



社会福祉
法 人 奈良市社会福祉協議会

ならし 社協だより

創刊号

平成21年
9月1日発行



東・西老春の家で行われているシルバーコーラス

～学園南保育園の子ども達の訪問に、会場は笑顔いっぱいに包まれました。～

・・ あいでつながる 私たちのまち奈良

「あい」「ふれあい」「みとめあい」「ささえあい」・・・

あいでつながる私たちのまち奈良を合言葉に「だれもが安心して暮らすことができる福祉のまちづくり」を目指して、住民の皆さんとともにより一層の地域づくりを進めます。

* 目次 *

- 2 …ご挨拶
- 3 …社会福祉協議会とは？
- 4 …奈良市社協はこんなしごとをしています
- 6 …あなたのまちの地域福祉活動
地区社協ってなに？
- 8 …情報発信！
何が変わったの？？介護保険制度
- 10…音楽療法の現場より
- 11…生活アイデア情報《料理編》
・健康の達人
- 12…各部署の案内

「ならし社協だより」発刊のご挨拶

奈良市社会福祉協議会

会長 野崎 善男



我が国の福祉は本格的な「地域福祉」の時代を迎えた。基本的な福祉ニーズは公的な福祉サービスで対応するという原則を踏まえつつも、今日多様化する地域社会の福祉ニーズに対しましては、住民相互の支えあい・助け合いの拡大が更に求められるといえます。その意味におきまして、地域福祉推進の中核的役割を担う私どもが、今まで市民の皆様方と共に進めてきた様々な地域福祉活動の更なる推進を図り、住民主体による福祉のまちづくりをより発展させていくことが最大の使命であると考えます。

そこで本会では、市民の皆様方との協働による福祉のまちづくりの一層の推進を図るべく、この度「ならし社協だより」を発行することとなりました。今後本紙が、より多くの皆様方の福祉に対する理解と関心を深めていただく一助として、また様々な地域福祉活動への参加・参画のきっかけとして少しでもその役割を果たすことができれば誠に幸甚と存じます。

どうか今後とも本会に対するご支援・ご協力を心よりお願い申し上げます。

お祝いのことば

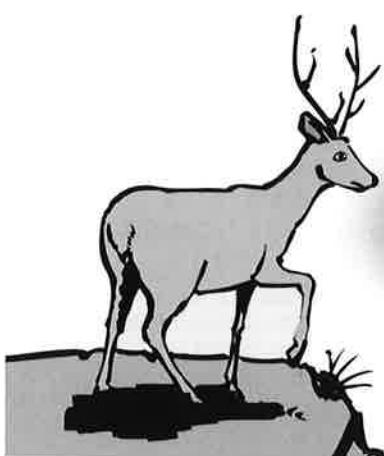
奈良市長 仲川 げん

この度、「ならし社協だより」が発刊されることを心よりお祝い申し上げます。

奈良市社会福祉協議会は、永年にわたり本市における地域福祉の推進役としてさまざまな事業を通じて、福祉のまちづくりに取り組んでいただいております。その功績に敬意を表しますとともに心より厚く感謝申し上げます。

この「ならし社協だより」が市民の皆様と福祉を繋ぐ架け橋となり、本市における地域福祉が一層推進されますことを心よりご期待申し上げます。

本市では、奈良市地域福祉計画に基づき、市民の皆様方が取り組まれる様々な地域福祉活動への積極的な支援を図ることともに、参画と協働によるまちづくりを一層推進してまいりたいと存じます。市政に対する皆様方のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げ、お祝いの言葉いたします。



社会福祉協議会とは?

