



ささえあい

志布志市社会福祉協議会 検索

平成 22 年 1 月 15 日 発行

第 24 号

写真 2010 年 元旦 山宮神社（志布志町）にて

第 4 回

志布志市社会福祉大会 を開催します

- ・ 広報紙モニターと編集員募集！
- ・ ようこそサロンへ 押切東地区サロン（有明町）
- ・ 介護保険知っ得！ 65 歳以上の方の保険料はどう決まる？
- ・ 毎日 15 分のストレッチで冬太りを防ぐ
- ・ 身障手帳の種別に肝臓機能障害が追加
- ・ 心配ごととはございませんか？

年頭のあいさつ



志布志市
社会福祉協議会
会長
竹井 道徳

新年明けましておめでとうございます。
年頭にあたり今年一年の市民の皆様方のご多幸とご健勝をご祈念申し上げ、市社会福祉協議会会長といたしまして一言ごあいさつを申し上げます。

昨年は、市民の皆様方や関係各位の多大なるご協力により、市社会福祉協議会の諸事業が順調に開催できましたことに對しまして心から厚くお礼申し上げる次第でございます。

本年もよりしくお願い申し上げます。
さて、少子・高齢化の社会問題と人口減退社会により地域の連帯感の希薄化や地域社会の脆弱化など社会の状況が変容し、社会福祉を取り巻く環境も大きく変化してきています。

このようなか誰が安心、安全に暮らせるまちづくりのためには公的な福祉サービスの充実ほもとより、地域の人々の主体性に基づき行われる支援や共生・協働による新しいサービスが今後ますます重要になってくると思います。

私達、市社会福祉協議会といたしましては、福祉活動を通じて共助による支え合いの活動の強化が地域を活性化させるものととらえ、市民一人ひとりがもつ機能を駆使し、活用できる情報を地域に持ち込み、地域のかさまな課題について自ら主体的に関わり、相互に支え合う体制を実現するために役職員一同一致団結して取り組んでまいりたいと思います。

市民の皆様方のより一層のご協力、ご支援を切にお願い申し上げます。

寅年の寅という漢字は「生まれ生じる」「動き始める」「何処まで伸びる」の意味があるそうです。
寅の年が市民の皆様にとってより良い一年でありますことを祈念いたしまして年頭のごあいさつといたします。

旧年中は市社会福祉協議会の各種事業遂行について、多くの皆様方から多大なご支援・ご協力を賜り、心から深く感謝申し上げます。

少子・高齢化の急速な進行、人口減少等の到来で環境が大きく変化してきており、社会情勢をとりまく環境はめまぐるしく変わる今日、本年はさらに厳しい状況下になることが予想されますが、それだけに、市社会福祉協議会としては、役職員が連携を密にしながら福祉事業の充実を図っていかねばならないと考えています。

本年は、地域福祉活動計画の策定も視野に入れながら検討を進めていくことにしており、策定の折には市民の皆様方のご協力をお願いしたいと思います。
誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指して本年も取り組んで参りたいと存じます。
市民の皆様にとりまして、本年もよき年となることを、心からご祈念申し上げ、年頭のごあいさつといたします。



志布志市
社会福祉協議会
副会長
中村 史郎

年頭のあいさつ



平成 21 年度 志布志市金婚式開催

11月20日（金）に志布志市金婚式が志布志湾大黒において開催されました。今年金婚を迎えられたご夫婦は市内で119組おられ、金婚式には76組のご夫婦が出席されました。

記念撮影の後に神前にてお神酒を受けられ、50年という節目を祝う式典に臨まれました。

式典では、主催者を代表して、竹井道徳市社会福祉協議会会長、本田修一市長の挨拶ののち、祝詞と記念品を中村睦郎・逸子ご夫妻（松山町）、坂口五月・国子ご夫妻（志布志町）、三浦淳・トミ子ご夫妻（有明町）の3組のご夫婦が代表して、会長より贈られました。その後、谷口松生市議会議長に来賓祝辞を頂きました。



記念品贈呈にて



お神酒の席にて

祝宴は、中村史郎市社会福祉協議会副会長の乾杯の音頭で始まりました。食事をされながら、久しい友人や知人と近況や思い出話を話されたり、杯を酌み交わすなど、賑やかに会が進みました。

アトラクションでは、志布志町舞踊会の三鐘流洋宗会の皆様による祝儀舞と、愛ゆみ幼稚園・おぞら保育園の園児達による太鼓演奏・おはら節が披露され、園児と金婚者が一緒に踊る風景も見られました。また、園児達から元気のよい心温まるお祝いのメッセージを頂き、参加者は感激していらっしゃいました。

