



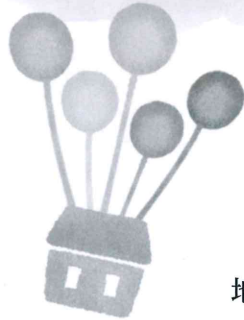
### Contents

ふれあいサロンについて	P 2～3
トピックス	P 4
日常生活自立支援事業について	P 5
令和3年度ボランティア活動保険について	P 6
相談日程 / 寄附御礼	P 7
介護サポーター募集	P 8
給食サービス配達 ボランティア募集	

写真 / 令和2年12月15日(火)に行われた古川中学校での  
災害ボランティア講話の様子



# 特集!



## こんな時こそ"地域の方" ふれあいサロンを始めてみませんか?

新型コロナウイルス感染症の影響で、多くの福祉団体やボランティアが活動の自粛を余儀なくされています。一方で、そんな状況だからこそ、何かできる事はないかと支え合いの活動を続けている方もいます。

### ふれあいサロンとは?

地域にお住まいの住民が気軽に集える場所をつくることを通じて、地域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」をするための活動です。

最近では、ご近所であいさつをする機会や玄関前での立ち話など、ご近所同士がコミュニケーションをとることが減ってきています。また、新型コロナウイルス感染拡大により、外出や人と会う機会が少なくなり、地域におけるさまざまな集まりや活動も、中止・延期または縮小となっています。

サロンはそんな地域の方たちが参加し、定期的集まることで顔なじみの輪を広げ、いきいきとした生活を送ることを目的としています。

### ふれあいサロンのメリット

1. 楽しさ 生きがい 社会参加
2. 仲間づくり 人と人との絆の広がり
3. 閉じこもり予防
4. メリハリのある生活 適度なこころの刺激
5. 日常生活の情報交流の場
6. サロン保険の加入により、安心して活動をして頂けます
7. 社会福祉協議会より活動費の助成があります



ご相談  
ください

- 「サロンを作りたいので説明してほしい」
- 「サロンで何をしようか困っている」
- 「サロンでボランティアをしたい」
- 「特技をいかしてサロンで〇〇を教えてみたい(話したい)」



「皆と集まりたいのは山々だけど、活動の中で感染者が出たらどうしよう…」 「活動を再開して良いのか、休止した方がいいのか…」など悩まれていませんか？。ここではそのような悩みを持っている方へ "新しいつながりの形" をご紹介します。

### ラジオ体操・お散歩

室内で活動するのは…と考えている方、外での活動に切り替えてみませんか。短時間で集まって健康的に体を動かしてみるのはいかがでしょうか？

### ミニサロン

密を防ぐため、小人数に分けての開催を検討してみてもいかがでしょうか！?  
※役割分担を皆で話し合いたしましょう。

### 室内で飲食をするのはちょっと…

これから春本番。お花見やハイキングなど屋外での活動や外で軽食を食べてみませんか。カフェ気分を味わえるかも…!?

### 電話・オンラインの活用

集まらずに繋がる方法として、電話やオンラインの活用も有効的です。「元気ですか？」この一言で安心される方も多いと思います。

### ドリルや塗り絵を作る!

自宅での時間が長くなると頭や体を使う機会が減ってしまいがちになります。簡単な計算や塗り絵、間違い探し等ドリルを作って認知症予防に努めるのも良いでしょう。

### 簡単レシピを配る

料理は介護予防にも繋がるので、おうち時間を有意義に過ごせるよう簡単レシピを皆で出し合うのも良いでしょう。

## 交換日記

子供の頃、友人と交換日記をしていませんか？。好きなものの話や恋愛の話など日記が回ってくるたびにワクワクしていませんか？。

集まらずに繋がる方法として、活動しているメンバー同士で交換日記を試してみてもどうでしょうか？。近況の報告や困りごとの相談、安否確認も兼ねて、皆で共有しながら、昔の気持ちを思い出してみても楽しいかもしれません。



