

はい!!

みんなで支え みんなで築く
福祉のまち美作

社協です!

7 2025
月号
No.155

ボランティアグループ・大原GHTが、
地域の清掃活動に取り組んでいます!

社会福祉法人 美作市社会福祉協議会

令和7年度会員加入のお願い

美作市社協は、美作市や岡山県社協からの補助金や受託金を大きな財源としており、この他にも共同募金配分金や在宅福祉サービス事業などを実施し、活動財源の確保に努めています。

また、行政の福祉施策とは違った住民主体の地域福祉活動を実施するため、社協会費や寄附金の自主財源の確保が重要となっています。

社協会費は、市民の皆様を対象とした会員制度により、地域福祉推進に取り組む美作市社協の運営や事業への参加・協力をお願いするものです。

本年度も、美作市の地域福祉の充実を図るためにも、趣旨をご理解の上、多くの皆様に社協会員にご加入いただき、ご支援くださいますようお願いいたします。

社会福祉協議会では、**年間を通じて**会員を募集していますが、**7月1日～8月31日は、『強化月間』**として位置づけております。本年度も社協会員制度の趣旨にご理解いただき、ご協力よろしく願います。

会員とは？

社協の事業をご理解いただき、財政的支援をしていただける方のことです。

●会員会費は3種類あります

	年 額	主な対象	内 容
普通会員	1,000円	市 民	毎年、地区社協などを通じて戸別に会員加入をお願いしています
賛助会員	3,000円	市 民	社会福祉協議会の事業にご賛同いただける個人の方々にご協力をお願いしています
特別会員	5,000円	企業・法人等	社会福祉協議会の事業にご理解・ご賛同いただける企業・法人等にご協力をお願いしています

なぜ会費が必要なの？

社協では、「地域住民による地域住民のための支えあい制度」として、会費制度を設けています。会員の皆様からご協力いただく会費によって当社協及び、地区社協等が行う事業が支えられ、美作市の福祉のまちづくりを進めていくことができます。

多くの皆様にご理解をいただき、会員加入というかたちで、地域福祉活動を応援していただきませうようよろしくお願いいたします。

地区社協とは？

美作市には現在31の地区社協が組織されています。地区社協では、行政や公的な制度・サービスでは対応しきれない地域の福祉課題に対し、自治会役員、民生児童委員、健康推進委員、ボランティアなどの福祉関係者が参加し、横の連携を取りながら、住民主体の地区ケア会議や見守り会議、友愛訪問、救急医療情報キットの設置活動、ふれあいサロンへの助成など地域特性に応じた様々な福祉活動が行われています。

会費の配分金はこのような地区社協活動を支える重要な活動資金となっています。

美作市ボランティアセンターからのお知らせ

美作市社協は、市民参加による助け合い活動を推進するためにボランティアセンターを運営し、「ボランティア活動をしたい人」と「ボランティアを求めている人」とを繋ぐお手伝いや、ボランティア育成のための福祉教育・養成講座の開催、ボランティア活動の情報発信等の支援を行っています。

令和7年度は、市内のボランティア団体・個人、39グループ670名の方に登録していただいています。今年度新たに3グループの登録がありましたのでご紹介します。

大原GHT(大原地域)

① グループの活動内容を教えてください

地域の清掃活動と見守り・あいさつ活動をしています。
GHTは「がんばって、ハキハキと、ちょうせんする」の意味で、自分達の活動を前向きに伝えるように、みんなで考えました。

② グループの発足のきっかけは?

ビーチクリーンに参加したことがあり、海にゴミが多いことに気がつきました。美作市のゴミも川に流れて海に行っているのではと思い、地域の清掃活動を始めました。一人では何もできないので、仲間を集めてグループを発足しました。

③ これからのボランティア活動に対する想いを一言

地域の清掃活動をする中で、地域の方から温かい言葉をかけてもらうこともあります。自分達の活動が少しでも地域のためになればと思います。まずは、美作市をキレイにしようと思います!



ベルフラワー(美作地域)

① グループの活動内容を教えてください

学校行事・教育委員会関係の講演会などで、託児をさせていただきます。

② グループの発足のきっかけは?