金婚ご夫婦に書いて頂いたメッセージカードには、ご夫婦が金婚式を迎えられた喜びや周囲への感謝の気持ちが表れていました。



歓談風景より

謝の気持ち、また夫から妻へ感謝のメッセージなどの紹介があり、それぞれの気持ちが伝わってきました。祝宴では、出席された方々によります自慢の踊りやカラオケのリクエストが頻繁にあり、大変盛り上がりしました。

「今日は本当にあいごと。よか日じゃった。」「あいごと、出席してよかったが。」と多くの参加者から、喜びや感謝の言葉を聞くことができました。

ご夫婦揃って金婚式の日を迎えられたことは、大変喜ばしく、感慨深いものがあるかと存じ上げます。

この金婚式を通過点としまして、今度はエメラルド婚また、ダイヤモンド婚を目指してこれから



華麗な舞踊（三鐘流 洋宗会）

もご夫婦共々健やかにお過ごし下さい。



園児達による太鼓演奏

第4回 志布志市社会福祉大会を開催します！

少子高齢化の急速な進行、三位一体改革、障害者自立支援法の見直し、また公的制度で対応困難な福祉ニーズが増大している中、地域住民が相互に助け合い、支え合い、連携していく意義がますます必要となっています。

そこで、社会福祉に関する市民の理解と関心をより一層高めるために、住民の主体的な参加の下、共生・協働による地域福祉の活動の発展を図るため、下記により社会福祉大会を開催いたします。

□とき

平成22年1月23日(土)
午前9時30分～午後12時20分

□ところ

コミュニティセンター
志布志市文化会館

□内容

オープニング 白鳥神社神舞保存会
表彰

・志布志市社会福祉協議会会長表彰
・第4回志布志市
福祉作文・絵画コンクール表彰
・第3回志布志市
ボランティア標語コンクール表彰

作文朗読

講演

演題「かがやくいのちのために」

講師 山本文子氏
(NPO法人いのちの応援舎理事長)

第4回 志布志市社会福祉大会
住みやすい・やさしい・福祉のまちづくりをめざして
～志のまち志布志へ～

平成22年
1月23日
[開場] 9時30分
[会場] コミュニティセンター
志布志市文化会館

講演

内容 “いのちを大切に”
あたたかいお話
山本文子氏
(いのちの応援舎 理事長)

※先着 300 名様に花の苗を無料配布

会次第

8:30	受付開始
9:30	オープニング ・「福安の舞」(白鳥神社神舞保存会)
9:50	主催者及び市長あいさつ
10:00	表彰 ・会長表彰・福祉作文・絵画表彰 ・ボランティア標語表彰・8020 表彰
10:30	作文朗読
11:00	講演 ・志布志小3年 鈴木 愛生さん ・松山小6年 本田 まつりさん ・宇都中3年 川崎 愛佳さん
12:20	閉会あいさつ

主催：社会福祉法人 志布志市社会福祉協議会 共催：志布志市
後援：志布志市市民生活福祉推進協議会・志布志市子ども福祉協議会・志布志市子育て支援協議会・志布志市地域社会福祉協議会
志布志市民生福祉委員会・志布志市ボランティアセンター運営委員会・志布志市老人クラブ連合会・志布志市身体障害者福祉協議会
志布志市市民生活福祉協議会・志布志市地域福祉推進協議会・志布志市教育委員会・志布志市NPO等連絡協議会

お問い合わせ 志布志市社会福祉協議会 ☎ 472-1800 1F ☎ 050-3385-4442

広報紙「ささえあい」モニター募集！

□広報紙モニターとは？

市民の声を取り入れ、分かりやすくより親しまれる広報紙「ささえあい」となるように、広報紙に対するご要望やご意見をいただきます。

□どんなことをするの？

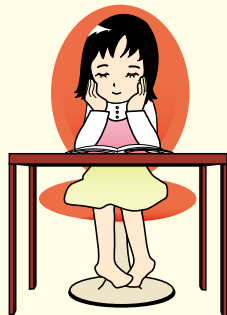
2か月に1度、志布志市社会福祉協議会から送付されるアンケート用紙に回答していただきます。

□対象者は？

志布志市内在住で、平成22年4月1日現在、満18歳以上の方で広報紙に関心のある方

□謝礼は？

謝礼として3千円を任期終了後にお渡しいたします。



広報紙「ささえあい」編集員募集！

□編集員とは？

市民の目線に立った分かりやすく親しみの持てる広報紙「ささえあい」となるように、広報紙の記事作成やご意見をいただきます。

□どんなことをするの？

- ①志布志市協広報紙「ささえあい」の記事作成(※内容は発行都度、会合の中で決定します。)
- ②広報紙「ささえあい」に対する提言、志布志市社協の照会への回答
- ③広報委員会への出席