地域住民をはじめとして、社会福祉・保健・医療などの関係者の協力を得て「福祉のまちづくり」をするすめる民間組織です。全国・都道府県・政令指定都市・市区町村単位に設置され、そのネットワークにより活動を進めています。略して“社協”と呼ばれています。

構成

市区町村に設置された社協は社会福祉関係者、保健・医療・教育関係者によって構成されています。

事業

住民参加の福祉活動の場づくり、仲間づくりなどの援助や社会福祉に関わる関係者、団体、機関との連携、福祉サービスの企画、実施などを行います。

目的

住民が抱えている様々な生活上の問題などを地域の問題としてとりえみんなで考え、協力して解決を図り、誰もが住み良い「福祉のまちづくり」をすすめています。

市社協のあゆみ

昭和27年8月 設立
昭和42年3月 法人認可
平成17年4月
月ヶ瀬村社会福祉協議会
都祁村社会福祉協議会と合併

組織図

会員は地区社協及び福祉団体、福祉施設、民生委員・児童委員また社協の事業に賛同される方により構成されています。



理 事	17名	特別顧問	2名
監 事	2名		
評議員	35名		

※会員の中から選ばれています。

理事会・評議員会は、主に法人の業務の決定や法人の重要な事項について議決する機関です。

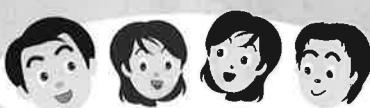


老人福祉センター

(東老春の家 西老春の家 北老春の家)

高齢者の方に対して各種相談に応じるとともに健康の増進、教養の向上およびレクリエーションなどのための便宜を提供し、心豊かに楽しく過ごしていただくための施設です。

社協は をしていきます



母子福祉センター

母子家庭及び寡婦の憩いの場として、教室、行事等を開催するとともに生活に関する各種相談にも応じています。

ならやま屋内温水プール

市民の健康の保持増進を図るとともに、障がい者・児の機能回復に役立て、社会参加と交流の場とする一般開放並びに水泳教室を実施しています。

総合福祉センター

障がい者の拠点施設として、機能訓練・重度障がい者入浴サービス・各種講座・相談を行い、またボランティア育成や市民とふれあう事業を実施しています。

・障がい児母子通園室「みどり園」

就学前の発達に遅れが見られる子どもを対象に、子どもの成長と発育を促し、また家族の支援を目的に母子通園指導を実施しています。

・体育館

機能回復及び増進を目的に体育施設の貸出し、スポーツ教室等を実施しています。

平成21年度 重点目標と予算

重 点 目 標

- ① 地域福祉活動推進体制の強化
- ② 個別支援事業の充実
- ③ 「福祉教育」の促進
- ④ ボランティア活動の支援
- ⑤ 市社協組織基盤の充実・強化
- ⑥ 在宅福祉の充実
- ⑦ 受託事業の効用を図る
- ⑧ 施設の機能向上を図る

予 算

一般会計

(単位：千円)

	収 入	支 出	
会費収入	1,699	人件費支出	723,501
寄附金収入	15,050	事務費支出	20,634
経常経費補助金収入	158,500	事業費支出	199,195
助成金収入	1,517	助成金支出	28,443
受託金収入	84,081	経理区分間繰入金支出	17,139
指定管理料収入	542,600	積立預金積立支出	235
事業収入	1,150	その他の支出	1,400
共同募金配分金収入	11,150	当期末支払資金残高	184,319
介護保険収入	106,977		
自立支援費等収入	42,904		
会計単位間繰入金収入	10,000		
経理区分間繰入金収入	17,139		
その他の収入	4,346		
前期末支払資金残高	177,753		
計	1,174,866	計	1,174,866

授産施設特別会計

(単位：千円)

	収 入	支 出	
授産事業収入	5,482	授産事業支出	5,761
自立支援費等収入	97,704	人件費支出	74,851
その他の収入	8,148	事業費支出	18,025
前期末支払資金残高	46,950	負担金支出	134
		会計単位間繰入金支出	10,000
		経理区分間繰入金支出	6,000
		当期末支払資金残高	43,513
計	158,284	計	158,284

