


可部南学区

# 社協だより

可部南小学校区  
世帯数 / 4,170 世帯  
人口 / 8,629 人  
65 歳以上 / 2,317 人  
広島市住民基本登録台帳による  
(H31.3.31 現在)

発行：  可部南地区社会福祉協議会

☎/FAX : 812-2940

## 『生活困りごとなんでも相談』

### 可部福祉センターでも開設！

広島市三入・可部地域包括支援センターから専門員が対応

介護・健康・福祉などに関する、日頃感じておられるちょっとした疑問やお困りごとをご相談ください。

たとえばこんなとき……

- ◇ 介護認定を受けるにはどうしたらいいの
- ◇ 介護保険ってどうしたらうけられるの
- ◇ 独り暮らしで、最近家事が思うようにできないのだけど
- ◇ 足腰が弱ってきたけど、どこで運動したらいいの などなど

※ ご相談内容については秘密厳守いたします。



#### ～出張相談の予定～

| 会場   | 可部福祉センター<br>(新設)  | 中島市営住宅集会所<br>(既設)                                    | 下の浜集会所<br>(既設)                         |
|------|---|--|--|
| 開設日時 | 年5回開設<br>11:00～12:00  | 年3回開設<br>13:00～13:50                                 | 14:00～14:50                            |
|      | 令和元年<br>①7月6日(土) ②9月7日(土)<br>③11月2日(土)<br>令和2年<br>④1月4日(土) ⑤3月7日(土) | 令和元年<br>①6月19日(水)<br>②10月23日(水)<br>令和2年<br>③2月19日(水) | ※体操なども行います。<br>いきいきポイント事業の<br>対象となります。 |

# ～ボランティアバンクの活動から～

平成 29 年 7 月より、「**広島市住民主体型生活支援訪問サービス事業**」に取り組んでいます。

自立して生きていくうえでの困りごとが生じたら、まずはお電話ください。















- ☆ご相談があれば、担当者が改めてお宅に伺います(秘密は厳守します)
- ☆対象者は高齢の一人暮らしと高齢の夫婦世帯です
- ☆支援は原則二人以上で行います ☆無料です(ただし実費は必要です)

◆お問い合わせ、ご相談は ひまわり可部南事務局へ  
可部福祉センター内 社協専用電話

☎/FAX 812-2940 (月、水、金) 9:30~11:30

たとえばこんなお手伝いができます！

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| 一時的なゴミだし  | 掃除を一緒にする  | 布団干し、カバー交換   | 買物、薬の受取り代行  |
|  |  |  |  |
| 庭の草取り   | 庭木の枝切り  | 病院の付き添い  | 電球の取り換え   |
|  |  |  |  |
| 家具の移動   | 買い物の付き添い  | おはなし相手   | 衣類の整理など   |

ボランティアさん募集中！ <4ポイントの活動>

**高齢期こそボランティアのデビュー・チャンス！ みんなの笑顔に出会えます。**



## フンポイント・アドバイス--第 2 回

### ◎椅子からの立ち上がり運動《太ももを鍛える》



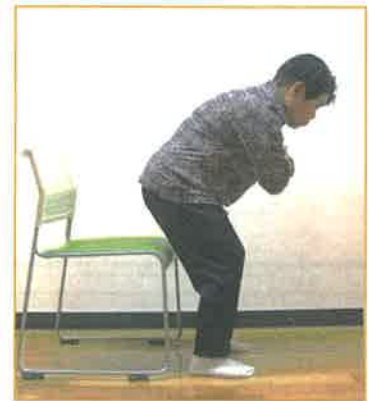
三入・可部地域包括支援センター  
社会福祉士 松岡香苗さん

百歳体操の筋力運動のなかでも目玉の体操です。

ここを鍛えると、足腰強化だけでなく、基礎代謝の向上が図れるなど日常生活が楽になりますヨ。

#### 《ポイント》

- ・膝は肩幅！ 勢いをつけずにゆっくりとなめらかに！
- ・掛け声の「1・2・3・4」で立ち上がり、「5・6・7・8」で椅子に腰かける。
- ・右の写真は掛け声3と7の状態。  
出来るだけ我慢し、早く伸ばさない、早く座らない。
- ・4では膝と背筋をしっかり伸ばす。
- ・膝の動きに注意！ 膝がゆっくり伸びるのを確認する！