□対象者は？

- ①志布志市内に住所を有し、年齢が満20歳以上の方
- ②広報紙編集に進んで協力する熱意を持っている方
- ③志布志市の福祉推進について、公共的視野で考えることができる方

□謝礼は？

広報委員会出会1回当たり2千円、取材1回当たり2千円を謝礼としてお渡しいたします。

□お申込み先

〒899-7103 志布志市志布志町志布志 3222-1

志布志市社会福祉協議会
(健康ふれあいプラザ内)

Fax: 472-1593 Eメール: info@shibushi-syakyo.jp

お問合せ先

志布志市社会福祉協議会志布志本所

☎ 472-1800 担当: 地域福祉係 山下

□応募は？

広報紙モニター、編集員をそれぞれ3名募集します。

はがき、ファックス、Eメールで「モニター希望」または「編集員希望」と明記して、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号を記入して、左記お申込み先までご応募下さい。なお、応募多数の場合は、年齢・地域性等を考慮した上で、決定し、決定者のみ通知いたします。

□任期

決定の日から
平成23年3月31日
までです。

□募集期限

平成22年
2月19日(金) 必着

輪多市のボランティア

輪多市とは

「多くのボランティアの輪を志布志市に広めよう」の意味です。



頭の体操、身体の体操も
みんな一緒に(^O^)/

今回は12月の集いに参加した「押切東地区サロン(有明町)」を紹介します。会場は高齢者に配慮してある地区公民館での集いでした。広い会場には季節の花やクリスマス飾りつけもされ明るく楽しい集いができるような演出がなされておりました。

参加者の話によるとこのサロンは開設4年目となり、今日はボランティアも含めて40名の参加で、例会・忘年会・クリスマス会を兼ねての会でありました。

参加者は、健康チェック後、馴染みの席につき会話を楽しまれました。「今日は普段の例会に比べ多くの人が来ている。あの人も来られた

このシリーズでは、志布志市内の「ふれあい・いきいきサロン」を市民編集員「有馬ケイ子さん」の取材の元、紹介します。

シリーズ
ようこそサロンへ！
押切東地区サロン(有明町)

この地区のサロンでは、地域にある介護保険施設の利用者も参加できるような配慮がされており、隔たりがなく共に生きていく姿勢を感じ、新しい発見もありました。「誕生日手の温もりにもうれし顔」。

ボランティアと参加者の手作りのサロンが今後も地域の高齢者がいつでもゆつくり集える場になってほしいと強く感じた日でした。

今日の集いでは感動することが多くありました。特に今月の誕生者に参加者が一人一人お祝いすることばをかけ、皆でお祝いすることで手の温もりをお互いに感じ、こころの温かさを受けとめ、参加者のやさしさ・日々の積み重ねの元気を分かち合う力をもらった気がするひと時でした。

んだ。」と話され、久しい人との会話が弾んでおられました。合間には歌、頭の体操、身体の体操と次々に楽しい出し物が続き、参加するのを見るのも楽しくなるように組み込まれており、ボランティアの皆さんは何役も担い参加者とともに時間を過ごしていらつしました。



今月の誕生者にお祝いのことばを
かけていきます(^-^)

安心を支えます

ボランティア活動保険

ボランティア活動中のケガや賠償事故を幅広く補償！



特徴

- 活動場所と自宅との往復途上の事故も補償
- 防災・災害のボランティア活動も補償
- ボランティア自身の食中毒や熱中症も補償
- 地震等天災によるケガも補償(天災タイプ加入の場合)

ボランティア行事用保険

ボランティア行事に参加中のケガや賠償事故を補償！

福祉サービス総合補償

ヘルパー・ケアマネジャー等の活動中のケガや賠償事故を補償！

送迎サービス補償

送迎サービス中の交通事故によるケガを補償！

掛金 Aプラン…260円 Bプラン…420円 Cプラン…590円

天災危険補償タイプもあります

お申し込み、ご照会は、志布志市社会福祉協議会へ

社会福祉法人
団体契約者 全国社会福祉協議会

この保険は、全国社会福祉協議会が保険会社と一括して契約を行う団体契約です。

取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス

〒100-0013 東京都千代田区霞ヶ関3-3-2新霞が関ビル17F

TEL:03(3581)4667 FAX:03(3581)4763

<http://www.fukushihoken.co.jp>

<引受幹事会社>日本興亜損害保険株式会社

まゆくいやせ

このコーナーでは、生活に役立つ様々な情報を取り上げていきます。

今回の特集 『毎日15分のストレッチで冬太りを防ぐ』

お正月も過ぎ、ご馳走を食べる時期も過ぎてしまいました。外食も増えてしまつて年末年始が過ぎ、飲み過ぎや食べ過ぎが一段落した今、自分の身体に目を向けてみませんか。
今回は自宅でテレビを観ながらでも簡単にできる効果的なストレッチです。