月ヶ瀬福祉センター

地域福祉の中心的施設として、多くの住民参加の福祉活動の拠点となり、「ふれあい広場」は市民の健康づくりの場に利用できる施設です。

- ・介護保険事業【月ヶ瀬事業所】
指定通所介護事業 など



都祁福祉センター

市民のふれあいの場として、子どもからお年寄りまで広くご利用いただける施設であり、地域福祉活動の拠点となっています。

道路運送法に基づく福祉有償運送を実施し、都祁地区を中心に外出困難者の積極的な支援を行っています。

- ・介護保険事業【都祁事業所】
指定居宅介護支援事業
指定訪問入浴介護事業 など
指定通所介護事業 など

総務課

- ・法人の運営全般
- ・善意銀行

皆さんからの寄付を本市の社会福祉の推進に役立つよう活用させていただいているます。

奈良市

こんなしそと

福祉課

地域福祉の推進に関すること

- ・地区社協活動の支援（6～7ページ参照）
- ・地域福祉活動のPR促進・福祉教育の推進・福祉ニーズ調査の実施
- ・低所得者対策（福祉つなぎ資金の貸付・生活福祉資金の貸付）
- ・各種ボランティア保険の取扱い
- ・募金活動（赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金）
- ・福祉サービス利用援助事業（地域福祉権利擁護事業）

福祉サービスを利用したいと思うが、自分ひとりでは契約する自信がなかったり、手続きの仕方がわからない方や、普段のお金の扱いに不安がある方を支援します。

在宅福祉に関すること

- ・短期車いす貸与事業

奈良市在住の方や奈良市に観光で来られる方などへ、車いすを1ヶ月を限度に無料で貸し出しています。

- ・介護保険事業【奈良事業所】
指定訪問介護事業 など

- ・障がい福祉サービス事業

居宅介護事業（重度訪問介護事業） 移動支援事業 相談支援事業

音楽療法推進室



音楽を架け橋とした誰もがいきいきと暮らせる福祉のまちづくりを目指して、奈良市音楽療法士が音楽療法の実践・普及を進め、実践研究と情報発信を行っています。

また奈良市音楽療法ボランティアとともに、地域交流活動の促進を図っています。



授産施設みどりの家 (併設型生活介護施設「やすらぎ広場」)

「みどりの家」では、知的障がい者を対象に軽作業等を通して自立に向けた支援を行っており、「やすらぎ広場」では、常時介護の必要な身体障がい者を対象に、身体的能力・日常生活能力の維持・向上に取り組んでいます。

地図、住所、電話番号等は
最終ページをご覧下さい。

地区社協ってなに?

「出来る限り住み慣れた地域で地域社会との関わりを持ちながら安心して暮らしていきたい」

「このことは今も昔もかわりなく、私たち誰もが思う『願い』ではないでしょうか。しかし、少子高齢化や

核家族化の進展、一人暮らしの増加や介護不安、孤独死や虐待問題など、

私たちを取り巻く地域社会には様々な不安的要素が拡がっています。そ

の上、ご近所同士のつながりが希薄になつてている現在、こういった生活問題は見えにくくなっています。

このような状況の中、本会では行政サービスばかりに頼るのでなく、地域住民がお互いに助け合い「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」を実現するため、昭和28年より概ね小学校区を活動範囲として地区社協の組織化を進めてきました。

この「一ナーチでは、実際に行われている市民活動の具体的な内容を紹介します。今回は、その中心的な役割を担う地区社会福祉協議会（地区社協）についてです。「地区社協」に関するお問い合わせは、

福祉課 地域福祉推進係

☎〇七四二一三〇一五二五まで。

あなたのまちの地域福祉活動

現在、市内44地区において結成されている地区社協は、住民にとつて最も身近な生活の場で、福祉ニーズや様々な問題を把握し、住民自らが担い手となって、行政や福祉専門機関とともに福祉のまちづくりを進めていく住民組織です。



自治会

婦人会

老人会
(万年青年クラブ)

など

学校/PTA

●学びあう活動

(福祉体験学習)



○地区社協の活動資金はどうなっているの?

地区社協活動を充実させるためには、活動資金の確保は不可欠です。主な活動資金は、本会からの運営及び活動助成金、住民からの会費や寄付金、福祉バザー等の収益金などとなっています。

●支えあう活動（ボランティアによる外出支援）



● ふれあう活動

(地域交流会)



○地区社協ってどんな活動をしているの?