サポートこっこさんの後を受け、微力ながら、必要とされている保護者さんの支えになれたらと思い、先輩方たちの想いを引き継ぐかたちで立ち上げました。

③ これからのボランティア活動に対する想いを一言

発足メンバー全員がお母さんなので、預かるお子さまだけでなく、お母さんのためにもあたたかく、たのしい託児をしていきたいとおもっています。お互い様でお陰様をモットーに、メンバーみんなで協力してがんばります!



5ひきのこぶた(作東地域)

① グループの活動内容を教えてください

手作りの人形を使い、「おおきななぶ」や「アリとキリギリス」などの人形劇を上演しています。2022年に活動を始め、作東地域を中心に美作・勝田・津山市内の保育園などを訪問しています。

② グループの発足のきっかけは?

もともと勤務先の介護施設で、高齢者と人形劇を楽しんでいました。その楽しさがきっかけで、退職後に同じ思いをもつメンバーとボランティアを始めました。

③ これからのボランティア活動に対する想いを一言

身近な素材で作った人形や小道具から子供たちにきらめくものを感じてもらえたらと思っています。物語に夢中になる子どもたちの姿に元気をもらい、今後も人数に関係なく、年5回ほど上演を続けたいです。



湯郷ベルの選手から笑顔と元気をもらいました!

4月25日(金)稲穂コミュニティハウスで、金原・稲穂・則平健康広場が開催され、湯郷ベルの三田選手と南山選手がスペシャルゲストとして参加しました。

当日は、地域の方14名がフレイルチェックを体験しましたが、美作市の健康政策課からの説明の後、両選手が積極的に声掛けや手伝いをしてくださり、参加者の皆さんも楽しく健康について考えることができました。

また、名前やポジション、出身地や前所属チームの書かれた紹介カードを地域の方が手作りされており、お二人にはカードを使って自己紹介もいただきました。

普段なかなか触れ合うことのできない、湯郷ベルの選手と交流する機会が持てたことで、笑顔と元気をもたらすことができ、笑い声の絶えない一日となりました。



フレイルチェックでお手伝いをしていただきました



地域の方に手作りで紹介カードを作っていました

湯郷ベルの選手に参加してもらいたいサロン(高齢者ふれあい・いきいきサロン)があれば、各地域ステーションまでご連絡ください。

美作市ファミリー・サポート・センターのご案内

美作市ファミリー・サポート・センターとは

子育ての援助をしてほしい人(依頼会員)、子育ての援助ができる人(提供会員)、両方を兼ねる人(両方会員)が会員登録し、その会員同士で、一時的に有料で子どもを預けたり、預かったりし、地域で子育てについて助け合う会員組織です。



いざという時に
頼れるところがあると
安心なんだけど……

こんな方は

依頼会員 へご登録ください!



子育てを手伝いたい
気持ちはあるのだけど……
何かお手伝いできること
あるかしら?

こんな方は

提供会員 へご登録ください!

こんなサポートをしています

- * 保育施設(保育園、幼稚園、こども園、放課後児童クラブ)や学校の終了後の迎えや預かり
 - * PTAの行事や、通院などの用事ができたときのお子さんの預かり などなど…
- ※時には子どもから離れてリフレッシュしたい…そんな声にもお応えします!

依頼会員さんの声

家族が働いていて、一人育児をがんばれない時、特に2人目の出産後は上の子の送迎などでお世話になりました。最近の依頼は、子どもの病院受診時にもう1人の子どもの預かりをお願いしています。待合室でも、ひとりの子にゆっくり付き添うことができるので助かります。サポートしてくださる方が温かく対応してくださるので、安心してお願いしています。

塚田さん(依頼会員)



依頼会員から両方会員になりました

2011年に依頼会員へ登録し、当時我が子のお世話をしてくださった提供会員の皆さんには本当に感謝しています。その方々への想いを恩送りにと、両方会員に登録し、援助活動を本格的に始めたのは2020年から。我が子をお願いする日もあれば、手の空いているときは預かりや送迎をさせてもらっています。「お互い様にお陰さま。持ちつ持たれつ」の関係を気持ちよく」が続けられるようにファミサポ会員続けます!

安東さん(両方会員)



会員募集中 (会員登録は無料です)

お困りの方、手助けできる方、まずはお気軽にお問い合わせください。「登録にセンターまで行けない」という方は、ご自宅までアドバイザーがお伺いします。

詳しくは、美作市ファミリー・サポート・センターまで

電話 080-5612-3961 メール famisapo3961@au.com

ファミサポ
LINEアカウント
あります!



