

# さかいみなと

社会福祉協議会だより

## 主な内容

- ふれあいサロン紹介「サロン風」…………… ②
- 子ども服リユース事業…………… ③  
／ノルディック・ウォーク講座を開催しました
- コロナ禍における生活困窮者自立支援事業の実態…………… ④  
／互いの良さに触れ、支え合いの存在であることを学ぶ
- 1月の相談日…………… ⑤  
／浜の里ほっとギャラリー  
／あたたかいご寄付をありがとうございました
- 香典返しご寄付芳名録…………… ⑥  
／「災害ボランティアセンター」の運営について学ぶ



No. 404

令和4年12月1日

# パラスポーツで広がる共生社会の輪

## 第3回ふれあいパラスポーツ体験会開催



ボッチャ



車いすバスケットボール



卓球バレー



ディスクゲッター

11月12日(土)境港市民体育館にて、「第3回ふれあいパラスポーツ体験会」を開催しました。この体験会は、障がいの有無に関わらず、広く気軽にパラスポーツを体験していただき、パラスポーツを知っている人、サポーターになる人を増やし、パラスポーツへの理解を深めることを目的として令和2年度より毎年開催しています。

当日は、参加者・ボランティアスタッフ等合わせて約180名の方々に、パラスポーツやニュースポーツ合計10種目を体験していただきました。参加者からは「初めてパラスポーツを体験したが、想像より難しかった。今回体験することができてとても良い機会でした」との感想がありました。

境港市社会福祉協議会は、共生社会の実現に向け、今後もこうした取り組みを行ってまいります。

この事業は共同募金配分金を受けて実施しています。





# ふれあいサロン紹介



参加者の「自主性」を大切にするサロンです

渡地区

かせ  
ふれあいサロン 風

いけぶち きよみ  
代表 池淵 清美 さん



最近、渡地区の人だけでなく、市内からいろんな方がサロンに来てくれるようになり、参加者の方から『こんなことがしてみたい』という要望が増えて嬉しく思っています。みんなの居場所づくりというサロンのコンセプトは変えずに、参加者の自主性を大切にしたサロン運営を行っていきたいです。



百歳体操をする参加者の方々

ふれあいサロン「風」は、赤ちゃんから高齢者までいろいろな世代の方が気軽に集まって交流できるサロンを目的に渡地区社会福祉協議会、境港市社会福祉協議会の支援を受けて2015年より活動をされています。

毎週火曜・水曜の午前10時から10~15名の参加者が渡西会館に集まり、百歳体操をしたり、音読会や「あけてびっくり玉手箱」、「みんなの音楽会」、「のびのびストレッチ」等、参加者が自ら企画した催しなどをしてられます。

参加者からは「普段は家の中にいるが、たまに来ればこうして地域のいろんな方々と関わることができて楽しい。百歳体操もみんなと一緒に続けていくことができています」といった声や代表の池淵さんについて、「リーダーシップがあり、皆が楽しめる企画をいつも考えてくださっている。自分の住む地域にそういう方がいてくれるのは凄く頼もしい」との声が聞かれました。ご興味のある方は、ぜひお越しください。



コンサートなども行われています



ふれあいサロン「風」

日 時：毎週火曜・水曜 午前10時~12時  
場 所：渡西会館（境港市渡町2567-1）  
参加費：無料  
※イベントにより、実費をいただきます。



**「ふれあいサロン」に興味・関心のある方はご相談ください。**

「ふれあいサロン」は、地域住民が身近で気軽に集まる場所を提供し、参加者同士の交流や介護予防、健康づくり、閉じこもり防止などを目的に楽しく仲間づくりを行う場であり、人が集まることで、地域内での困りごとや課題を発見できる場でもあります。（現在、市内4ヶ所で活動中）

境港市社会福祉協議会では、この「ふれあいサロン」を市内各所で開催いただけるよう、サロンの立ち上げ、活動内容などの相談や活動への助成を行っています。ご興味のある方は、ご相談ください。