モデル：山崎好子さん

## 文教桜まつり 一人暮らしお花見会

第 11 回文教桜まつりが例年通り 4 月 3 日（火）開催されました。

今年も文教自慢の桜を地域に開放していただき、「一人暮らしお花見会」として 142 人の方が参加。

当日は晴天に恵まれ、文教生による和太鼓、吹奏楽、ダンスや地域の参加者による舞踊、体操、ハワイアン演奏、合唱などのステージ発表もありました。文教生徒との交流のひと時もあり、若いパワーをもらいました。



# 令和元年度〈2019 年度〉

「理事会構成員」(順不同、敬称略)

## 町内会・自治会代表者

|          |       |
|----------|-------|
| 上原 上     | 岡本 等  |
| 上原 中     | 山田 克己 |
| 上原 下     | 竹本 靖則 |
| 上原 前     | 石原 誠  |
| 上原 五輪田   | 中村 光政 |
| 上原 二区    | 梶川 克己 |
| 上原 電電    | 前田 軍治 |
| 第一東亜ハイツ  | 高木 憲男 |
| 第二東亜ハイツ  | 松井 修  |
| 三菱団地     | 森下 慎二 |
| 中 島      | 添田 裕司 |
| 中 屋      | 迫田 一則 |
| 下の浜      | 串井 武憲 |
| 中島市住管理組合 | 本田 則子 |

## 民生委員・児童委員代表者

|       |        |
|-------|--------|
| 篠原 典祐 | 串井 真代  |
| 川西 千年 | 井上 早苗  |
| 藤川 明美 | 正尺 豊子  |
| 伊藤 正恵 | 小泉 小夜子 |

## 各種団体代表

|              |       |
|--------------|-------|
| 地区社会福祉(協)    | 中山 忠幸 |
| 学区町内会・自治会(連) | 松井 修  |
| 学区公衆衛生推進(協)  | 松井 修  |
| 可部南女性会       | 中山 幸子 |
| 地区青少年健全育成(協) | 岩本 龍則 |
| 学区子ども会育成(協)  | 串井 良成 |
| 母子寡婦福祉(連)    | 上川 久子 |
| 学区体育協会       | 岡田 政明 |
| 可部南小学校PTA    | 西林 昌則 |
| 地域活動連絡(協)    | 串井 真代 |
| 地区防犯組合       | 山本 宏昭 |
| 地区民生・児童委員(協) | 篠原 典祐 |
| 学区ゆめクラブ(連)   | 小田 興治 |
| 学区献血協力会      | 眞崎 洋一 |
| 学区自主防災会      | 迫田 一則 |
| コミュニティ交流(協)  | 岡田 政明 |
| 交通安全協会       | 椎村 紀啓 |

## ふれあい いきいきサロン世話人・代表者

|             |        |            |
|-------------|--------|------------|
| 《名称》        |        | 《開催場所》     |
| 椎の実の会       | 竹本 靖則  | 可部南集会所     |
| スズメの会       | 坪井 巴   | 上原前集会所     |
| あじさいの会      | 角井 富美子 | 上原東集会所     |
| 花咲会         | 桑原 郁子  | 上原東集会所     |
| もみじ         | 上中 清嗣  | 上原北集会所     |
| どんぐり        | 遠原 恵美子 | 上原北集会所     |
| サロンdeさくら    | 松井 修   | 第二東亜ハイツ集会所 |
| 中島 夢の会      | 藤川 明美  | 可部福祉センター   |
| 中島 虹の会      |        | 中島南集会所     |
| サロン・らべんだー   | 串井 真代  | 下の浜集会所     |
| 子育てサロンかべみなみ | 染井 千恵  | 可部福祉センター   |

