



宮崎地区 ボランティアセンターだより



シクラメン

編集と発行：加美町社会福祉協議会 宮崎福祉サービスセンター

加美町宮崎字屋敷七番 45-1

TEL：0229-68-2105 FAX：0229-69-6448

E-mail：kamisyakyo-miyazaki@dream.ocn.ne.jp

加美町社協宮崎福祉サービスセンター（宮崎事務局）です！ボランティアセンターの内容・ボランティア事業・ボランティア情報などを身近にわかりやすくお伝えしていきます。どうぞよろしくお願いします。

★宮崎デイサービスボランティア予定表（12月・1月）を発行しました！

宮崎ボランティア友の会では、宮崎デイサービスセンターで活動いただけるボランティアの皆さんへ、12月・1月の予定表を発送しましたので、よろしくお願いします。なお、都合のつかない方は、他の会員の方と調整いただくか、事務局までご連絡ください♪

デイサービスボランティアに興味のある方。いつでも気軽にお声がけください。

★あなたに合ったボランティア活動を始めてみませんか！

「ボランティアって難しそう…」とっていませんか。
実は、ちょっとしたお手伝いから始められる気軽な活動です。
地域の人と交流しながら、あなたの力を活かしてみませんか？

例えば

- ・行政区で行われているミニデイサービスのお手伝い
- ・デイサービスセンターでボランティア（誰でもできますよ）
- ・配食サービスの配達ボランティア
- ・得意の歌や踊り、特技を活かしてボランティア
- ・地域で高齢者や子供の（そーっと）見守りボランティア
- ・イベントの準備やお手伝い、交流など
- ・プルタブや使用済み切手の収集ボランティア
- ・子供の支援をしたい ・清掃活動

など、自分のペースに合った、できそうなところからボランティアにチャレンジしてみては？

新しい仲間と出会ったり、地域に役立つ喜びを実感したり、ボランティア活動は誰かの役に立つ、そして自分を高める活動です。未経験でも大歓迎！みんなで楽しく活動しませんか。

興味のある方、まずはボランティアセンターまでご連絡ください♪



★宮崎ボランティア友の会月例会（12月）は年賀状の作成です！

月日の経つのは早いもの。まもなくお正月ですね。恒例となりました「一人暮らしの方への年賀状」作成の時期となりました。皆さまのご参加をお願いします。

と き：令和7年12月8日（月）午前10時 ところ：宮崎福祉センター



★認知症サポーター養成講座を受講しました！

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」を養成するため、認知症サポーター養成講座が開催され、宮崎ボランティア友の会19名の方々が受講しました。

認知症は加齢とともに増え、誰もがなりうるものです。早期発見・早期治療が重要で、早めに気づいて早めの相談が大事になります。悩んでいるご本人や家族がいたら、専門家のアドバイスをもらうよう勧めてみるのもサポーターの役割の一つです。接し方としては、

認知症の人への対応の心得 3つの「ない」

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

1. まずは見守る
2. 余裕をもって対応する
3. 声をかけるときは1人で
4. 後ろから声をかけない
5. やさしい口調で
6. おだやかに、はっきりした話し方で
7. 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

この講座では、理解することの大切さを学ぶことができました。地域の見守りや支え合いの輪が広がるといいですね！

★生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）コーナー

加美町社会福祉協議会では、民生委員さんのご協力をいただきながら、年に1度一人暮らし高齢者世帯の訪問活動を行っています。みなさんの生活状況の把握を目的として、今年度は宮崎地区内在住で73歳以上の一人暮らし世帯約120世帯を訪問させていただきました。お聞きした内容は、「買い物」「除雪」「交流」についてです。今回の生活支援コーディネーターコーナーでは、この中から「除雪」についてスポットをあててみたいと思います。「除雪」については、以下の質問を行いました。

（120世帯のうち、複数の回答あり、回答をいただけた世帯のみ）

- ① 除雪は自分で行っている……………48.3%
- ② 家族・親族の支援(または一緒に行く)……………26.3%
- ③ 近所・友人・地域等の支援(または一緒に行く)…37.5%
- ④ 除雪みまもりネット事業……………30.8%（暫定）



項目別で見ると、自分で行っているという方が一番多いですが、②と③を合わせると63.8%と、120世帯のうち半数以上の方が、支援を受けている事が分かります。

また、③の近所・友人・地域等の支援が、②の家族・親族の支援よりも多いことが分かります。これから厳しい冬を迎えますが、今回の訪問から「地域での支え合い」で、みなさんが支えられていることが分かりました。

④の除雪みまもりネット事業とありますが、これは、要援護者世帯の除雪を、近隣住民による助け合いにより取り組む行政区に対して、社会福祉協議会より助成金を交付している事業です。現在は全体の3割ほどの申請ですが、地域での支え合いが今後増えれば、この割合が増えていくと思います。

宮崎の冬は厳しいですが、みなさんの「支え合い」という温かい活動で、この冬を乗り越えていきましょう。