「お問い合わせ先」 境港市社会福祉協議会 TEL 45-6116（担当：松本）



## サイズが合わなくなった子ども服を有効活用



### 巡回型子ども服リユース事業

11月10日(金)誠道公民館で開催された、子育て支援センターひまわりによる「巡回子育てプレイランド」に併せて、「巡回型子ども服リユース事業」を実施しました。

子ども服リユース事業は、ご家庭でサイズが合わなくなった子ども服を必要とされるご家庭に無償で譲渡し、再利用する事業です。



#### 《次回のご案内》

【日 時】12月9日(金) 10:00～

【会 場】中浜公民館

※「巡回子育てプレイランド」に併せて開催

【申込先】境港市子育て支援センター「ひまわり」

TEL 21-8103

予約受付期間：11月21日(月)～12月7日(水)

※予約制となっておりますので、詳細については上記の連絡先にお問い合わせください。



## フレイル予防に最適です!!

### ～ノルディック・ウォーク講座を開催しました～



10月20日(木)と27日(木)の2日間、竜ヶ山公園クロスカントリーコースにて、「ノルディック・ウォーク講座」を開催し、延べ21名の参加がありました。

日本でも現在、中高年を中心に人気が高まっているノルディック・ウォーキングは、専用ポールを使用して上下肢を十分に動かすことで、通常のウォーキングに比べて、下半身だけでなく上半身(腕や背中)の筋肉も使うため、全身運動の効果があります。



毎週水曜日の午前中に竜ヶ山公園で、ノルディック・ウォーキングのサークルが、活動されています。興味のある方は下記までご連絡ください。



**お問い合わせ先** 境港市社会福祉協議会 TEL 45-6116 (担当:松本)

### ～ノルディック・ウォーキングのはじまり～

雪原をスキーで滑るウィンタースポーツ「クロスカントリースキー」の選手が、雪のない夏の期間に、体力を維持するための強化トレーニングとして行っていました。当時は「肩まであるポール」を使用した高強度のエクササイズでしたが、1997年の春「北欧・フィンランド」で、専用のポールを使用し、より簡単な健康運動として紹介されたのが「ノルディック・ウォーキング」のはじまりと言われています。(日本ノルディックウォーキング協会HPより引用)



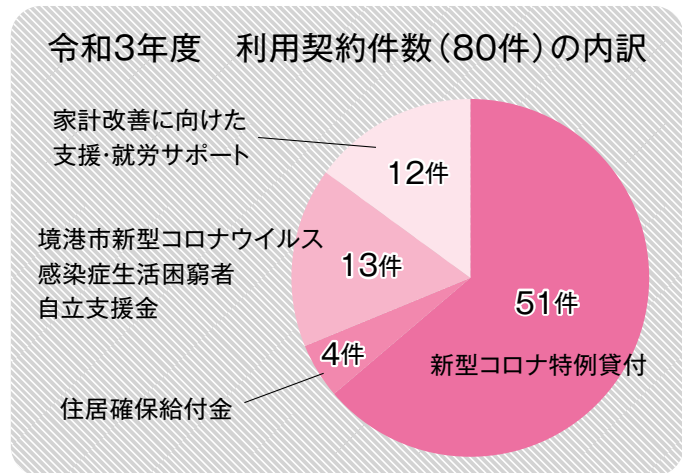
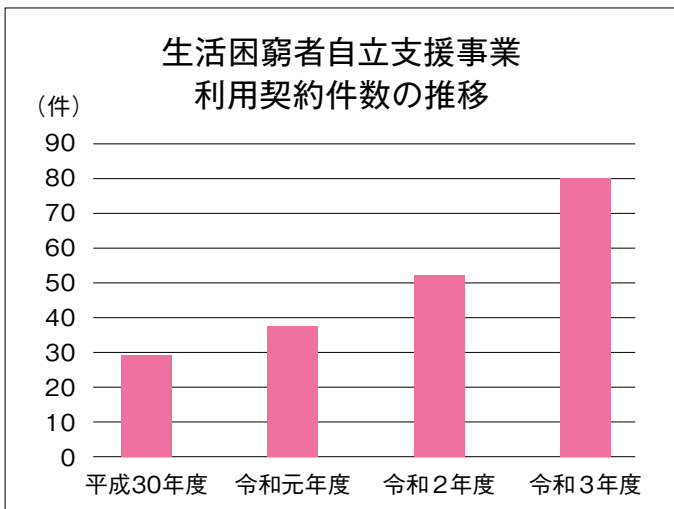
# 困りごとや不安を抱えていませんか？

