



芝山町社協だより まごころの輪

じっと身近に
福祉のこと

'22年9月発行
Vol.119



芝山小学校 福祉体験学習

今年も町福祉センターにて、芝山小学校5年生対象の福祉体験学習が7月4日・5日に行われました。「福祉って?」「特別なもの?」実際に車いすに乗ったり、目隠しをした友だちを介助するガイドヘルプ体験などを通じて、福祉について考える児童のみなさん。「福祉は特別じゃないんだ」「いろんなひとが社会にいるのか」「みんなが楽しく過ごせるようにしたいね」体験から生まれた発見が、ひらめきに結び付く瞬間です。

▶「あと一段」

ガイドヘルパー役は声をかけて
友だちをしっかりとサポート

今号の
特集

災害に備える・考える



災害に備える・考える

9月1日は「防災の日」。立春から数えて二百十日に当たるこの頃は日本の暦上、台風や災害が増える時期とされています。

災害はいつ、どこで発生するかわかりません。災害にどう備え・どのように行動すればよいのか今一度、考えてみましょう。

日頃から災害に

備える意識を

災害の被害を完全になくするのはとても難しいことですが、日頃から災害について家族で話し合い、備えることで被害を最小限に抑えることは可能です。

非常持ち出し品

非常備蓄品を備える

災害発生時に持ち出す非常持ち出し品と、在宅避難の際に災害から復旧するまでの数日間を支える非常備蓄品を準備しましょう。

非常持ち出し品は災害時に持ち出しやすい場所に置き、非常備蓄品は日頃から自宅に利用しているものを少し多めに備えることで、災害時でも生活が可能です。最低3日分、可能であれば1週間分の備蓄を心がけましょう。

危険箇所と

避難場所の確認

家具の転倒を防ぐ器具の取り付けや、ブロック塀の倒壊の危険性がないか、自宅内外の危険箇所を事前に確認、対策することで災害時の被害を少なくすることができます。

また、災害発生時に自分はどこに避難をしたらよいのか日頃から家族と話し合い、避難経路と自宅周辺にある避難所・避難場所の位置を確認しましょう。

安全確認の手段を

話し合う

災害は家族と一緒にいる時に発生するとは限りません。別々の場所で被災した場合でも、お互いの安全確認ができるよう、日頃から連絡方法や集合場所を話し合いましょ

う。また、災害時は電話が

芝山町情報メール

右のQRコードからご登録ください。読み取れない方は、次のアドレスに直接空メールを送信してください。



登録用アドレス

t-shibayama@sg-m.jp

つながりにくくなり、連絡が取れない場合もありますので「災害用伝言ダイヤル『1717』」や「災害伝言掲示板『WEB1717』」などのサービスを活用しましょう。

情報収集は積極的に

災害発生時は町の防災行政無線やインターネット、テレビ、ラジオなどを積極的に活

非常持ち出し品 (人数分を用意しましょう)

- ・貴重品 (現金、通帳、印鑑など)
- ・飲料水、食料品
- ・日用品 (ライター、食事用具、コンロなど)
- ・照明、情報 (懐中電灯、携帯ラジオ、筆記用具など)
- ・衣類、毛布、タオル、軍手など
- ・応急医療品
- ・携帯トイレ、マスク、消毒液、ウエットティッシュ、生理用品など