会員登録いただいた方はLINEメッセージでの援助依頼等の連絡も可能です

※利用は登録会員に限ります

美作お助け隊 参加法人のご紹介

地域公益活動と一緒に取り組んでいる美作お助け隊参加法人のご紹介をさせていただきます。



社会福祉法人 鶯園

UGUISU

特別養護老人ホーム ロマンシティあいだ 軽費老人ホーム ケアハウスAIDA

住 所：〒701-2606 岡山県美作市井口41-2

電 話：0868-74-2888 H P：uguisuen.com



- 特別養護老人ホーム ロマンシティあいだ 60床 (短期入所 10床)
- 軽費老人ホーム ケアハウスAIDA 15床

社会福祉法人 鶯園 運営方針

社会福祉法人 鶯園は、安心できる居場所づくり、支え合う関係づくり、チャレンジできるステージづくりをすすめ、共生社会の実現を目指します。

ロマンシティあいだでは、利用者が安心して快適に過ごしていただけるよう、職員が明るさいっぱい働きやすい環境整備に取り組んでいます。又、災害時受入れや広報誌(ロマンタイムス)を小学校などに発行したり、施設機能を地域に還元しながら地域と良好な関係を築いています。



職員募集

ロマンシティあいだでは、一緒に働いてくださる職員を募集しています!!

各種、手当や休暇、助成制度もあります。無資格・未経験者でもOKです。お気軽にお問い合わせください。

募集職種 介護職員、看護師

雇用形態 正社員・嘱託・パート

勤務時間 シフト制(4週8休)

手 当 資格手当、住宅手当、単身赴任手当、通勤手当

待 遇 産前産後休暇、育児・介護休業・特別休暇、昇給あり、賞与(年4カ月以上)

無資格・未経験OK / 実務者研修の費用助成
資格取得祝い金 / 有給取得率94% / 入社祝金



職員親睦会

ホームページに求人詳細を載せています。電話やメールでお気軽にご相談ください。

2025 夏のボランティア体験事業について

美作市社協主催による「2025夏のボランティア体験事業」を7月から8月末にかけて行います。

夏のボランティア体験事業は、ボランティアの活動体験を通じて、社会福祉活動についての理解を深めると共に、様々な出会いの中から新しい発見や「ともに生きていく」視点について考える機会を提供することを目的に開催しています。

詳しくは、各地域ステーションまでお問い合わせください。

対象： ボランティア活動に関心があり、自分の意思で参加を希望する中学生以上の方

活動先： 福祉施設、幼稚園、保育園、その他地域のボランティア活動

事前研修・活動調整会議：

7月12日(土) 13:30～15:00

作東バレンタインプラザ(美作市江見944)

※各学校にボランティア活動受入一覧先をお送りしますので、ご確認ください。

介護予防サポーターになりませんか

美作市社協は、令和7年4月1日から、介護予防サポーター等の人材育成や介護予防体操教室の活動支援、介護予防全般の普及啓発を行う、介護予防活動に関する事業と、認知症当事者や家族支援、認知症カフェの運営支援や認知症専門医との連携などを行う、認知症総合事業を美作市より受託し、運営することになりました。

総合相談支援センター及び各地域ステーションが窓口となりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

- ・ 動けない老後は嫌だな…
- ・ 体を動かす事は嫌いじゃない
- ・ 地域で何かやってみたいけど、自分に何ができるだろう？
- ・ 無理なく楽しく、みんな健康寿命を延ばしたいな!!

市社協では、いくつになっても、住み慣れた地域で元気に過ごせるよう「みまさかお元気体操」を一緒に推進してくれる介護予防サポーターを募集中です。地域で気軽にできる介護予防体操で、未来の自分に「元気」をプレゼントしませんか？

介護予防サポーター養成講座では、介護予防に関する講話やみまさかお元気体操の指導を受けていただきます。

介護予防サポーター養成講座

受講要件

- ▶ 全6回 すべての講座に参加できる方
- ▶ いずれかの「みまさかお元気体操」教室に参加することができる方(市内69教室)
- ▶ 「みまさかお元気体操」を地域に広める仲間になりたい気持ちがある方

