



## みんなで気軽に 運動をつづけよう!

「すずのこハウス」にみんな集合!(中和)

### 運動クラブ「つどって体操しようin中和」が はじまりました!

#### 運動クラブ「つどって体操しようin中和」とは?

前期高齢者(65歳以上75歳未満)のまだ介護サービスの利用には至っていない現役世代を対象とした取り組みで、①運動や健康に対する意識を高め、将来の介護予防につなげる。②運動の習慣を作る。この2つを目的に活動しています。

令和6年12月からお試しではじまり、今年の3月4日から本格的に活動がスタートしました。

#### 運動クラブができたきっかけは?

介護予防を目的とした運動教室などは市内各地で以前から開催されていますが、多くが後期高齢者(75歳以上)を対象としたものでした。

地域ケア会議で、「前期高齢者への早い時期からの介護予防の必要性」が検討に上がり、真庭市社協の三船地域支援コーディネーターが地域への声かけや立ち上げ支援を行い、運動クラブができました。

#### どんな活動をしているの?

中和の老人福祉施設すずのこハウスにみんなで集まり、あぐりガーデン職員による筋力トレーニ

ング、栄養士による高齢期の食生活に関する講話、作業療法士による運動の効果についての講話などがあります。

参加者は毎回10人くらいで、参加は自由です。申し込みなどの必要もなく、誰でも気軽に参加することができます。

#### 参加者の声

- ・ひとりでは長続きしないけど、みんなでやると続けられそう。
- ・結構運動量があるので、結果が楽しみ。
- ・パッと集まって体操して、パッと解散。気軽に活動ができていいです。

### つどって体操しようin中和



**場所** すずのこハウス(岡山県真庭市蒜山下和1801)

**時間** 毎週火曜日 10時~11時

**対象** 中和地域在住で65歳以上75歳未満の方が対象ですが、どなたでも参加いただけます。

※申し込みは不要です。運動しやすい服装でお越しください。

### 令和7年度事業計画・予算



#### ともに支えあう地域づくり

- ・ 地区社協活動の活性化
- ・ ふれあいいきいきサロン等、集いの場づくりと活動の継続支援
- ・ 福祉委員、地区社協の見守りネットワークづくりの強化・充実
- ・ 「ひきこもり」をテーマにした座談会の開催

#### 福祉のこころを育む取り組み

- ・ 小・中・高等学校、地域での福祉講座の開催
- ・ 災害ボランティア養成講座の開催
- ・ 夏のボランティア体験事業
- ・ ボランティアステーションだよりの発行
- ・ 真庭市社会福祉大会の開催
- ・ 社協だよりの発行、SNSを活用した情報発信

#### 当事者を支援する活動

- ・ 声の広報(声のお便り)発行
- ・ 障がいを持った方や家族が気軽に相談できる場づくり(イエローリボンカフェ)
- ・ 福祉団体の活動支援(シニアクラブ連合会、手をつなぐ親の会、遺族会連合会)
- ・ 子育て支援団体情報交換会の開催

#### 地域の暮らしを支える活動

- ・ 介護事業(訪問介護・入浴介護、通所介護、居宅介護支援、施設介護等)
- ・ 高齢者等給食サービス、福祉移送サービス
- ・ 福祉機器・車両の貸出
- ・ たべものステーション
- ・ 生活相談寄り添い支援事業「おいでえ」
- ・ 生活困窮者自立相談支援事業

#### 権利をまもる安心お手伝い

- ・ 日常生活自立支援事業
- ・ 法人後見事業



## 令和7年度 予算総額

## 626,077千円

49.18%	<b>介護事業</b>	<b>307,915千円</b>
	訪問介護事業	100,667千円
	訪問入浴介護事業	20,098千円
	通所介護事業	24,131千円
	短期入所生活介護事業	27,774千円
	特別養護老人ホーム事業	88,142千円
	居宅介護支援事業	34,647千円
障害者自立支援事業	12,456千円	
24.72%	<b>地域福祉事業</b>	<b>154,793千円</b>
	地域福祉事業	26,206千円
	ボランティアセンター事業	3,869千円
	共同募金事業	8,331千円
	善意銀行事業	15,261千円
	生活福祉資金貸付事業	642千円
	コロナ特例貸付相談支援体制強化推進事業	5,400千円
	日常生活自立支援事業	13,443千円
	法人後見事業	6,180千円
	生活支援体制整備事業	23,893千円
	生活困窮者自立支援事業	13,231千円
	お助け訪問事業	545千円
	元気はつらつデイサービス事業	14,434千円
配食サービス事業	16,308千円	
心配ごと相談事業	950千円	
移送サービス事業	6,100千円	
18.40%	<b>法人運営事業</b>	<b>115,186千円</b>
	法人運営事業	111,723千円
福祉活動基金事業	3,463千円	
7.70%	<b>施設管理事業</b>	<b>48,183千円</b>
湯原保健福祉センター、中和デイサービスセンター、八束老人福祉センター指定管理施設運営費		