～コロナ禍における生活困窮者自立支援事業の実態～

境港市社会福祉協議会では、生活の中で困りごとや不安を抱えている市民の方々の相談窓口として、「生活困窮者自立支援事業」による就労支援や「生活福祉資金」の貸付などによる自立支援を行っています。

長期化するコロナ禍により先が見えない中、様々な不安を抱え、暮らしにくさや生きづらさを抱えておられる方が増えてきています。

境港市社会福祉協議会は住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、抱えている問題点を一緒に整理し、解決に向けたお手伝いをいたします。1人で悩まず、まずはご相談ください。



### ～生活困窮者自立支援事業とは？～

2015年4月から施行された生活困窮者自立支援法に基づき、経済的に困窮し、生活を維持することができなくなるおそれのある方や、普段の生活の中で困りごとや不安を抱えている市民の方々に對して、相談員が家計改善に向けた助言や就労サポートなどの伴走型支援を行い、自立の促進を図ることを目的として実施する事業です。

「お問い合わせ先」 境港市社会福祉協議会  
TEL 45-6116 (担当：前田)

## 世代を超えた地域交流の場

～互いの良さに触れ、支え合いの存在であることを学ぶ～  
— 境港市ことぶきクラブ連合会 —

10月14日(金)竹内町内の交流農園にて、「さつまいも作り交流農業体験」を実施し、まつぼっくり事業所の利用者、地域の高齢者など約40名の参加がありました。

この事業は、市内の荒廃農地を活用し、障がい者や小学生、地域住民、高齢者が互いに協力し合い、地域共生社会の実現を目指し、今年度新たに取り組んだものです。



まつぼっくり事業所の足立管理者からは「これまでの苦労や困難だった過程を振り返りながら収穫をし、互いの良さに触れ、支え合いの存在であることを再確認させていただきました」との言葉がありました。

「お問い合わせ先」 境港市ことぶきクラブ連合会  
TEL 45-6116 (担当：渡邊)

**浜の里**  
**ほっとギャラリー**  
**12月**  
**陶芸・七宝焼き**  
**作品展**  
(福祉作業所 はまゆう)  
期間:12月15日(木)~1月10日(火)  
場所:浜の里(老人福祉センター)  
障がい者の方々々が仕事として作っている作品達。何度も失敗を繰り返しながらも投げ出さず、根気よく続けていく。  
決して上手ではないかもしれない。不格好かもしれない。それでも心を込めて作り上げた世界でただ1つの作品達をどうぞご覧になってください。  
◆毎月の展示を募集しています! お問い合わせ先 ☎45-2468 まで



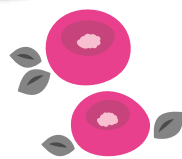
ふれあい総合相談センター

# 1月の相談日

会場:浜の里〔老人福祉センター〕です。

★心配なこと、困っていること、何でもOK!  
悩みごとのある人は一人で悩まずお気軽にご相談ください。

**秘密厳守**  
**相談無料**



相談の種類	相談内容	開設日	時間
弁護士による法律相談	専門的な法律に関する相談 (1月は第1・第3金曜日) <b>要予約</b>	1月6日、20日	13:30 } 15:30
司法書士による法律相談	司法書士による身近な市民の法律相談 (1月は第2水曜日) <b>要予約</b>	1月11日	13:30 } 15:00
福祉相談	福祉に関する様々な相談 (☎45-6116まで)	随時受付	8:30 } 17:00

◎法律相談は予約制ですので事前に予約してください。

※なお、法律相談は初回の方を優先します。

境港市社会福祉協議会  
**☎45-6116**

相談の種類	相談内容	開設日	時間	問合せ先
人権相談 (人権擁護委員)	人権に関する相談 (1月は第2木曜日)	1月12日	13:00 } 16:00	<b>人権相談:</b> 鳥取県地方務局 米子支局 ☎22-6161
行政相談 (行政相談委員)	役所の仕事、手続き、サービスなどに関する相談 (1月は第2金曜日)	1月13日	13:30 } 15:30	<b>行政相談:</b> 鳥取行政評価事務所 行政相談課 ☎0857-24-5542
相続・遺言相談 (行政書士会)	相続・遺言に関する相談 (1月は第2火曜日) <b>要予約</b>	1月10日	10:30 } 12:30	<b>相続・遺言相談:</b> 鳥取県行政書士会 事務局 ☎0857-24-2744