開催日： 7月17日(木)、7月31日(木)、8月21日(木)、8月28日(木)、9月11日(木)、9月25日(木)

時間： 13:30～15:30

場所： かつた市民センター(真加部1611-1)

対象者： 美作市内にお住まいの方

参加費： 無料

定員： 30名(先着順)

申込期限：

6月27日(金)までに総合相談支援センターまたは、各地域ステーションへご連絡ください。(12ページ参照)

美作市総合相談支援センターからのお知らせ

相談無料
秘密厳守

～家計・介護相談会～ 一人で悩んでいませんか？

- ★ 家族の介護に疲れてしまった
- ★ 介護保険のことが知りたい
- ★ 贅沢していないのに毎月の生活費が足りない
- ★ 何にいくら使っているのかわからない
- ★ 子どもの進学っていくら位かかるの？
- ★ 収入に比べて、返済が多い



相談員が丁寧に、「家計」や「介護」のことなど、一人ひとりの悩みに応じた解決策と一緒に考え、お手伝いをします。
来所できない方については、直接出向いて相談をお伺いします。
一人で悩まずに、まずはご相談ください。

対象者

美作市内に在住で
家計や介護に関する悩みのある方
(家計相談は、生活保護を受給している方は対象外です)

開催日時

7月10日(木)・8月8日(金)
13時～16時 ※要予約
開催日以外での相談も受付けています

場所

総合相談支援センター
各地域ステーション
(連絡先等は12ページに記載)



介護者のつどい 開催のお知らせ

「介護者のつどい」は、在宅などで介護をしている方を対象に、介護に役立つ知識を身につけたり、抱えている悩みなどを相談しあえる場です。ご希望の方は送迎も対応致します。

勝田地域	大原・東栗倉地域	美作地域	作東地域	英田地域
日時 8月6日(水)	日時 8月21日(木)	日時 8月8日(金)	日時 8月22日(金)	日時 8月20日(水)
時間 10:00～11:30	時間 10:00～11:30	時間 13:30～15:00	時間 10:00～11:30	時間 9:30～11:30
場所 勝田保健センター	場所 大原保健センター	場所 世代交流 多目的ホール	場所 作東長寿センター	場所 英田保健センター
TEL 75-3601	TEL 78-0509	TEL 73-0330	TEL 75-3780	TEL 74-2488

「ふれんどの会」が認知症普及啓発活動

5月9日(金)東栗倉地域認知症キャラバンメイト「ふれんどの会」が、東青野サロンあかがね会で認知症普及啓発活動を行いました。

当日は10名の参加があり、脳トレやゲームをして一緒に楽しみながら、認知症予防と啓発活動を行いました。

参加者からは、「認知症にならないために外に出て人と話しをしたり交流すること、認知症の疑いがある場合は、早期相談、早期病院受診することが大切だとわかった。」との声が寄せられました。

「ふれんどの会」では、今年度も東栗倉地域内のサロン等に出向き、認知症についての正しい理解が広がるように活動する予定です。



認知症について説明する「ふれんどの会」のみなさん



ゲームを楽しむ参加者

認知症カフェを開催しました

美作市社協では、令和7年4月より美作市から認知症総合事業を受託し、各地域でさまざまな認知症支援の取り組みを進めています。

その一環として、認知症カフェは、認知症キャラバン・メイトが中心となって企画・運営しています。作東地域では、毎月第3月曜日に「オレンジカフェ作東」を開催しています。

4月21日・5月19日に開催した「オレンジカフェ作東」では、参加者から「睡眠について知りたい」という声があり、参加者の皆さんで睡眠について話し合いました。その後、ヨーガエクササイズで呼吸法について体験し、ヨーガが良質な睡眠に効果的であることを一緒に確認しました。

認知症カフェは、認知症やもの忘れに不安のある方、認知症の人を介護している家族、認知症について関心のある方が気軽に集える場所です。ぜひ一度、参加してみてください。



睡眠についてみなさんとお話しました



ヨーガエクササイズで呼吸法について体験しました

「ひきこもり」支援の現場から



NPO 法人山村エンタープライズ 代表理事 能登大次のとひろつく

竜王攻略の「裏技」を伝授!