## 可部南地区社会福祉協議会

|           |        |
|-----------|--------|
| 会 長       | 中山 忠幸  |
| 副 会 長     | 山西 幸子  |
| 副会長・事務局長  | 高田 耕造  |
| 会 計       | 大和 績夫  |
| 参 与       | 溝広 英雄  |
| 地域福祉推進委員  |        |
| 兼高齢者支援部会長 | 高田 真喜子 |
| 高齢者行事部会長  | 有末 妙子  |
| 社会貢献部会長   | 木村 浩   |
| 児童福祉部会長   | 染井 千恵  |
| 広報紙編集長    | 脇 哲夫   |
| 高齢者支援部会   | 藤原 讓二  |
| 社会貢献部会    | 三浦 忠晴  |
| 高齢者行事部会   | 葛西 明美  |
| 児童福祉部会    | 吉賀 信子  |
| 監 事       | 迎川 武   |
| 監 事       | 小田 興治  |



## 平成31年度≪令和元年度≫ 第一回理事会開催

令和元年5月18日(土)、理事会を開催し、事業活動報告、決算報告及び予算、事業活動計画などが承認されました。

### 平成30年度決算 および 令和元年度 予算書

(平成30年4月1日～平成31年3月31日)

(平成31年4月1日～令和2年3月31日)

#### 収入の部

(単位:円)

| 科 目       | 平成30年度<br>決 算 | 令和元年度<br>予 算 | 備 考                       |
|-----------|---------------|--------------|---------------------------|
| 前年度繰越金    | 368,471       | 398,629      |                           |
| 会 費       | 403,720       | 387,600      | 2,040世帯×190円              |
| 市補助金      | 60,000        | 60,000       | 安佐北区社協助成金<br>(計=503,000円) |
| 共同募金配分金   | 387,630       | 383,000      |                           |
| 広報紙助成金    | 15,000        | 15,000       |                           |
| 活動拠点整備事業費 | 30,000        | 30,000       |                           |
| 連携会議開催助成金 | 15,000        | 15,000       |                           |
| 参加者負担金    | 76,500        | 78,800       | お花見会(142人)                |
| 寄 付 金     | 230,000       | 50,000       | 愛の灯                       |
| 雑 収 入     | 18,704        | 31,971       | 救急医療情報キット 他               |
| 計         | 1,236,554     | 1,051,371    |                           |
| 合 計       | 1,605,025     | 1,450,000    |                           |

#### 支出の部

(単位:円)

| 科 目       | 平成30年度<br>決 算 | 令和元年度<br>予 算 | 備 考              |
|-----------|---------------|--------------|------------------|
| 会 議 費     | 21,186        | 30,000       | 月例会・理事会          |
| 事 務 費     | 58,202        | 60,000       | 事務用消耗品・資料印刷他     |
| 通 信 費     | 41,992        | 55,000       | 電話料金・郵送料         |
| 広 報 費     | 160,967       | 180,000      | 「社協だより」年4回発行     |
| 研 修 費     | 44,000        | 50,000       | 社協合同研究会・連絡会議     |
| 区社協年会費    | 101,900       | 102,000      | 2,040世帯×50円      |
| 募 金・義 援 金 | 65,000        | 70,000       | 共同募金・災害義援金       |
| 保 険 料     | 14,700        | 25,000       | ボランティア活動保険料      |
| ボランティアバンク | 2,354         | 10,000       | 登録会員の集い          |
| まちの保健室    | 55,201        | 30,000       | 消耗品費             |
| お花見会      | 222,820       | 218,000      | 一人暮らし高齢者(文教桜まつり) |
| 大人ふれあいパーク | 54,884        | 80,000       | 講師料、材料代          |
| サロン助成金    | 201,000       | 284,000      | 10サロン活動助成        |
| サロン研修会費   | 3,750         | 10,000       | 飲料、資料印刷代         |
| 子育てサロン    | 18,722        | 20,000       | 遊具購入             |
| 救急救命情報キット | 0             | 30,000       | 筒、印刷代            |
| 紙 門 松     | 20,820        | 30,000       | 印刷代              |
| 特別資金      | 100,000       | 100,000      | 特別会計へ            |
| 予 備 費     | 18,898        | 66,000       |                  |
| 計         | 1,206,396     | 1,450,000    |                  |
| 次年度繰越金    | 398,629       | 0            |                  |
| 合 計       | 1,605,025     | 1,450,000    |                  |