●ふれあう活動

子どもから高齢者まで幅広い世代を対象とした地域交流会の開催や、地域の中で孤立しがちな方々を地域の公民館や集会所などに招き、茶話会や様々な催しによるふれあいを通して、参加者同士の仲間づくりを進める「ふれあいサロン活動」も市内全地域に広がっています。

●学びあう活動

一人でも多くの方々に福祉への関心を促し、自らが積極的に地域福祉活動に参画してもらえるよう福祉に関する研修会や講演会などを企画・実施しています。

●知りあう活動

地域限定の広報紙を発行し、地区社会協同をはじめとする様々な地域の団体やボランティア活動、また日常生活に役立つ情報などを紹介する福祉情報の発信に取り組んでいます。

●支えあう活動

一人暮らしの高齢者など地域の中で、何らかの支援が必要な方々に対し、近隣住民による安否確認等の見守りや声かけ、また、買い物介助やゴミ出しなど、日常生活支援を行います。

地区社協の構成

民生兒童委員 協議會

福祉施設

ボランティア

情報発信！

～何が変わったの？？介護保険制度～

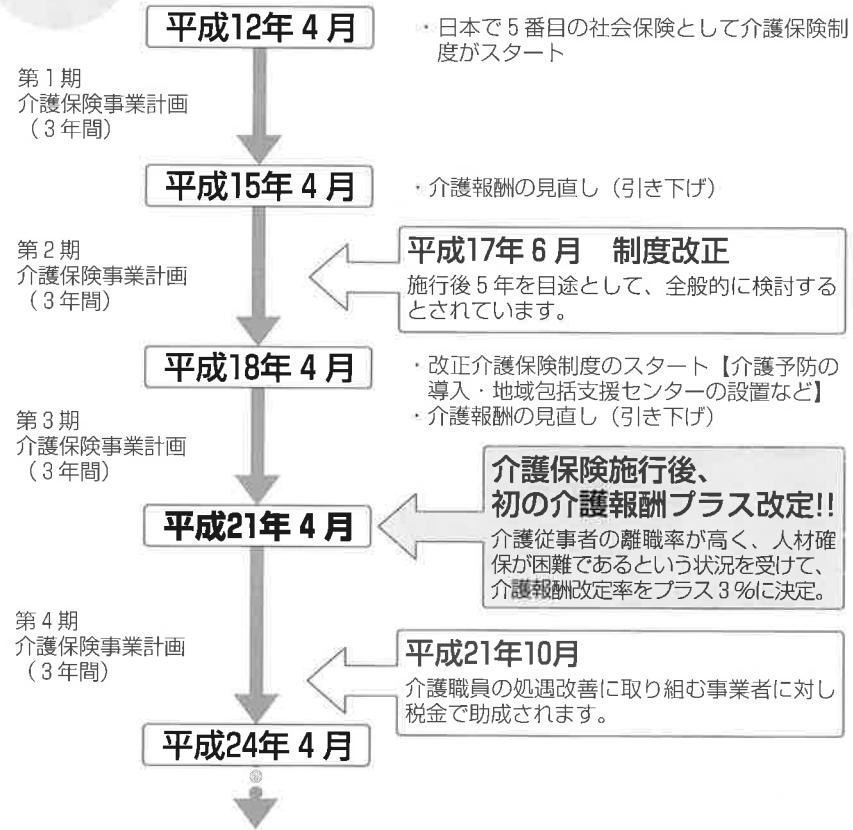
このコーナーでは、社会福祉に関する様々な情報を、実際の現場の声を交えて皆さんにお伝えしていきます。その第1回目として、今回は4月に介護報酬が改定された「介護保険制度」を取り上げてみたいと思います。

知っているようで実はあまり知らない介護保険制度。在宅支援に取り組む「二名地域包括支援センター」、施設での支援を行う「万葉苑」のご協力をいただき、それぞれの視点から介護保険制度について一緒に考えてみましょう！

※介護報酬とは…？

介護保険のサービスを提供する事業者が得られるサービス料です。この1割が利用者の自己負担で、残り9割が介護保険料と税金で賄われています。

介護保険制度 見直しの流れ



今回の改定により、利用者や事業所にどのような影響がでていますか？

奈良市二名地域包括支援センターの尾崎さん、柳川さんにお聞きしました

介護従事者の給料がアップ!? そのお金はどこから出るの?