前回は「竜王(=ひきこもり)攻略の長期戦を乗り切るには、まず仲間を作ろう」というお話でしたね。今回はもう一つ、「裏技」とも言える「ツ」をお伝えしておこうと思います。

その裏技はというと…経験ある支援者に伴走してもらうことです。

「え?普通やな…」って思いましたか?でもよく考えてみてください、これってドラクエで言うところの「クワアした」とある熟練ゲームマーに相談しながらゲームを進める「ようなものですよね。もう絶対クワアできそうな気がしてきませんか?」

熟練ゲームマーに伴走してもらつメリットのつは、ネガティブサインに気づいてくれること、「つまり」その宝箱ギミックじゃけん触らん方がええぞ」というやつです。例えば、ひきこもり問題には、発達障害、知的障害、精神障害などが関係していることが多いのですが、ずっと近くで見ている家族はそのサインに気づきにくいのです。そんな時、熟練ゲームマー

であれば客観的な見立てをして、家庭内での対応方法を考えてくれるでしょうし、もしかしたら、医療機関受診の際に医師に要点を説明してくれるかもしれません。とっても心強いですよ。

また逆に、ポジティブなサインに気づいてくれることもあります。お母さんが「最近のうちの子ときたら…」といったものように愚痴を漏らしたところ、

「その穴に落ちた先でアイテム拾ったら竜王倒せるぞ」「ええ?!そうなん?」なんてことは、ドラクエでも支援現場でも本当によくあることです。経験のある支援者は「ひきこもり回復プロセス」にありがちなサインをよく知っていますから。

ひきこもり問題は、変化に乏しい地道な日々が続くので、どうしても不安やいらだちに押しつぶされそうになってしまうもの。だからこそ、伴走者がそういったポジティブな変化を見逃さず、一緒に喜び合ってくれたら、とっても大きな心の支えになりますよね。

とはいえ実際のひきこもり問題はドラクエのように単純なクエストではありませんし、支援者も万能ではありません

から、「二度相談したけど…」といったこともあるかもしれません。でも諦めないでください。私たち支援者も、支援環境改善のための話し合い&学び合いの場を作り(美作市子ども若者支援者会議)、さらに現場で経験を重ねながら、みなさんのお役に立てるよう、日々研鑽を積んでいます。ぜひ頼っていたただけたら嬉しいです。



美作市 不登校・ひきこもり家族会

支援者も参加しています。
力を合わせて、ハッピーエンドを目指しましょう!

【2025年度日程】

●7/6(日) ●10/5(日) ●2/8(日)

詳細は「みまさか子ども若者応援LINE」にてお知らせいたします。

右のQRコードからご登録を!



訪問理美容

サロンペペ

老人・障害者施設等に訪問し、介護保険外の生活支援(障がい者・お年寄り対象)を行なっています。



お問い合わせは

salonpepe.jp 0868-72-9800

漢方と健康相談のできる店

当店では、様々なお悩みに漢方薬・栄養補助食品による改善のお手伝いをさせていただきます。諦めていた症状もご相談ください。

不妊でお悩みの方 痛みでお悩みの方

慢性皮膚疾患でお悩みの方 目でお悩みの方

置き薬

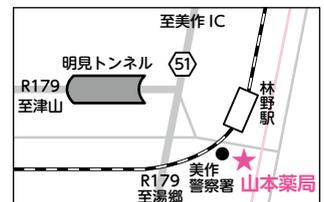
配達

(有)山本薬局

所 美作市栄町183 (林野駅近く)

営 8:00~19:00 休日・祝

☎0868-72-0256



終活のためのエンディングノート

「私の生き方ノート」について

美作市社協では、自分の意思を伝えることができなくなってしまった時や亡くなった時のためにプロフィールや自分史、現在の健康状態、葬儀・お墓についての希望、その他気がかりなことなどを書き記しておくことができるよう、「私の生き方ノート」を販売しています。



「私の生き方ノート」は、1部・200円で販売しています。購入は各地域ステーションへ

エンディングノート

はどうして必要なの？

「こんな老後を過ごしたい!!」を実現させるために…

事故や病気によって、意識不明になることや、意思表示ができなくなることもあります。

メリット

- 今の自分の想いや希望を整理できる
- 自分らしく過ごすために、今ある気がかりを解消し、安心につなげられる
- 万が一のときに、周囲の人が困らないように備えられる
- 何に備えておけばいいのか、整理する内容がわかる

自分の今後や、最期について考えること、家族で話し合うことは、なかなかきっかけが掴めないものです。



遺言書のような法的効力は持ちませんが、きっかけの一つとして、『最期』を悲しいことではなく、自分や家族の『安心』や『幸せ』という前向きなキーワードから、「私の生き方ノート」を活用してみませんか。



お客様の課題をトータルサポートいたします!