# トピックス

## 飛騨市社協ではこんな活動を行っています

### 古川中学校 出前講座

12月15日に古川中学校で、社会福祉協議会の活動と災害ボランティアについてお話をしました。

話中では、飛騨市社会福祉協議会が地域の皆さんと一緒に地域福祉を考え、地域に最も必要な活動を実践していく団体で、ボランティア活動の推進など住民参加を推進していることを説明しました。また、災害発生時には災害ボランティアセンターを立ち上げ支援を受け入れる活動と大規模災害時の被災地の災害ボランティアセンター運営支援など多機能的な活動を紹介しました。

生徒の皆さんは熱心に聞いて下さり、「中学生にできることは?」「参加できる活動は?」など質問もたくさんいただきました。ボランティア活動は老若男女問わずできます。無理のない範囲で自分にできることを行うことが楽しく長く続ける秘訣です。

是非皆さんも活動をはじめましょう!

(写真:表紙)

### 古川地区地域福祉活動推進会議

2月18日(木)に古川町総合会館で古川地区地域福祉活動推進会議を開催し、社会福祉協議会の事業及び地域福祉活動等について説明をさせていただきました。

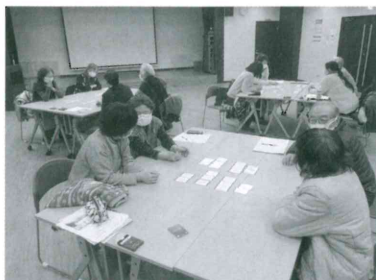
緊急事態宣言が発令されていたこともあり、出席していただく方の人数と時間を縮小しての開催となりましたが、福祉委員及び民生委員児童委員 60 名の方に出席していただき、福祉への関心の高さや理解の深さを感じました。

コロナ禍で、多くのことが予定どおりにできないことが多くありましたが、これからも感染防止対策を徹底する中で、一人ひとりが努力し、お互いが協力し合いながら、福祉のまちづくりを進めていけたらと考えています。



### 『終活リレー講座2021冬』を開講しました

昨年夏、古川町開催で好評を頂きました『終活リレー講座』を、神岡町ふれあいセンターにて開講しました。今回の受講者は80代の方が多く、開講した全ての講座を積極的に受講される方が目立ちました。今後も飛騨市終活支援センターでは、定期的に終活に役立つ講座を提供していきたいと思っています。



#### ～講座内容～

- ① 終 活：終活の必要性和エンディングノートの活用について
- ② 遺 言：相続が争続とならないように公正証書遺言の必要性について
- ③ 登 記：登記しないことで起こる問題点と相続登記の方法について
- ④ 不動産：これからの山(森林)の価値と可能性を考える
- ⑤ 人生会議：「もしバナゲーム」で考える後悔しない生き方