プラス改定のため、大幅な財源が必要となつております。実際には、介護保険料と税金によっており、実際には、介護保険料と税金によつており、実際には、介護保険料と税金によつて賄われています。しかし、介護保険料については、急激に上昇しないよう、緊急特別対策による軽減措置が講じられました。

柳川「介護保険以降、支援の在り方が世帯から個人に変わりました。このことは、給付制限などの改正が行われる度に顕著になってきています。例えば、高齢者の一人世帯で家事全般を担つたおばあさんが急に介護が必要にな

ういう問題が生じています」

尾崎「一方、事業所は加算による収入は増えますが、提供するサービス自体が減るため全体としての収入が減るという矛盾を抱えています。利用者としても、自己負担額は上がり、しかもサービスの利用を減らさなければならぬと

平成21年度増加分：自己負担率0%
平成22年度増加分：自己負担率50%
平成23年度増加分：自己負担率100%

具体的な支援の中での悩み等があればお聞かせ下さい。

柳川「介護保険以降、支援の在り方が世帯から個人に変わりました。このことは、給付制限などの改正が行われる度に顕著になってきています。例えば、高齢者の一人世帯で家事全般を担つたおばあさんが急に介護が必要にな



航君

わたる
航君の課題

- 小集団の中で自己を表出すことや言葉を発すること
- ・発音の明瞭化
- ・表現力の向上
- ・コミュニケーション力の向上

子どもの領域では、発達に遅れのある子どもを対象に、心身の発達のサポートを目的とした音楽療法を行ってきました。現在は、小学校や幼稚園など会場に知的発達に遅れのある子どもとその保護者が親子で通う「親子合同の集団音楽療法」を実施しています。

今日は、ひとりの子どもの様子を紹介しながら、音楽療法士が日々実施しています。

その瞳が輝く瞬間…子ども一人ひとり、そして航君も主役になります。

平成10年度より発行して参りました音楽療法推進事業広報誌「音の風」は、この度「ならし社協だより」に「音楽療法の現場より」という形で掲載します。今後とも、よろしくお願い致します。

音楽療法の現場より

奈良市の音楽療法

音楽療法は、音楽を使って心の豊かさや健康を回復することを援助するものです。

奈良市では平成9年度より福祉施策のソフト面充実をはかるため、先駆的に子どもから高齢者まで幅広い年齢層の方々に音楽療法を実施しています。

ここでは、音楽療法の現場の様子を紹介いたします。

お問い合わせ 音楽療法推進室 ☎0742-27-0101

践で大切にしている思いをお伝えします。

航君と音楽療法

航君（仮名）は、放課後月2回、お母さんと一緒に音楽療法に参加していました。

生後まもなくダウン症と診断された航君は、幼い頃から専門機関で発達のサポートを受けてきました。出会った頃は小学校3年生で特別支援学級に在籍していました。お母さんは、「発音がはつきりしなくて友達に自分の思いがうまく伝わらない様子です。本人もその事を気にして戸惑つて黙つてしまつていてるようでした」と心配していました。

♪たいこ たたこづー（ドンドンドン）
（ドンドンドン）
たいこ たたこづー（ドンドンドン）
ここんちはー

（ドンドンドン）

プログラムのひとつに参加者全員の前で太鼓を鳴らす活動があります。まず、療法士の叩き方を見てイメージをもち、一人ずつ順番に音を自由に表現していきます。この経験を十分に積み重ねた上で、「やりたい人」の順にお母さんと共演をしたり、友達を指名して共演をしたりと段階的に展開していきます。

