

# おおふなと 社協だより

 ふれあいネットワーク



2019年 12月号

【特集】生活困窮者自立支援制度  
これまでの生活から一歩前へ…… 2～3

宮城県丸森町ボランティアバス運行…… 4

子ども食堂実行委員会…… 4

地域見守り・支え合い等支援拠点整備事業… 5

特別支援教育サポーター養成講座…… 5

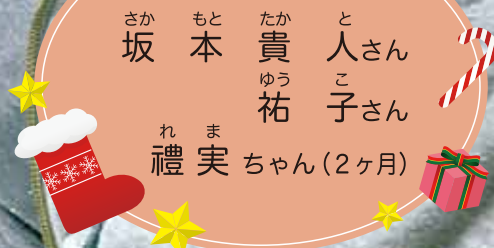
お知らせ…… 6～7

輝き人…… …… 8



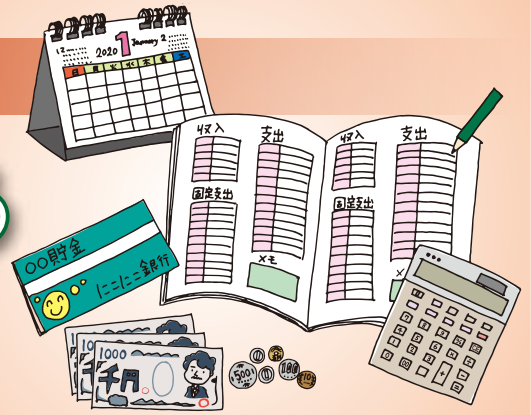
## 今月の表紙

さかもと たか と  
坂本 貴 人さん  
          ゆう こ  
          祐 子さん  
れま  
禮実 ちゃん(2ヶ月)



# 生活困窮者自立支援制度

## これまでの生活から 一步前へ



### 年間100件以上の相談

自立相談支援窓口「ここからセンター」（以下、センター）には年間100件以上の相談が寄せられます。

相談の内容は多岐（表1）にわたっていますが、経済的に困窮している、心身のバランスを崩しているため働くことができないなど、誰にも相談できずに悩みを抱えている人からの相談が多いことが特徴です。その背景には核家族化が進み、経済面だけでなく子どもの養育など親族で支えあっていた支援体制が望めなくなってきたという現状があります。

このような状況は今後も続くと思われる、相談機関としての役割を果たしていくことが求められていると感じています。

### 家計の見直しから

自分の収入に見合った生活をすることは当たり前なのですが、転職や失業により収入額が大きく変動した時、生活スタイルを収入に合わせることは容易ではありません。その理由の多くは家計簿の利用など、視覚的に状況を把握していないことがあげられます。

感覚的に支出を抑えているつもりでも、値引き品を多く買いつぎいで

たり、使途不明金が発生します。社会福祉協議会では今年度から新たに家計改善支援事業を受託し、相談に応じています。家計改善支援とは家計の状況を明らかにし、家計の視点から相談者とともに困窮の出口を探すものです。家計の「見える化」を図り、月ごとの収支の状況を理解してもらうことで、本人が現状を把握し、生活を見直します。見えてきた生活状況から必要に応じて様々な支援を行います。

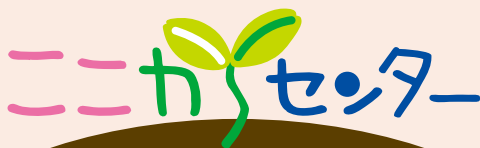
### 家計改善支援の5つの柱

- ① 家計の現状を理解してもらう。
- ② 行政窓口に行き、給付制度の利用や税金等の滞納を解消する。
- ③ 法律家相談に同行し、借金や家賃滞納などの債務整理をする。
- ④ 生活の健全化を図るため必要な貸付をあっせんする。
- ⑤ 相談者自身が家計を自ら管理できるようにする。