☆☆☆ 愛の灯 ☆☆☆ (平成31年3月1日から令和元年5月31日まで)

お寄せいただいた善意は地域福祉のため、有効に活用させていただきます。

☆香典返しに替えて

可部南一丁目 中野 朋紀 様  
可部南一丁目 小西 正樹 様

☆物品提供

可部南一丁目 土居 和雄 様  
可部東二丁目 匿名希望

ご寄付を頂ける方は、社協会長または、お近くの社協役員までご連絡をお願いします。

# 大人ふれあいパーク

**好評につき 第二回開催決定!**

**みんな来てみんなさい! 見て・しゃべって、楽しもうやあ**

日時:10月21日(月)10:00~16:00 出入り自由

場所:可部福祉センター

**今年も楽しく多くの人とふれあおう**

楽しい講演・おしゃべり喫茶・よろず相談・カラオケ  
ピンポン・映画・かんたん手芸・抽選会 など



・いきいき活動ポイント手帳持参

## いきいき百歳体操

《かみかみ、しゃきしゃき百歳体操》

- ◇場所: 可部福祉センター(可部南2丁目)
- ◇時間: 10時~11時30分
- ◇参加: 無料
- ◇開催日 (7月~9月)
  - 7月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)
  - 8月3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土)
  - 31日(土)
  - 9月7日(土)、14日(土)、21日(土)、28日(土)

## 子育てサロン かべみなみ

親同士で子育ての情報交換ができます!

- ◇場所: 可部福祉センター(可部南2丁目)
  - ◇時間: 10時~11時30分
  - ◇参加: 無料
  - ◇開催日 (7月~9月)
    - 7月5日(金)
    - 8月8日(金)
    - 9月6日(金)
- ※晴天の時、水遊びあるよ



**根の谷川** 昨年7月の西日本豪雨災害から1年が過ぎた。県内各地では、土石流が砂防ダムを破壊し、大量の土砂が住宅を襲った。県では114人の方が亡くなり、安佐北区でも土砂崩れにより3人の方が亡くなった。残された爪あとは大きく深い▼今般の災害を踏まえ、災害発生の高まりがより伝わりやすく、避難のタイミングがより分かりやすくなるよう、避難情報の発令区分などが変更された。

| 大雨警戒レベル   |                       |
|-----------|-----------------------|
| 5 命を守る行動を | 災害発生<br>大雨特別警報/氾濫発生情報 |
| 4 全員避難    | 避難指示(緊急)<br>避難勧告      |
| 3 高齢者など避難 | 避難準備・<br>高齢者等避難開始     |
| 2 避難行動の確認 |                       |
| 1 気象情報に注意 |                       |

▼西日本豪雨では防災情報が必ずしも避難行動につながらなかった。その教訓から防災情報の伝え方のガイドラインを改定されたもの。数多くの情報が出されたにもかかわらず、自宅にとどまるなどして多くの方が亡くなった。これからは防災気象情報や避難情報をきちんと理解して自らの意思で逃げないと自らの命は守られないという。(哲)