※乳児のいるご家庭はミルク・紙おむつ・ほ乳びんなども用意しましょう



非常備蓄品

- ・飲料水 (最低3日分、1人1日3リットルが目安)
- ・非常食 (最低3日分)
- ・トイレットペーパー、ろうそく、カセットコンロ

※大規模災害時に備えて1週間分を備蓄するのが望ましいです

※飲料水のほかにも生活水としてお風呂の水を張るなどして備えましょう



多めに備えて日常で消費する「ローリング・ストック」イメージ

用し、被害の状況や交通機関の運行状況など常に確認して最新情報を収集するようにしましょう。

町の災害情報 (火災情報は除く)・避難情報・気象情報・

町政に関する情報などは「芝山町情報メール」に登録することで、最新の情報をメールで受けることができます。登録ページのURL等は上記をご覧ください。



災害ボランティアの服装・持ち物の一例

- ・帽子とヘルメット
- ・ゴーグル
(コンタクトレンズ使用者は必須です)
- ・マスク
- ・タオル、手ぬぐい
- ・ゴムまたは革手袋
- ・長そで、長ズボン
(暑くても短パンは×)
- ・雨具
(活動する際、上下分かれた雨具も便利)
- ・長靴または運動靴
(釘などの踏み抜き防止のため底の厚いものや、鉄板の入ったものがベスト)
- ・ウエストポーチ、デイバックなど
- ・常備薬
- ・食べ物、飲み物
(特に夏は熱中症対策として、水分補給のほかに塩分補給も大切です)



▲新たに設置された非常電源設備

もしも、 災害が起きた時は

災害が発生し、自宅に留まることが危険と判断される場合は、速やかに自治体が指定する避難場所、または安全な知人・親せき宅へ避難してください。

自宅周辺で、大雨などによる土砂災害など懸念される場合は、無理に外へ避難せず、建物の2階以上に避難するなど、自宅で安全確保の行動をとりましょう。

避難所としての

芝山町福祉センターの役割

芝山町福祉センターは町の指定避難所(福祉避難所)に指

定されています。センターには、入浴できる設備やプライバシーの確保に配慮した避難用テントなどを備えています。

しかし、令和元年度の台風被害ではセンターに非常用電源設備がなく、停電発生時の避難対応が遅れる事態となりました。これを受け、今年7月に非常電源設備がセンターに設置されました。

新設された非常用電源設備は災害発生後、約3日間の電力を確保でき、災害時に公共の電力が供給されない事態に陥ったときでも、避難生活を維持することが可能となりました。

地域で求められる

災害ボランティア

毎年のように大規模災害の被害が報道されるなか、被災した地域で活躍する災害ボランティアの存在が注目されています。

芝山町社協でも令和元年度の台風被害では、被災された方の支援のために災害ボランティアを募集し、被害を受けた方々の災害支援にご協力いただきました。

災害ボランティア活動の目的は、清掃などを通じて生活基盤となる住環境を回復することにあります。

災害ボランティアに

参加するには

活動するには次の手順が必要です。

① ボランティア

活動保険に加入

被災地での活動は危険と重労働が伴う可能性がありま

災害の被害を最小限に抑えるためには、日頃から身の回りの危険箇所を把握し、災害に備える意識を持つことが大切です。行政機関・地域・個人が連携し、災害に向き合うことで、大切な命と生活を守ることができるのです。

災害対策に関するハザードマップや、備蓄品の例など災害に関する新しい情報は芝山町のホームページで確認することができます。

す。活動する前に地元の社協でボランティア活動保険に加入しましょう。

ボランティア活動保険の保険期間は、4月1日から3月31日までの1年間で、年度ごとの更新が必要です。

② 現地のボランティア

センターに登録

事前に現地の災害ボランティアセンターに関する情報を収集し、参加方法や注意点を確認しましょう。

被災地に到着したら、現地のボランティアセンターに赴き、ボランティア活動の登録をしてください。

③ 宿泊場所、食料などは

自身で手配・管理する

ボランティア活動以外のことは自身で管理しましょう。

被災地の人々や、他のボランティアの負担や迷惑にならないよう、一人ひとりの心掛けが大切です。



元気をシェア

コミュニティの輪 広がる

白栴地区 美化活動



夏の日差しが眩しい6月28日。以前、草刈り活動を取材させていただいた笹川靖枝さん(白栴)のもとを訪ねました。笹川さんは草刈りのほかに、自主的に沿道の草刈りにも取り組まれ、現在では草刈り仲間もできたのだとか。