※参考文献  
グリーンコープ生活協同組合連合会  
「相談者とともにすすめる家計改善支援」

相談先・お問い合わせ

自立相談支援窓口



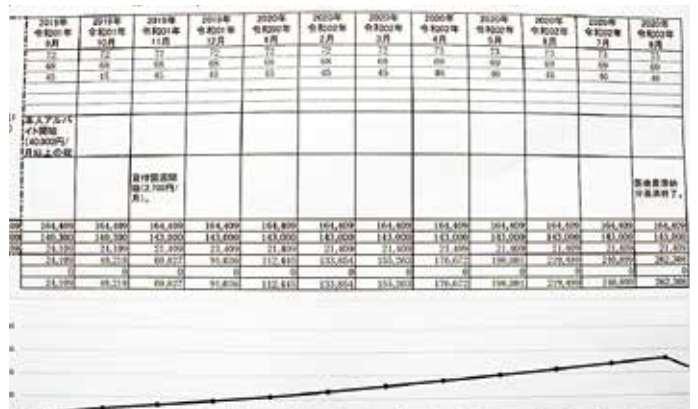
☎0192-27-0001

(大船渡市Y・Sセンター内)

時間外 080-9257-7244

080-9257-7245

メール cocokara@chorus.ocn.ne.jp



キャッシュフロー表で収支計画を可視化



## 家計相談支援員を配置

「家計相談支援員」は、相談者の話に寄り添い、生活再生のための家計改善支援に必要なツールとして、相談時家計表・家計計画表・ライフイベント表・キャッシュフロー表を使用して相談者の支出を見直します。

これらの表を使用することで数年先の将来を見通すことが出来るようになり、月々どのくらいの費用が必要で、家計の過不足はどの時期に発生するのかを予め相談者と確認することができます。

また、相談支援員との見直しは、一人では気づかなかつた節約ポイントや不安な気持ちを打ち明けられる場にもなります。

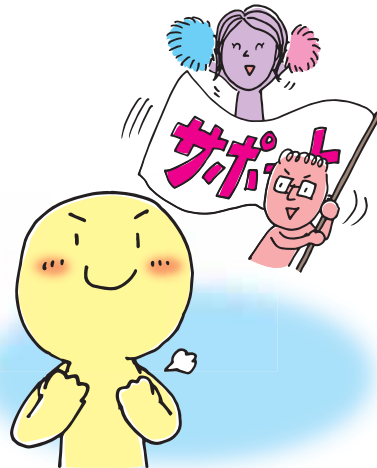
## 再スタートを応援

相談支援員と作成した新たな計画で再出発しても病気などにより



【表1】相談内訳

収入・生活費	49
その他	39
病気・障がい	21
仕事	20
住まい	16
家賃・ローン	12
食料	11
家族・人間	9
債務	9
税金	8
子育て	3
介護	4
引きこもり	2
DV・虐待	4



仕事を休む、家族が働けないため収入が増加しない、子どもの進学に合わせてお金が必要になるなど、順風満帆に進まないこともあります。

センターでは自立相談支援事業、就労準備支援事業により、家計だけでなく、相談者の家庭環境、家族背景にも注目し、資金の貸付や食糧支援などを行いながら、世帯として抱える課題をトータルサポートしています。

## 私も応援しています



中村和司さん

縁がありまして、平成28年より就労準備支援事業のお手伝いをさせていただいております。私の役割はスポーツウェルネス吹矢をとおして、集中力やコミュニケーション能力を向上させることです。利用者の方々は勇気を出して一歩踏み出し、教室に参加していますので、こちらとしてもリラックス出来るような雰囲気づくりを心がけ、継続して参加できるように試行錯誤しています。

この事業は最終的に一般就労することを目標としていますが、本人それぞれのペースを作ることが何よりも大切だと思っています。そのためには、たくさんの方に接しながら学ぶ機会が重要であり、企業や、地域のみなさんの協力が不可欠だと感じています。微力ながら今後も応援したいと思います。