# 福祉サービスの利用や金銭管理に不安になったら 日常生活自立支援事業

判断能力が不十分な方や、金銭管理に不安のある高齢者や障がい者等を対象に福祉サービス等の利用手続きや日常的な金銭管理などを飛騨市社会福祉会がお手伝いします。



## こんな不安はありませんか？

福祉サービスってどうしたら使えるの？手続きが複雑でひとりでできるか心配。

### 福祉サービス利用援助

- ◎利用に関する相談や情報の提供
- ◎利用申込みに必要な手続き
- ◎利用料を支払う手続き
- ◎苦情解決制度を利用する手続き



公共料金や買った物などの支払を忘れてしまう…年金を受け取るための手続きを手伝ってほしい…

### 日常的金銭管理サービス

- ◎年金や福祉手当等の受領に必要な手続き
- ◎医療費を支払う手続き
- ◎税、公共料金等を支払う手続き
- ◎生活用品等の代金を支払う手続き



通帳や印鑑をどこに置いたか忘れてしまう。安心して預けたい。

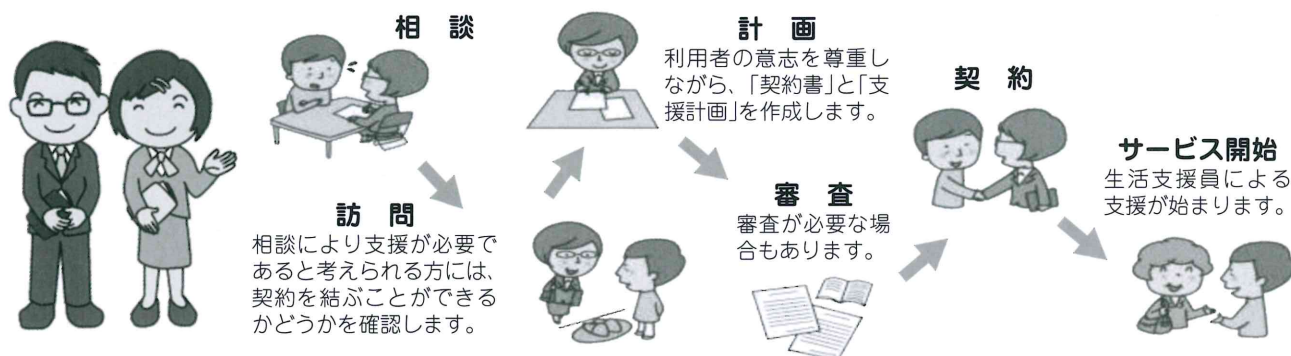
### 書類等預かりサービス

お預かりできる書類等

- ◎年金証書
- ◎定期預金証書
- ◎権利証、実印、銀行印等



## ご利用の流れ



お気軽にご相談ください



# ボランティア活動保険

ボランティア活動をしていても事故やケガなどが起こる時もあります。そのようなとき、事前にボランティア保険に加入していれば、ボランティア中にケガで入院・通院した時のお金や、事故でお金を払わなければいけなくなったときに対応できます。安心して活動するためにもボランティア保険に加入しましょう。

## 令和3年度分の受付を開始します

### 日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を保証します

#### ■対象となるボランティア活動

- ①グループの会則に則り企画、立案された活動であること。  
(グループが社会福祉協議会に登録されていることが必要です。)
- ②社会福祉協議会に届け出た活動であること。
- ③社会福祉協議会に委嘱された活動であること。

補償期間 令和3年4月1日～令和4年3月31日

※中途加入の場合は、加入手続き完了日の翌日から令和4年3月31日までとなります。

#### 補償金額・保険料

保険金の種類		基本プラン	天災・地震補償プラン	
ケガの補償	死亡保険金	1,040万円		
	後遺傷害保険金	1,040万円(限度額)		
	入院保険金日額	6,500円		
	手術	入院中の手術	65,000円	
		外来の手術	32,500円	
	通院保険金日額	4,000円		
賠償責任の補償	賠償責任保険	5億円(限度額)		
年間保険料		350円	500円	

- ◎団体契約者 社会福祉法人 全国社会福祉協議会
- ◎取扱代理店 株式会社 福祉保険サービス
- ◎引受幹事保険会社 損害保険ジャパン株式会社

※詳細につきましては飛騨市社会福祉協議会までお問い合わせください。  
パンフレットもございます。



## 各種相談事業等の予定



～秘密は必ず守ります～

相談は無料!

### 弁護士による 無料法律相談

13:30～16:30

法律問題でお悩みの方を対象に、弁護士による無料法律相談を行っています。

1日6名の方まで相談を受け付けております。※事前に電話予約が必要となります。

3月下旬頃に本会のホームページをご覧ください。

### であい・サポートセンター

「結婚相談」

「結婚したいけど、出会いがない。今年こそは…」とお考えの方は是非ご相談下さい。専任のコーディネーターが、随時、相談等をお受けしています。

(直通携帯電話 080-2666-4053)

### 公証人による無料相談

13:00～17:00

遺言・相続・後見・離婚・賃貸借・債務弁償等に関する相談を公証人が無料でお受けします。前日までに高山公証役場へご予約ください。(電話 0577-32-4148)