「草刈りをきつかけに、互いの近況を話すのも楽しいよ」と、笹川さん。

草刈り仲間の小川けいさん(白栴)は、「話するきつかけができるから、家に籠っているよりずっと1日が充実するの」と、話してくれました。

草刈りから生まれたコミュニティの輪は、確実に広がっているようです。

ふくし
街角
コレクション

いんふおめーしょん

草刈りできる方、大募集!! シルバー人材センター会員募集

おおむね60歳以上の健康で意欲のある方で、草取りのできる方・草刈りのできる方の会員登録をお待ちしております。

連絡先 芝山町社会福祉協議会
☎0479-78-0850

敬老者記念品をお送りします

新型コロナウイルス感染対策のため、今年度の敬老会の式典とアトラクションは、中止することとなりました。

敬老者記念品につきましては9月中に敬老者の皆様のお手元にピンク色の封筒で郵送させていただきます。

10月1日から共同募金が始まります



「つながりをたやさない社会づくり～あなたは一人じゃない～」をスローガンに、令和4年度共同募金運動が始まります。みなさまのご理解とご協力をお願いします。

わんこinサービス協力員募集

高齢者の生活の中でのちょっとした『困った』にちょこっとお手伝いする支援サービスを実施するため、少額の報酬でお手伝いいただける「協力員」を募集しています。

手助けしていただきたい作業は、
・ゴミ出し・電球、蛍光灯の交換・家具や重い荷物の移動
手伝いなど利用者の希望するおよそ30分以内の軽作業。(報酬は約10分=100円)

連絡先 芝山町社会福祉協議会
☎0479-78-0850



▲はにわ博物館で地元の歴史にふれたり

社会福祉協議会が取り組む、芝山町の福祉活動について紹介するこのコーナー。今回は「ミニ・デイサービス事業」と「身体障害者ミニ・デイサービス事業」をピックアップ。

芝山町社会福祉協議会では在宅ひとり暮らし高齢者と在

社協日誌

まごころ

その2

通信

ミニ・デイサービス事業
身体障害者ミニ・デイサービス事業

「おでかけして、友だちと会えるのが楽しみ」と、参加者の皆さんは声をそろえて話してくださいます。景色を眺めたり、友だちと笑って話したり、いつもと違うお食事を楽しんだり。毎日の生活に張り合いが出るきっかけ作りのお手伝いになればと思います。

お茶会を主な活動として、バスハイキングや、健康に関する講習会などを実施。保健師による健康相談も行なっています。

宅身体障害者を対象に、健康チェック・レクリエーションなどを盛り込んだ「ミニ・デイサービス事業」と、「身体障害者ミニ・デイサービス事業」を行なっています。



▲ちょっと足を伸ばしてお買い物を楽しむことも

福祉センターで実施している「いきいきライフ調理実習教室」は、減塩・低カロリーメニューで、生活習慣病の予防と改善をねらいとしています。その秘伝のレシピを講師の栄養士がご紹介！



豆乳ゼリー

【作り方】

- ①アガーと砂糖は、混ぜておく
- ②鍋に①を入れ、水を少しずつ入れ、混ぜ、1分沸騰させる
- ③常温にした豆乳を注ぐ
- ④容器に入れ、冷やす
- ⑤黒蜜をつくる
(鍋に黒糖、砂糖、水を入れ、煮る。アクを取りながら4～5分煮る)
- ⑥きな粉をかけ、黒蜜をかける



材料

(4人分)

アガー(植物由来の凝固剤)	10	グラム
砂糖	40	グラム
水	200	ml
調整豆乳	200	ml
きな粉	適宜	
黒蜜		
黒糖(粉)	50	グラム
砂糖	50	グラム
水	100	ml

ワンポイント

アガーを使うと30℃～40℃で固まるので、常温でも型崩れしません。やわらかいプルンとした口当たりで透明感もあり涼しさを感じられます。カロリーも抑えめで、おやつにぴったりです。





図書室だより やすらぎ☆ブック

図書担当が選ぶおススメ図書！
「両手にトカレフ」

プレイディみかこ著（ポプラ社）



14歳のミアは、制服のスカートを短く穿き、カネコフミコの自伝と出会う。フミコは「別の世界」を見ることができた人だった。本を夢中で読むうち、ミアは同級生よりもフミコに近くに感じた。一方、学校では自分の重い現実を話せないと感じていたが、同級生にラップのリリックを依頼され、彼女の「世界」は少しずつ変わり始める。