その瞳が輝く瞬間…子ども一人ひとり、そして航君も主役になります。

大きな自信の源・・拍手喝采

この中のルールは、自由に自己イメージで打ち鳴らし最後に一

発「ドン」と決めることがあります。



曲の終結に向かっての盛り上がりを、もう一人の療法士がピアノの音（伴奏）で支え、最後の一発の「ドン」に気持ちを合わせて演奏を終えます。

その瞬間、みんなから拍手喝采！そして療法士からおもいきり賞賛された航君は大満足。

この積み重ねが大きな自信となり、意欲につながっていました。

その後、「太鼓、やりたい人？」の呼びかけに、いつのまにいかみんなと競いあつて「はい」と元気に手を挙げる航君の姿がありました。共演相手を

瞳が輝く瞬間を認めることが発達促進への道に！

「自発的に音（音楽）を楽しむ」と賞賛を受ける場面を設定し、毎回積み重ねていく…その事が満足感と自信と次なる意欲を育みました。結果、どの子も輝き、「表現力」「言語力」「コミュニケーション能力」の向上につながっていました。

母親がわが子の成長を発見し喜ぶことは、子どもの安心感や心の安定感にもつながり、共に安心して参加できる場、楽しみの場、表現できる場になっていくと感じています。

音楽は、「音を楽しむ」と記すように、子どもたちは太鼓の音を楽しみ、歌や身体表現を楽しみ、いろいろな楽器の演奏を楽しむ中で成長のひとつのかけをつかんでくれたと思います。

これからも航君をはじめ、出会つたみんなの成長を心から応援しています。

徒然なるエコCooking ~捨てちゃうなんて、もったいない!!~

「奈良のうまいもの」特産品といえば、大和茶、柿、いちご、大和肉鶏、吉野葛、三輪素麺…などなど、全部で38品目あるそうです。その中でも、奈良といえばやっぱり奈良漬！お土産や、進物などにもよく利用されています。もちろん食卓に並ぶことも多々あると思います。でもこの奈良漬、瓜などの漬物部分は食べますが、残った酒粕はどうされますか？なかなか全部は食べられないですよね？“何かに使えないかな？”と思ったこと、ありませんか？

そこで…国立大学法人 奈良女子大学 生活環境学部現代GP「奈良漬プロジェクト」の【奈良漬粕を利用したレシピ】をご紹介します。

魚の奈良漬粕焼き

酒粕と奈良漬の風味漂う一品。

奈良漬の粕の活用法として、親しまれてきた料理です。

《材 料》 4人分 魚（サワラ、ブリなど）／4切れ
奈良漬の粕／適量（500g程度）
味噌／奈良漬粕の半量



《作り方》

- ①奈良漬の粕と味噌を2:1の分量で合わせる。
- ②魚の水分をキッチンペーパーでふき取る。
- ③①に魚を漬け込む（1—2日間）。
- ④魚を取り出し、キッチンペーパーで味噌粕をふき取る。
- ⑤グリルまたはオーブンで焼き目がつくまで焼く。

POINT

- ・漬け込む際に、味噌粕と魚との間にガーゼを敷くことをお勧めします。
- ・使った味噌粕は、冷蔵庫に保管すれば3回ほど使えます。その際には、魚から出た水分を除き、衛生上、早めに使ってください。

現在、「奈良漬プロジェクト」の取り組みがさらに発展し、奈良女子大学社会連携センター生活観光現代GP「奈良の食プロジェクト」として、奈良の食材を生かしたメニュー開発等、積極的な取り組みを行っています。詳しくは、ホームページhttp://www.nara-wu.ac.jp/gp2007/まで

健康の達人

ここでは、各分野の専門家から、健康づくりに役立つ情報を伝えします。
今回はみどりの家はり・きゅう治療所の長田哲也鍼灸師です。

夏ばて、健康維持のツボ

1ヶ月のうちの
7日間を毎日一度

夏ばて 9月は灸の月

9月はまだ残暑が厳しく夏ばてになるころですね。軽い肩こりや筋肉痛といったぐらいならツボをおさえることで楽になりますが、病気を治したり気血のめぐりをよくして健康維持するには、やはり鍼や灸をしなければ効果はありません。そこで、お灸は家庭で簡単にできて、市販されているので便利です。
※注意、火傷にはお気をつけください。