株式会社 アイアットOEC iii@oec

学生・単身・一般
引越し

家具の移動
事務所移転
県外運送可

- 引越し
- 買物代行
- 配達

承ります — 軽貨物運送業 —



合同会社 **タムラ**

〒707-0003 岡山県美作市明見 801-1

お気軽にお問い合わせください ☎0868-72-1525

寄附金の報告

令和7年3月21日から
令和7年5月20日受付分

多額のご芳志をお寄せいただき、誠にありがとうございます。ございました。

香典返し

右手	山本 浩二様 (亡) 武男	小房	有友 好明様 (亡) 且武
真加部	小林 康則様 (亡) 恭子	小野	春名 真成様 (亡) 文克
古町	川元 正秋様 (亡) 秋野	鮫	長家 武子様 (亡) 孝
野形	新免 松規様 (亡) 松夫	柿ヶ原	杉本 みき子様 (亡) 宏明
下香山	貞森 達浩様 (亡) 千代子	川北	高田 清様 (亡) 稲雄
上相	杉山 知子様 (亡) 三和子	土居	藤本 光子様 (亡) 健市
湯郷	尾高 成誠樹様 (亡) 資祥	白水	谷口 敏典様 (亡) 長子
林野	渡邊 啓永様 (亡) 操	奥	赤堀 宏人様 (亡) 洋子
三倉田	坂田 謙治様 (亡) 勝三	中川	丸本 学様 (亡) 美江
三倉田	森本 榮真様 (亡) 勝恵	津山市	古田 人志様 (亡) 久子
大原	小坂田 美香様 (亡) 喜一	赤磐市	山田 昭雄様 (亡) 厚志
榎原下	豊久 誠様 (亡) 杉山農	岡山市	高橋 典忠様 (亡) 富佐恵
巨勢	和田 富貴子様 (亡) 固土	大阪府	山本 雄治様 (亡) 孝
田殿	山本 美枝子様 (亡) 正弘	大阪府	町田 千恵美様 (亡) 川副 秀子

一般寄附

豆田 株式会社レイテック様
岡山市 酒井 アツ子様
(亡) 青山 勇

物品寄附(おむすび事業)

榎原下 角 慎作様
榎原下 角 慎作様
角南 池田 久美子様

物品寄附

真加部 豊田 三夫様
岩見田 木村 知奈美様
小野 春名 克明様

表紙の写真

今年度、新たに社協のボランティアセンターに登録した大原GHTのボランティア活動の様子です。

大原GHTは、大原中学校の生徒が立ち上げたボランティアグループで、地域の清掃活動を通じて見守りや声かけ等を行っています。

今後は、市社協の事業にもご協力いただけるように、若い力の幅広い活動が期待されます。



美作市社協では活動情報などを
Facebook・LINE・Instagramで
発信しています



Facebook



LINE



Instagram

福祉とは「ふだんのくらしのしあわせ」をみんなで作る活動です。

編集・発行

社会福祉法人 美作市社会福祉協議会

〒709-4234 美作市江見280 TEL(0868)75-2622 FAX(0868)75-7081

美作市総合相談
支援センター

〒707-0017 美作市美来1「美作市役所内」
TEL(0868)73-0330 / FAX(0868)72-7702

大原・東粟倉
地域ステーション

〒707-0412 美作市古町1850-1
TEL(0868)78-0509 / FAX(0868)78-3230

作東地域
ステーション

〒709-4234 美作市江見280
TEL(0868)75-3780 / FAX(0868)75-7081

勝田地域
ステーション

〒707-0113 美作市真加部1616
TEL(0868)75-3601 / FAX(0868)75-3602

美作地域
ステーション

〒707-0014 美作市北山401
TEL(0868)72-3677 / FAX(0868)72-3969

英田地域
ステーション

〒701-2604 美作市福本810-2
TEL(0868)74-2488 / FAX(0868)74-3232

社協だよりは、皆様からお寄せいただいた社協会費・寄付金の一部を使って発行しています。