#### 赤い羽根共同募金運動

毎年10月1日～翌年3月31日まで全国一斉に行われます。募金は子どもから高齢者や障がい者などを支援するさまざまな福祉活動や災害支援に役立てられます。(写真は、久世でのイベント募金の様子)

真庭市では、サロンの助成や夏のボランティア体験、福祉車両の整備、おいでえなどに活用されているよ!



\*区分間繰入・繰出金91,146千円を含む  
\*事業計画・予算の詳細はHPに掲載しています。

皆さまの善意が福祉活動に活かされています

# 善意銀行だより

〔敬称略・受付順〕

※真庭市社協への個人からの寄付は税額控除対象となります。

寄付金 三月三十一日

合計 九十五万三千三百五十五

## 〔本所〕

福島 真人(目 木 玉串返し)  
 小田 恭一(久 世 香典返し)  
 亡義父 鈴木良一  
 半田 伝(久 世 香典返し)  
 半田 伝(久 世 香典返し)  
 真庭の軽トラ朝市運営協議会

(篤志寄付)

## 〔落合支所〕

藤田千恵子(上河内 香典返し)  
 北山 徳夫(木 山 忌明け)  
 杉 訓和(栗 原 香典返し)  
 河田 真一(中河内 香典返し)  
 三村 和由(平 松 香典返し)  
 菱川 和芳(一 色 香典返し)  
 織田 勝弘(上市瀬 香典返し)  
 織田 勝弘(上市瀬 忌明け)  
 築澤 玉江(中 香典返し)  
 金田 敏宏(中河内 香典返し)  
 金田 敏宏(中河内 忌明け)

## 〔勝山支所〕

三木 康史(三 田 香典返し)  
 重藤奈津美(神 代 香典返し)  
 青木 宏郷(横 部 香典返し)  
 青木 宏郷(横 部 忌明け)  
 谷口 弘柴(原 香典返し)  
 秋田 悠勝(山 香典返し)  
 秋田 悠勝(山 忌明け)  
 浅田 正志(津山市 香典返し)

## 〔美甘支所〕

横山多賀子(美 甘 香典返し)

## 〔湯原支所〕

植木 静子(仲 間 香典返し)  
 植木 静子(仲 間 忌明け)

〔北房支所〕  
 平田 克之(目 木 香典返し)  
 (篤志寄付)  
 長田 知枝(阿 口 忌明け)  
 佐々木 彰(山 田 香典返し)  
 近藤 茂(下些部 香典返し)  
 遠藤 幸司(下中津井 香典返し)  
 黒岩 茂樹(下些部 香典返し)  
 久松 茂雄(宮 地 見舞返し)  
 鉾 博之(上中津井 香典返し)

原田 始(下湯原 忌明け)  
 佐藤 豪之(黒 杭 香典返し)  
 石原 義弘(下湯原 香典返し)  
 中村 幸浩(仲 間 香典返し)  
 〔中和支所〕  
 谷 広次(広島市 香典返し)

## 〔八束支所〕

二若 政博(森山下 香典返し)  
 池田 浩利(森山中 香典返し)  
 美甘 照夫(森山上 香典返し)

## 〔川上支所〕

山乘 立夫(森山下 香典返し)  
 樋口 明彦(森山茅部 香典返し)  
 植木 将和(森山茅部 香典返し)

## 災害義援金寄付者

〔敬称略〕(3月31日)

◇大船渡市赤崎町林野火災による災害義援金  
 池田 宗弘

## 心配ごと相談所(5月の予定)

※相談無料、予約不要です。

北房(真庭市役所北房振興局)	22日(木)	9時~12時
落合(落合老人福祉センター)	8日(木)	
久世(真庭市役所本庁舎)	28日(水)	
勝山(勝山保健福祉センター)	2日(金)	
湯原(湯原保健福祉センター)	15日(木)	
川上(川上老人福祉センター)	9日(金)	

電話(0867)42-1005 FAX(0867)42-2263  
 ※秘密は固く守られます。どちらの相談所でも相談可能です。

## 人事異動のお知らせ

よろしくお願ひします

\* ( ) は旧所属



### 〔本所〕

総務企画課 村松 章子(北房支所)  
 主任 吉田 空 ※新採用  
 地域福祉課 池奥 和子(落合支所)

### 〔北房支所〕

主幹 池奥 和子(落合支所)