《首・肩・腕・背中ストレッチ》

- ①両手を頭の上で組み、真上に伸び上がり、ゆっくり左右に倒す。
- ②胸をはり、背中側で左手で右手首を握つて左に引きながら、頭を左に倒す（左右。写真①）
- ③右ひじを曲げて頭の後ろにおき、背を丸めないようにそのひじを左手で引く（左右）

《おしり・太もも・腰のストレッチ》

- ④仰向けに寝て、片ひざを曲げ、両手で抱える（左右）
- ⑤仰向けに寝て右手は肩の横に伸ばし、右ひざを左側に倒し左手で押さえる（左右。写真②参照）
- ⑥背をまっすぐ伸ばして座り、ひざを曲げて両足の裏を合わせる。またのすじが伸びるように、手でひざの内側をゆっくり押し下げる



《首・肩・腕・背中ストレッチ》です



《おしり・太もも・腰のストレッチ》です

《胸・二の腕のストレッチ》

- ⑦両手を胸の前で合わせて、ひじを張つて押し合つ。
- ⑧手を胸の前でカギに組み、ひじを張つて左右に引き合つ

《腹筋・背筋のストレッチ》

- ⑨仰向けに寝てひざを立て、両手を頭の後ろに組み、上体を少し起こして止める
- ⑩仰向けに寝てひざを曲げ、お腹を引き締めながらおしりを上げて止める

運動の前後にとると効果的！

☆カプサイシン：唐辛子の辛味成分。ホルモン分泌を促進させるため、代謝が盛んになり体内に蓄えられた脂肪の分解を促進します
☆カフェイン：コーヒー・紅茶・緑茶などに含まれる苦味成分。脳や筋肉を刺激し興奮させるので、代謝機能を高めたり全身の疲労回復に効果があります。

福祉事業紹介

身体障害者手帳の種別に
肝臓機能障害が追加！

身体障害者手帳は、病気やケガなどで、一定の障害が固定・永続し、日常生活に著しい制限を受けている方に対して、申請により交付されるものです。この手帳は、身体障害者であることを証明するもので、障害福祉の各種サービスを利用する場合に必要になります。手帳はサービスを受けるためのパスポートともいえます。

現在、手帳の障害の種類は、視覚障害・肢体不自由・心臓機能障害など11種類あり、1級から7級までに区分されます。（数字が小さいほど重度）

平成22年4月から、新たに肝臓機能障害が身体障害に追加されることになり、2月から申請受付が始まります。手帳を申請するときは、医師の診



身体障害者手帳（見本）です。

問 志布志市役所（申請窓口）

- 本庁福祉事務所（福祉課 社会福祉係）
☎ 474-1111 内線 173
- 志布志支所 福祉課 福祉係
☎ 472-1111 内線 203
- 松山支所 市民課 福祉係
☎ 487-2111 内線 271

※申請書なども備えてあります。



「身障手帳は障害福祉の各種サービスを利用する場合に必要になります」

Q. 65 歳以上の方の保険料はどう決まるのですか？

A. 市町村の介護サービス費用がまかなえるよう算出された、「基準額」をもとに決まります。

基準額の算出方法



市町村で必要な
介護サービスの
総費用

×

65歳以上の方の
負担分
20%

÷

市町村に住む
65歳以上の方の
人数

=

保険料の
基準額

志布志市の平成 21 年度～ 23 年度の「基準額」は下記のとおりです。

基準額
4,544 円 (月額)
54,528 円 (年額)

★ 平成 21 年度から、介護従事者の処遇を改善するために、介護サービス費用が改定されました。改訂に伴う介護保険料の急激な上昇を抑えるために、国が一部を負担し、被保険者の負担を軽減します。