みんなの心の
よりどころ



と
ステーション

ひとりひとりの生活圏域で、みんなが気軽に一息つける居場所づくりを目的に、ホッとステーション活動を展開しています。

現在50の協力加盟機関が登録されています。

芝山町では

- ・(株) 空の駅 風和里しばやま
- ・(公財) 航空科学 博物館
- ・(福) 芝山町 社会福祉協議会
- ・芝山町役場
- ・(特非) 大空福祉会 第2パレット
- ・(株) 道の駅 風和里しばやま
- ・(医) 徳育会 介護老人保健施設 二川苑



(五十音順) ちばSDGsパートナー191号

問い合わせ先：特定非営利活動法人リンク
TEL 0475-77-7531

ふくし行事予定

- | | | |
|-----|-------|----------------------------|
| 9月 | 1日 | まごころの輪119号発行
敬老者記念品贈呈開始 |
| | 6、22日 | 給食サービス |
| | 中旬 | ミニ・デイサービス |
| | 下旬 | おとこの料理教室 |
| 10月 | 1日 | 赤い羽根共同募金運動開始 |
| | 4、20日 | 給食サービス |
| | 中旬 | ミニ・デイサービス |
| | 下旬 | 身体障害者ミニ・デイサービス |
| 11月 | 1、17日 | 給食サービス |
| | 下旬 | ミニ・デイサービス |
| | 下旬 | おとこの料理教室 |

毎月中旬 目の不自由な方へ声の広報発行
毎月下旬 ひとり暮らし高齢者誕生日祝い

福祉センター休館日のお知らせ

毎週月曜日と祝日（祝日が日曜日に当たる場合は開館します）

9月 5・12・19・20・23・26日
10月 3・10・11・17・24・31日
11月 3・7・14・21・23・28日

※新型コロナウイルスの感染症の状況によっては、今後も予定を変更する可能性があります。
詳細は、社会福祉協議会のホームページでご確認ください。

弁護士法律相談予定

福祉センターにおいて弁護士による無料相談を行っています。相談は1名(組)30分です。予定日は

9月27日(火)・10月25日(火)・11月29日(火)

です。利用希望の方は事前予約が必要です。

ふくし駆け込みテレホン ☎0479-78-0526

ふくしに関するなんでも電話相談、随時受け付けています。平日9:00～17:00

財は、地域の福祉のため
に有効に活用させていただ
きます。

- 匿名様 1,000円
- 匿名様 1,000円
- 堀越貞男様(一本松)
- 伊藤喜美子様(小池6)
- 匿名様7名 タオル多数
- J.A.山武郡市千代田支所様
- 飯田 静様(加茂)
- 匿名様2名 廃油多数
- 匿名様2名 マスク多数
- 匿名様2名 花苗多数
- 一條宗二様(新井田新田)
- 給食サービス食材多数

善
意
ありがとうございます

編集後記

新型コロナウイルスが感染拡大してしまいました。早く少ない数字になるように祈ります。

カカシ

フィクションの中だけに登場していたロボット。現代では話したり歩いたり様々な分野で人間の代わりに働いている。今後は？

明星

最近足腰の痛みが増しリハビリに専念。健康の基本は足腰。ストレッチで股を鍛える努力をしている。人生まだ色々なことを楽しんでいきたい。

緑

先日、稲刈りの終わった水田で赤とんぼを見かけました。昔は群れを成して飛んでいました。が、少なくなりましたね。農薬？温暖化？

シヨッペ

空梅雨で6月末から酷暑の毎日。豊かな日本の自然を生き、国家レベルで自給率を上げ、子育て支援プロジェクトを立ち上げてほしい。

藍屋

「僕は暑くてたまらんよ」と我が家の愛犬。元気な子どもたちを見守りながら一日も早い秋を願う私です。

キウイ