### 〔落合支所〕

介護事業課長 藤本 隆司 ※昇格  
 主幹 山野 志乃(八束支所)  
 主事 杉村佳予子 ※新採用

### 〔湯原支所〕

支所長 特養やすらぎ施設長 延本 貞明 ※兼務  
 北事業所長 三船 真紀(川上支所) ※新採用  
 主事 加藤 英雄 ※新採用  
 主事 入澤恵里香 ※新採用  
 主事 西本 一央 ※新採用  
 主事 乾 蒼世(本所 地域福祉課)

### 〔八束支所〕

主事 藤井 勇汰(湯原支所)  
 主事 浅野 花奈 ※新採用

### 〔中和・八束・川上〕

支所長 松尾賢一郎 ※嘱託

### 〔退職〕

主事 國米 佳江(本所)  
 主査 中山 貴博(特養やすらぎ)  
 支所長 池田 浩二(中和・八束・川上支所)

**久世 あさひサロン**  
「ポッチャ」で交流！  
**マルコポーロ放課後真庭**



この日は6人ずつで対戦!

4月3日(木)真庭市交流定住センター2階で、毎週活動している「あさひサロン(運動型)」と「マルコポーロ放課後真庭」のポッチャでの交流がありました。

この交流は、マルコポーロ放課後真庭の職員の方から「子どもたちの成長のために地域と交流がしたい。何かできることがないだろうか」と真庭市社協に相談があったことがきっかけでした。その後、久世地域の<sup>※</sup>福祉活動専門員がサロンに相談、日程調整などをして、4月に交流が始まりました。

<sup>※</sup>マルコポーロ放課後真庭・久世にある放課後等デイサービス。6〜18歳の就学児を対象に、支援を必要とする障がいのある子どもに対して、子どもの状況に合わせた適切な発達支援を行っています。

**「あさひサロン」代表 山田 佳代子さん**

サロンの内容がマンネリ化しないようにと考えていたところ、交流の提案をいただきました。

最初、子どもたちは緊張気味で戸惑っている様子でした。けれど、すぐに慣れて、最後にはボールを握って離さなくなったり、先生も参加する程の熱狂ぶりでした。子どもたちの楽しそうな笑顔が見えて大変良かったです。今度は夏休みにしようねと約束しました。今後も交流を続けていきたいです。

**「マルコポーロ放課後真庭」**

ポッチャでの交流の機会をいただきありがとうございます。

あさひサロンの皆さまも子どもたちも真剣勝負となり、その中でチーム関係なく応援しあったり、一緒に喜んだりすることができ、楽しく特別な時間になりました。

勝負はマルコポーロチームの敗退となりましたが、次回リベンジの約束をさせていただきました。次の交流を楽しみにしています！

<sup>※</sup>福祉活動専門員：社協に配置されている「福祉のまчиづくり」をすすめる専門職員。地域の困りごとの解決や福祉活動をすすめるため、様々な専門職・地域住民と連携して活動します。真庭市では、9人の福祉活動専門員がおおよそ旧町村単位に配置されています。

**令和7年度 新任職員紹介**



よろしく  
お願いします

- 上段左** かとう ひでお にしもと いちお あさの はな  
加藤 英雄、西本 一央、浅野 花奈、  
まつお けんいちろう  
松尾 賢一郎
- 下段左** よしだ そら すぎむら かよこ  
吉田 空、杉村 佳予子、  
みふね まき  
(社協 三船会長)、三船 真紀、  
いりざわ えりか  
入澤 恵里香

**「イエローリボンカフェ」**  
～特性のあるお子さんの子育てに不安がある方へ～

イエローリボンカフェは、障がいや特性のあるお子さんの保護者同士で、お茶を飲みながら交流・相談できる場です。

障がいのある子どもを育てた経験がある先輩お母さん達と一緒にゆっくりお話してみませんか？

開催日	時間	場所
5月30日(金)	19時～21時	落合総合センター
8月7日(木)	10時～12時	八東コミュニティセンター
12月11日(木)	10時～12時	北房文化センター
R8年 2月19日(木)	10時～12時	勝山文化センター

- 参加費** 大人のみ100円
- 参加定員** 20名(子どもも含む)
- 申込方法** 開催1週間前までに託児の有無を含め、社協本所(電話 0867-42-1005)へご連絡ください。

**LINEの友達登録で最新情報をお知らせ!**



**広報担当の つばやき**

4月に大阪・関西万博がはじまりましたね。公式キャラクターの「ミャクミャク」さんは外に出て、太陽の光を浴びるのが元気の源だそうです。わたしも太陽光を味方につけて体力を充電したいです。(井上)



真庭市社協HP