この「基準額」を中心に、所得に応じた負担になるように、6 段階の保険料に分かれます。

所得段階	対象となる方	保険料の調整率	保険料 (月額)	保険料 (年額)
第 1 段階	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金※1 受給者で、世帯全員が市町村民税非課税の方	基準額 × 0.5	2,272 円	27,264 円
第 2 段階	世帯全員が市町村民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額※2 の合計が 80 万円以下の方	基準額 × 0.5	2,272 円	27,264 円
第 3 段階	世帯全員が市町村民税非課税で第 2 段階に該当しない方	基準額 × 0.75	3,408 円	40,896 円
第 4 段階 (B)	世帯の誰かに市町村民税が課税されているが本人は市町村民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が 80 万円以下の方	基準額 × 0.9	4,090 円	49,075 円
第 4 段階 (A)	世帯の誰かに市町村民税が課税されているが本人は市町村民税非課税で、第 4 段階 (B) に該当しない方	基準額 × 1.0	4,544 円	54,528 円
第 5 段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が 200 万円未満の方	基準額 × 1.25	5,680 円	68,160 円
第 6 段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が 200 万円以上の方	基準額 × 1.5	6,816 円	81,792 円

※ 1 老齢福祉年金 明治 44 年 (1911 年) 4 月 1 日以前に生まれた方、または大正 5 年 (1916 年) 4 月 1 日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です
※ 2 合計所得金額 「所得」とは、実際の「収入」から「必要経費の相当額」を差し引いた額です

※次回も、介護保険にまつわる情報をお届けいたします。お楽しみに。

皆様の善意に 感謝いたします

香典返し寄附金

次の方々より香典返しのお
礼にかえて市社会福祉協議会
にご寄附を頂きました。

ここに謹んでお悔やみ申し
上げ故人のご冥福をお祈り申
し上げます。頂きましたご寄
附は、志布志市の地域福祉向
上のために有意義に活用させ
ていただきます。

(平成21年11月1日から
平成21年11月30日まで)

松山支所受付分

自治会名 寄附者名 物故者名
(敬称略)
畑村釘 村中敏子 故忠
川西 永井一男 故キミヨ
川端 田畑マリ子 故忠一

志布志本所受付分

昭和 小野容子 故清文
東夏井 小濱和一 故ユキ
鹿兒島市 原田里民 故理里子
坂之上 今別府勇 故テル子
上門 徳丸栄子 故博光
下宮内 岩切義博 故義子
若浜中央 河原周一 故婦美子
実黒三官 佐々木リツ子 故武文

有明支所受付分

久木迫 内山正一 故スミ

物品寄附

次の事業所・団体・個人の
方々より市社会福祉協議会に
ご寄附を頂きました。
地域福祉向上のために有意
義に活用させていただきます。
ありがとうございます。

(敬称略)

志布志地区

・松山町
中山光頼・中吉清一・永田富男
竹ホウキ 多数

東原西 竹之内洋之 故悠希
飯野 堀ノ内守 故セツ子
上普現堂 大堀広幸 故弘子
岩屋 川邊繁久 故シヅ



ゲートボールをしながら 共同募金へ募金

12月12日(土)、志布志市役所
前多目的広場で、第19回共同
募金チャリティゲートボール大
会が開催されました。

15チーム、84名の参加があ
り、真剣勝負のAリーグと、
交流を主としたBリーグに分
かれてプレーしました。Bリー
グでは、皆さん笑いも交えな
がプレーされていました。

この大会は、スポーツを通じ
て楽しみながら、共同募金へ
協力していただくことを目的
に、毎年12月に開催しており
ます。皆様方の温かい善意に
感謝申し上げます。

募金額 58,700円



皆様方の善意は、地域福祉の向上の
ために幅広く活用されます。(*v*)

心配ごとが ありましたら…

～金銭、年金、家族、住宅、
ご近所トラブルなど～

2月・3月の日程

相談内容等の秘密は厳守します。ぜひ、
お越し下さい。なお、相談料は頂けません。

2月						3月					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11
14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18
21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25
28							28	29	30	31	

※日程は変更になる場合があります。右記までお気軽にお問合せ下さい。

- ：志布志地区 472-1800
(健康ふれあいプラザ内)
- ：松山地区 487-2001
(老人福祉センター内)
- ：有明地区 474-0310
(市民センター内)

相談時間
10:00～15:00

広告募集中 (1 枠 実寸大)

サイズ 1 枠 56mm × 90mm 金額 1 万円
2 枠 56mm × 180mm 金額 1 万 5 千円

詳しくは下記までお気軽にお問合せ下さい。

■お問合せ先

志布志市社会福祉協議会本所 ☎ 472-1800
担当 地域福祉係 山下



寄贈車両2台の前で
テープカットが行われました！

「アヤ号志」出発式!!
故迫田アヤ様より志布志市へ寄
附を賜り、福祉に役立ててほしいと
いうご遺志により志布志市社会福
祉協議会へリフト車両2台が寄贈さ
れ、去る12月14日、市健康ふれあ
いプラザで出発式が行われました。