新沼時雄さん

これまで、お米の生産者として全力で農業に取り組んできました。今年はいじめて、生活に困窮し食べるものを確保できない方々に対し、社会福祉協議会が食糧支援をしながら相談にあっていることを知り、何か協力できないかと生産者有志で「フードバンク支援隊」を結成しました。

自分たちの作った米がみなさんに喜んで食べてもらえるのであればとても嬉しいこと。今後も協力していきたいし、今回の取り組みをきっかけに、このような取り組みが広がってくれたらと思っています。

## 大船渡の力を被災地に 宮城県丸森町ボランティアバス運行



10月に発災した台風第19号災害における県内のボランティア活動は収束しました。しかし、被害規模が大きく、未だ多くのボランティアを必要とする地域があることを受け、社会福祉協議会では、12月1日(日)に宮城県丸森町へ「ボランティアバス」を運行。

今回参加したボランティアは20人。そのうち、13人は高校生で若い力を中心とした一行となりました。また、「当日参加できないが力



参加者全員で町の復興のため、依頼者のために力を尽くしました

になりたい」と盛町在住の佐々木仁也さんから参加するボランティアへ飲み物等の差入申出もあり、地域からの応援も受け、支援に向かいました。

現地では、個人宅の木の伐採撤去、被災木材の撤去、泥出し、被災物の撤去と4件の活動を実施。約4時間、集中的に活動し、3件は終了、1件は終了目途をつけることができました。

参加者の千田彩水さん(大船渡高校1年)は、「片付いたときの依頼者の笑顔が印象的でした。東日本大震災の際にボランティアの人たちに助けてもらって、その恩返しが少ないでもできて良かったです」とのこと。また、佐藤海さん(大船渡高校2年)は、「初めて参加して重労働だったけれど、やってみて分かることもありました。活動後、ありがとうと言われてやって良かったです」と話してくれました。今後、社会福祉協議会として、可能な限り被災地支援に取り組んでいきます。

## 大船渡での開設に向けて 子ども食堂実行委員会



社会福祉協議会が実行委員として参画している「子ども食堂実行委員会」(山下タエ子実行委員長)が、11月15日(金)に開催されました。子ども食堂は、男女共同参画「うみねこの会」(山下タエ子会長)が事務局となり参加を呼びかけ、活動に賛同した市民や団体が集まり、12月22日(日)のプレオープンに向け準備を進めています。



スケジュールや役割分担を実行委員のみなさんで協議しました

りを見せている活動で、県内でも地域によって様々な形で取り組まれています。

この日は、当日の内容や食事メニューの検討、スタッフの役割分担などについて協議し、食材は委員が持ち寄るほか、地域や企業に呼びかけを行って集めること、食事の他にも楽しく遊ぶスペースを設けることなどが決められました。山下実行委員長は「実行委員会設立の説明会の記事が地元紙に掲載されたところ、いろんな方面から反響があり、今日新たなメンバーも加わり非常に心強い。今回プレオープンした感触を見ながら、大船渡版の子ども食堂の形を見つけていきたい」と話してくれました。

**開催日時** 12月22日(日)  
午前10時～午後1時  
**対象** 働く婦人の家  
未就学児から18歳までの子どもと保護者  
**参加費** 子どもは無料、大人は1人300円



## 集会所を利用して「コミュニティづくりをサポート 地域見守り・支えあい等 支援拠点整備事業」



東日本大震災から8年と半年が経過して、災害公営住宅の整備、仮設住宅からの転居も完了し、着実に復興の歩みが進められています。市内に25箇所設置された災害公営住宅では、入居者が安心して生活できるよう様々な取り組みが行われています。

社会福祉協議会では、盛町のみどり町アパートの集会所を活用して「大船渡地域見守り・支えあい等支援拠点整備事業」を



住民が気軽に集まれる催しでつながりをサポート

実施しています。生活支援相談員が火曜日から木曜日まで集会所に常駐してサロンや講座を開き、住民の交流活動を応援。毎日多くの方が足を運んでいます。佐藤トシさん(82)は「集会所が開いていると思うと出かけるきっかけになる。一人でいるよりずっといい。ポッチャをやりながら、みんなで冗談を言う時間が、とても楽しみです」と話してくれました。