3月下旬頃に本会のホームページをご覧ください。

## ご遺族になられた方 生前整理をしたい方

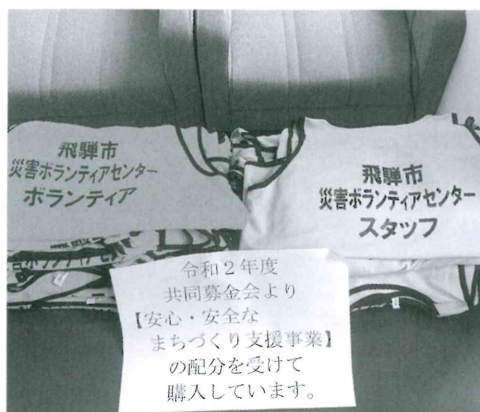
# 終活相談してみませんか

終活に関する様々なご相談をお受けします。

専門家・専門業者への引継ぎが必要な場合は責任をもっておつなぎします。

- 開所日…月曜～金曜 8:30～17:15(祝祭日・年末年始除く)
- 相談料…無料(但し専門家、専門業者等に係る費用は別途)
- まずはお電話でご予約ください。

飛騨市終活支援センター  
☎0577-73-3214



赤い羽根共同募金「安心・安全なまちづくり」支援事業で、災害ボランティアセンターのピプスを購入しました。災害時のボランティア活動を円滑にかつ迅速に進めるために活用させていただきます。ありがとうございます。

### 報告

飛騨市社会福祉協議会にご寄附いただきありがとうございます。頂戴した尊い浄財等は、地域福祉の為に有効に活用させていただきます。(令和3年2月4日～3月5日受付分)

丁U岐阜飛騨支部飛騨地区支部長  
白川 隆 様(高山市)  
9,861円



寄附御礼



# 介護サポーター (ボランティア)

# 新規登録者 大募集!!

～ボランティアを初めてみませんか?～



介護サポーター研修会の様子

介護サポーター制度とは、介護施設などでサポーター活動時間(ボランティア)をポイント化し、貯まったポイントに応じて商品券と交換できる制度です。

主な活動内容は、利用者の方の話し相手、レクリエーションの指導や補助、施設行事のお手伝い、施設内の掃除などを、スタッフの皆さんと一緒にを行う活動です。ぜひ、介護サポーターに登録して、サポーター活動(ボランティア)をしてみませんか?

## ◎対象者

飛騨市にお住いの65歳以上の方

## ◎手続きに必要なもの

介護保険証・印鑑

\*飛騨市社会福祉協議会窓口で申込み申請書をご記入ください。



## 介護サポーター制度の目的

サポーター自身の社会参加活動を通じて介護予防を図り、もっと生き生きとした地域社会づくりを目的としています。

## ランチボックス会員募集中!!

ランチボックスでは、古川町総合会館で調理ボランティアの方が作ったお弁当を給食サービスの利用者宅へ配達しています。特別な資格は必要ありません。私達と一緒にボランティア活動をしてみませんか。

### <活動内容>

ご利用者宅にお弁当を届けていただきます。

### <活動地区>

古川町内給食サービス利用者宅

### <活動日>

年10回程度

## 神岡地区給食サービス配達ボランティア募集中!!

神岡地区給食サービスでは、高齢者等のお宅へ安否確認を兼ねて毎週金曜日にお昼のお弁当を配達しています。

地域の高齢者のお宅へお弁当を配達して下さる方を募集しています。

◇1回1時間程度、5～6件程度までの件数でお弁当を配達していただきます。

◇毎週でなくても結構です。(ローテーションを組んで、月に1～2回の配達でも可能です。)

関連事業についてのお問い合わせは

# 飛騨市社会福祉協議会

## TEL0577-73-3214

飛騨市社協 検索

〒509-4221 飛騨市古川町若宮二丁目1番66号

■URL <http://www.hidasi-syakyo.net/> E-mail : [info@hidasi-syakyo.net](mailto:info@hidasi-syakyo.net)

\*この機関紙は、赤い羽根共同募金の配分により発行しています。



ひだ守ちゃん