみ、今どきの子育て事情、子どもの発達や事故防止などについて学びます。

- 日時：10月26日(火) 9:00~12:00
- 会場：三木市立市民活動センター(末広1-6-46)
- 受講料：無料
 ♥ 託児あります♥

【申込・問合せ先】三木市育児ファミリーサポートセンター
 ☎ 82-2395/FAX 82-6666 E-mail famisapo@miki.or.jp

Zoom体験会~あたらしい”つながる方法”にチャレンジしませんか?~

これまで通りの集まりが難しくなっている今、新たな”つながる方法”としてこれからZoomをはじめようとお考えの方の疑問、不安にお答えするZoom導入のための学びの場として開催します。

- 内容 Zoomの説明、導入方法、
 ウェブミーティング体験(参加、操作方法)
- 会場 三木市立市民活動センター(末広1-6-46)
- 定員 各10名程度※要申込
- 参加費 無料
- 準備物 パソコン(ウェブカメラ・マイク・スピーカーがついたもの)、スマホ、タブレットのうちいずれかを持参

日時

9月22日(水)	13:30)	10月 5日(火)	9:30)
9月25日(土)		10月 7日(木)	
10月 6日(水)	15:30	10月 9日(土)	11:30
10月 8日(金)			

【申込・問合せ先】ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090/FAX 82-6666 E-mail mvsc@miki.or.jp

たくさんの善意をありがとうございます

みき善意銀行寄託 市民の皆様からの善意を必要とする事業に活用したり、助成や補助を行います。 (敬称略)

7/26	株式会社ヤクルト本社兵庫三木工場	100,000円	地域福祉活動の推進のために
------	------------------	----------	---------------

共感ファンドA ● 増田ふるさと公園の魅力伝えるカレンダー等の作成

4/21	北井 かつよ	5,000円	7/7	石原 修	3,000円
6/19	岩崎 善彦	1,000円	7/9	長澤 秀子	1,000円
6/19	匿名	1,000円	7/12	匿名	2,000円
6/19	匿名	1,000円	7/13	横山 和代	4,000円
6/29	匿名	5,000円	7/16	匿名	5,000円
6/30	匿名	10,000円	7/19	匿名	5,000円
7/5	廣田 憲樹	3,000円	7/29	募金箱(三木市立市民活動センター設置分)	3,700円
7/5	匿名	1,000円	7/30	片山 操代	1,000円
7/6	匿名	10,000円	7/30	村岡 亨祐	10,000円
7/6	募金箱(三木市立市民活動センター設置分)	11,000円			

共感ファンドB ● 共感ファンド継続のために

7/6	募金箱(三木市立市民活動センター設置分)	10,000円	7/16	匿名	5,000円
7/13	横山 和代	1,000円	7/30	片山 操代	1,000円

※共感ファンドは、共に生きる社会づくりをめざし、社会的課題の解決や地域課題の解決につながる事業に対し、市民の共感寄付を募り実施可能な資金を支援することを目的とした寄付の仕組みです。

物品寄付

6/2	生活協同組合コープこうべ 第4地区本部	無洗米2kg 48袋を生活困窮者支援等必要としている方へ
6/22	匿名	無洗米2kg 1袋を必要としている方へ
7/5	匿名	手作り杖10本を必要としている方へ

三木市社会福祉協議会寄付 市民の皆様からの善意を本会事業支援や運営等に活用いたします。

7/5	三宅 千恵子	2,200,000円	デイサービスセンター志染の福祉車両、福祉機器の購入に
7/13	匿名	50,000円	福祉有償運送サービス事業に
7/15	岩崎 千恵子	20,000円	ヘルパーステーションへ
7/26	丸畑 護	3,000円	ボランティア基金に

物品寄付

6/8	松本 榮喜	みかんジュース3箱をはばたきの丘へ
6/10	匿名	テレビ1台をデイサービスセンター志染へ
7/27	小林G8クラブ	すいか11玉をデイサービスセンター、はばたきの丘へ

※上記寄託・寄付は、所得税法の寄付金控除又は法人税法該当の損金算入対象となります。掲載の承諾をいただいた方のご氏名を掲載しております。

困りごとの相談はこちらへ

☆新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更や中止になることがあります。

相談名・内容	会場	相談開設日時
市民心くし相談 一般相談 (日常生活上の心配や不安、困りごと)	三木市立市民活動センター内相談所 ☎0794-86-7575 注)開設日時以外はつながりません。	9月15日(水)・9月25日(土) 10月13日(水)・10月20日(水) 10月24日(土) 10:00~15:00
	三木市吉川健康福祉センター ☎0794-72-2940	10月4日(月) 13:30~16:00
生活援助相談	三木市総合保健福祉センター ☎0794-82-4043	毎週月~金曜日 9:00~17:00
成年後見専門相談	三木市総合保健福祉センター ☎0794-83-0226 相談員:司法書士/成年後見支援センター職員	事前予約が必要 10月14日(木) 13:30~16:30
成年後見相談	三木市総合保健福祉センター ☎0794-83-0226	毎週月~金曜日 8:30~17:00

★上記相談に関するすべての問合せ先: 相談支援課 ☎0794-82-4043

日常生活での身近な相談窓口	あんしんサポートセンター 問合せ先: 地域生活支援課 ☎0794-82-4043	毎週月~土曜日 8:45~17:00
---------------	--	--------------------

※この情報誌は、「赤い羽根共同募金」の配分金で発行しています。