自治会長の飯島真由美さんは、「生活支援相談員の方が常駐してくれるので、集会所を日中開放することが出来て助かっている。9月からスタートして少しずつ口コミで広がりを見せており、参加者も楽しみにしているようだ。自治会が出来て3年。初めて顔を見せた住民もいて、新しいつながりが生まれている。この先も住民自身が自立心を育み、支えあえるよう社協と協力していきたい」と今後の意気込みを話してくれました。

理解を深めよう

## 特別支援教育サポーター養成講座



特別支援教育サポーター養成講座は、障がいのある幼児・児童生徒に対する理解を深め、学校と地域が一体となった支援体制の整備を図ることを目的に、毎年県内各特別支援学校から3校が推進校として指定され開催されています。

今年度は、岩手県立気仙光陵支援学校が指定され、高校生以上を対象に募集し、7月～11月の間に2時間程の講座が8回開



住民が気軽に集まれる催しでつながりをサポート

催されました。11月14日(木)は本講座の最終日で、15人が参加。社会福祉協議会職員が講師を務め、ボランティアについて理解を深めました。

市内のボランティアの活動状況や、ボランティアの4原則、活動のポイントについて紹介し、参加者はボランティアの特性を理解しようとする真剣な表情で講義を聞いていました。

気仙光陵支援学校の小山より子先生は、「今回は保護者の方々が多く参加してくれたが、次回は広く知ってもらうためにも一般の方々に参加してもらい、多くの人に理解を深めてもらえれば嬉しい」と話してくれました。

社会福祉協議会では、地域住民に福祉への理解を深めていただくことを目的とし、職員による知識や技術を活かした出前福祉講座を行っています。(27-0001)へお問い合わせ下さい。

\* 岩手県福祉人材センター情報

## 介護のしごと相談

キャリア支援員が福祉の職場に就職したい人などの相談に応じます。相談を希望する人は、下記の問い合わせまでご連絡下さい。

### 介護のしごと相談日程（1月）

開催日	場所	時間
6日(月)	大船渡市Y・Sセンター	午前9時～午後4時
9日(木)	ハローワーク大船渡	午前10時～正午
14日(火)	おおふなぼーと	午前10時～午後3時
16日(木)	ハローワーク大船渡	午前10時～正午
20日(月)	大船渡市Y・Sセンター	午前9時～午後4時
23日(木)	ハローワーク大船渡	午前10時～正午
27日(月)	大船渡市Y・Sセンター	午前9時～午後4時

### 申込・問い合わせ先

岩手県福祉人材センター 坂本さん  
電話 080-8201-0200



\* 就労準備支援事業情報

## フリースペース

就労準備支援事業では、仕事をしておらず、「働く」ことに不安や悩みを抱えている人を対象に、体力づくりの機会を設けています。参加を希望する人は事務局までお申込ください。

**日時** 毎週木曜日  
午後1時30分～午後3時30分

**場所** 大船渡市Y・Sセンター

**内容** 卓球、スポーツ吹矢ほか

**持ち物** 上靴（動きやすい服装で参加してください）

\* 大船渡市Y・Sセンター情報

## 第3期(令和2年1月～3月) 水泳教室

下記の日程で各種水泳教室を開講します。事前申込みが必要です。

### 水泳教室日程（1～3月）

教室名	曜日・時間	定員	内容
スイスイ水泳教室	1月14日～3月17日 毎週火曜日(全9回) 午前10時～午前11時	30人	水泳指導
ラクラク水泳教室	1月15日～3月18日 毎週水曜日(全10回) 午前10時～午前10時45分	40人	水中運動
リラックス水泳教室	1月15日～3月18日 毎週水曜日(全10回) 午後6時30分～午後7時30分	30人	水泳指導
チャレンジ水泳教室	1月16日～3月19日 毎週木曜日(全10回) 午前9時30分～午前10時30分	40人	水泳指導
初心者向け水泳教室	1月16日～3月19日 毎週木曜日(全10回) 午前10時30分～午前11時30分	20人	水泳指導
イキイキ教室	1月17日～3月13日 毎週金曜日(全9回) 午前10時～午前10時45分	40人	水中運動
児童水泳教室 (小学生対象)	1月18日～3月21日 毎週土曜日(全10回) ※初めての人は①の時間となります。 ②午前10時30分～午前11時30分	①40人 ②25人	水泳指導