## あたたかいご寄付をありがとうございました

### ★善意銀行事業★

(令和4年10月6日~11月10日)

月	品名	預託者(敬称略)
10	タオル他	匿名
10	おむつ	山崎 美紀
10	雑巾 81枚 タオル 17枚	郵便局長夫人会 弓浜部会

### ★フードエイド事業★

(令和4年10月11日~11月10日)

月	寄付者(敬称略)
10	渡地区民生児童委員協議会
11	八野 俊二



郵便局長夫人会 弓浜部会 様

有料広告

◎地域に根ざしたかかりつけ薬局を目指しております

- 健康相談
- セルフメディケーション
- 在宅介護サービス
- 禁煙指導
- 健診の紹介
- 認知症サポート

## 保険調剤(有)増谷慶一郎薬局

境港市蓮池町102 TEL0859-47-0325

有料広告

## 岡田商店

八百屋の原点

有限会社

## 岡田商店

境港市幸神町353 ☎(0859)45-6333  
宗像店☎0859-39-7711 日吉津店☎0859-37-1388

# こころ温まるご寄付をいただき ありがとうございます

## 香典返しご寄付芳名録 (令和4年10月11日～令和4年11月10日)

(敬称略)

月日	金額(円)	故人	寄付者	住所	月日	金額(円)	故人	寄付者	住所
10.11	30,000	佐々木清枝	佐々木正敏	西伯郡伯耆町	10.26	30,000	池淵とし子	池淵淳一郎	栄町
13	30,000	菅原紀明	菅原明	馬場崎町	27	20,000	黒見知子	田中隆子	花町
13	30,000	阿部勝美	阿部紀樹	高松町	27	30,000	尾川道幸	尾川ノリ子	明治町
14	30,000	熊谷實	熊谷悟美	新屋町	28	100,000	角宏哲	角和子	福定町
17	30,000	景山昂良	景山初美	中野町	11.2	30,000	品川匠	品川隆也	弥生町
17	30,000	寒川愷之	寒川品子	中町	4	30,000	伊田ミチ子	伊田進	中野町
17	30,000	浜田和人	浜田譲二	芝町	7	30,000	門脇廣美	門脇泉治	渡町
25	30,000	佐古省吾	佐古時治	三軒屋町	8	30,000	竹内誠治	竹内正樹	外江町
25	20,000	景山春子	三浦千恵香	中野町	9	30,000	渡部幸江	渡部洋一	芝町



「こだま」への香典返し芳名録掲載につきましては、寄付者ご本人の了解をいただいております。一般寄付、香典返しは、高齢者、児童、障がい者の福祉事業、ふれあい総合相談事業等、地域福祉活動を推進する上で貴重な財源として活用させていただいております。なお、一般寄付、香典返しは、境港市社会福祉協議会（浜の里（老人福祉センター）東側）、または境港市役所（福祉課）で受け付けています。

## 「災害ボランティアセンター」の運営について学ぶ

### 市社協職員が災害ボランティアセンター運営者研修に参加しました



10月15日(土)若桜町公民館にて、鳥取県社会福祉協議会・若桜町社会福祉協議会主催「災害ボランティアセンター運営者研修」として運営模擬訓練が行われ、境港市社協職員2名が参加しました。

訓練は、「秋雨前線による大雨により、若桜町内で土砂災害が発生し、家屋等に被害が出た状況」を想定して行われ、市社協職員2名はそれぞれボランティア役と被災者役に分かれ参加しました。



運営模擬訓練の様子



このボランティアには、土のう袋も必要ですね

資材班では、活動に必要な資材の貸し出しや管理を行ないます

#### 参加した職員の感想

訓練の参加を通じて、センターを運営するにあたり、ボランティアの方々や被災者の方々に様々な配慮が必要であること、センターを運営したその日の終わりの振り返りが非常に重要であることを学びました。

境港市社会福祉協議会では、大規模災害発生時に被災者支援のためのボランティア活動がスムーズに運営できるよう、今後も職員の研修・訓練参加等を積極的に行ってまいります。