「募集」「イベント」「お知らせ」など暮らしに役立つ情報をお届けします。



申込・大船渡市社会福祉協議会  
問い合わせ先 電話 0192(27)0001(代表)

\* 子育て支援事業情報

## つどいの広場内イベント

下記の日程でイベントを開催します。お気軽にお越しください。

### つどいの広場イベント日程（1月）

開催日	内容	時間
9日(木)	はじめてさんの日	午前10時～午後4時
	計測の日 (成長記録カード作り)	午前10時～正午 午後1時～午後4時
16日(木)	ハローワーク出張 おしごと相談会	午前10時30分～正午
	わいわいトーク	正午～午後1時
23日(木)	ぼうさいカフェ	午前10時～正午
30日(木)	かすみの栄養相談会	午前10時～正午

## おでかけひろば

出張「つどいの広場」です。乳幼児の子育てをしている人ならどなたでも利用できます。

**日時** 毎週火曜日 午前10時～午後3時  
**場所** おおふなぼーと2階和室

※慢性・先天性疾患、低体重出生児、発達障がいなど配慮が必要なお子さんのためのおでかけひろば「ゆるり」は、1月17日(金)（午前10時～正午）に開催します。

**場所** 大船渡市Y・Sセンター  
**受付期間** 12月24日(火)～27日(金)、  
令和2年1月7日(火)～8日(水)  
**受付時間** 午前9時30分～午後4時  
**受付方法** 申込書と受講料を添えて申込み  
(電話での申込みは不可)  
**受講料** 1,000円(プール利用料別)



## 大船渡市Y・Sセンター=年末年始休館

12月28日(土)から1月4日(土)まではY・Sセンター全館休館となります。

\*大船渡市ボランティア活動センター

## レストラン点字版メニュー表を作成しました

ボランティア養成講座(点字教室)受講生のみなさんで、大船渡市Y・Sセンター内レストラン「森の喫茶店朔空」の点字版メニューを作成しました。視覚障がいのある人だけでなく、誰でも閲覧できます。レストランをご利用の際にはご活用ください。

\*その他

## 寄付・寄贈物品受入(11月) (敬称略)

寄贈物品 畑中照子(玄米90kg)

\*共同募金情報

## 災害義援金受入(11月) (敬称略)

令和元年台風15号災害千葉県災害義援金

綾里中学校、越喜来中学校

令和元年台風19号災害義援金

綾里中学校、赤崎小学校、越喜来中学校、ほへみの家、赤崎中学校

ホームページで社協活動を日々更新中です。



<http://ofunato-shakyo.com>

## 第4期(令和2年1月~3月)

## トレーニング教室

下記の日程でトレーニング教室を開講します。事前申込みが必要です。

場 所 大船渡市Y・Sセンター

受付期間 12月24日(火)~27日(金)、令和2年1月7日(火)

受付時間 午前9時30分~午後4時

受付方法 申込書と受講料を添えて申込み(電話での申込みは不可)

その他 トレーニングルーム、会場利用料別

## トレーニング教室日程

教室名	曜日・時間	定員	受講料
筋力トレーニング(水曜クラス)	1月8日~3月25日 毎週水曜日(全12回) 午後1時30分~ 午後2時30分	40人	600円
筋力トレーニング(金曜クラス)	1月10日~3月27日 第2・4金曜日(全6回) 午前11時~正午		
リズム体操	1月17日~3月6日 第1・3・5金曜日(全5回) 午後1時30分~ 午後2時30分	25人	500円

## 今月の表紙

坂本 貴人さん  
祐子さん  
禮実ちゃん  
(2ヶ月)

(三陸町越喜来在住)

誕生直後入院となり、生まれてきてくれた嬉しさ半分、心配半分でした。示偏には、挫折そうになっても自分の力で乗り越えるという意味があり、そんな願いを込めて命名しました。



- 1月号課題「雑詠」
- 締め切り  
1月3日(金)必着。  
1人1句。  
(自信作をひとつ)  
はがき使用。
- 投句先  
立根町字下欠125-12  
「Y・Sセンター」内  
大船渡市  
社会福祉協議会  
「ふくし川柳」係
- その他  
作品によっては、添削する場合があります。投句者の氏名にはフリガナをつけてください。

(評) どんな宴会でも即興の踊りで会場を盛り上げる人がいる。割り箸に千円札を挟んだ「おひねり」が手渡される時もある。賑やかな宴会が想像できるいい作品である。

「ふくし川柳」 課題「踊る」 富谷英雄 選

踊りつつ末期迎える夢見たい  
張り切つて踊る笑顔の豆絞り  
踊るたび祖母の歴史がよみがえる  
コミカルに踊つてうける宴の花

《佳作》  
即興の 踊り爆笑 やまぬ席  
盛・嶋村 良子  
猪・田村 博昭  
立・田村 澄子  
末・滝田 栄夫  
越・平田 栄夫





# 輝き人

さとうともこ  
佐藤智子さん (65歳)

日頃市町在住。気仙地域傾聴ボランティア「こもれびの会」代表を務める傍ら、日頃市地区助け合い協議会の生活支援コーディネーターとして地域住民をサポートしている

## 一人ひとり、みんなが主役。

### ○社協だよりの記事がきっかけ

「趣味や資格を活かしてボランティアをしてみませんか」という社協だよりの記事が目にとまったのが12年前。茶道を嗜んでいる私は、茶道でボランティア活動ができないかを社会福祉協議会に相談し、地域活動支援センター星雲で茶道教室を開くことになりました。茶道教室は現在も月に1回開催しています。

### ○傾聴との出会い

茶道教室を開く中で、利用者である精神に障がいのある人たちへの接し方やコミュニケーション方法に悩んでいたところ、大船渡保健所の主催で傾聴ボランティア養成講座が開催されることを知り、受講することになりました。

### ○「こもれびの会」の結成

傾聴ボランティア養成講座の修了者で気仙地域傾聴ボランティア「こもれびの会」を結成したのが平成20年3月のことです。定期的に活動していた矢先に起きた東日本大震災。私たちの活動が注目されたのはこの時でした。

震災から3か月経った6月に活動を再開。地域住民の心に寄り添い、少しでもほっとする時間を過ごしていただきたという思いから、避難所になつていたカメリアホールでサロンを開き、述べ100人の方に利用していただきました。

その後、住田町や市内仮設住宅への戸別訪問による傾聴活動や、市内全地区での地域住民や民生委員などを対象とした、傾聴の方法や啓発活動を行ってきました。

現在は毎週金曜日、大船渡市総合福祉センターで「こもれびの部屋」を開設し、利用者の話に耳を傾けています。

### ○みんなの幸せは私の幸せ

利用者が入室した時の表情とは違った明るい表情を見せてくれる時が一番嬉しく、活動を継続する原動力になっています。

現在、日頃市地区助け合い協議会の生活支援コーディネーターとして委嘱されていますが、私は人を主体に物事を考えるので、事業自体は足踏みしていることが多いかもしれません。しかし、地域を動かすには傾聴活動と同様に、地域住民に「寄り添う」ことが大切だと思っています。

何ごと自分ごととして捉えながら、相手も、自分も「今が良い、幸せだ」と思い続けられるよう、これからも活動していきたいです。

見つけて Happy

たいへん！サンタさんの大きなふくろにあながあいて、プレゼントがあちこちにちらばってしまいました。にこにんといっしょに**プレゼントをさがしてあげてね!** (ぜんぶで6こあるよ!)