～お灸のすえかたのポイント～

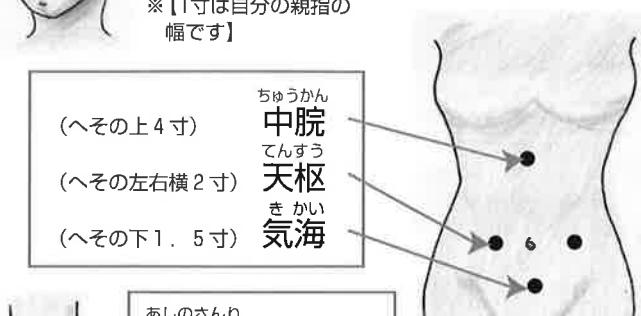
- ①“熱く感じるまで”が目安です。
- ②指で押さえて、痛いところは少なく1~3回すえます。
- ③指で押さえて、気持ちの良いところは、少し多くて3~5回すえます。
- ④皮膚の弱い方は水っぽうができやすいので、ごく少なくして下さい。



ひゃくえ
百会（鼻から頭にいく線と、両耳を前に折り両方の上先端の線と交わるところ）

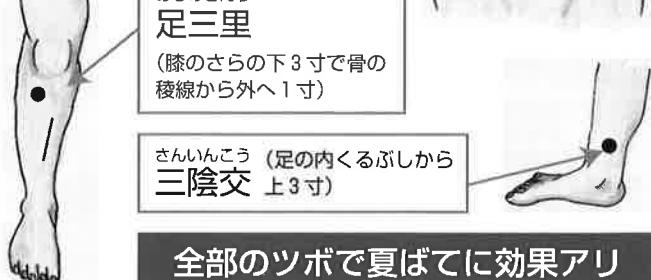
※【1寸は自分の親指の幅です】

ちゅうあん
中脘
（へその上4寸）
（へその左右横2寸）
（へその下1.5寸）



あしのさんり
足三里
（膝のさらの下3寸で骨の稜線から外へ1寸）

さんいんこう
三陰交（足の内くるぶしから上3寸）



全部のツボで夏ばてに効果アリ

各部署の案内

● 総務課

〒630-8013 奈良市三条大路一丁目9-10
TEL 0742-34-4758 FAX 0742-30-2323

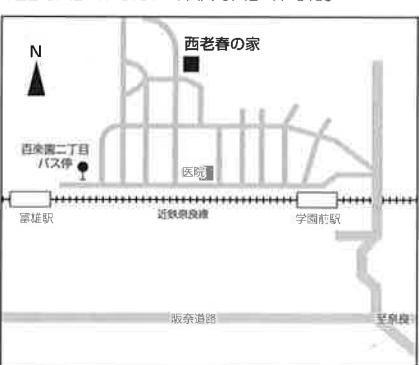
● 福祉課

TEL 0742-30-2525 FAX 0742-34-0294
TEL 0742-34-1010



● 老人福祉センター「西老春の家」

〒631-0024 奈良市百楽園一丁目 9-13
TEL 0742-41-3151 FAX 0742-41-3150



● 母子福祉センター

〒630-8325 奈良市西木辻町159-24
TEL 0742-61-2552 FAX 0742-61-2552



(編集委員長)

発 行：社会福祉法人
奈良市社会福祉協議会
奈良市三条大路一丁目9番10号
電 話：0742-34-4758
F A X：0742-30-2323
E-mail : hureai@narashi-shakyo.com
U R L : http://www.narashi-shakyo.com

● 音楽療法推進室

〒630-8335 奈良市鳴川町37-4
TEL 0742-27-0101 FAX 0742-20-8025



● 老人福祉センター「東老春の家」

〒630-8113 奈良市法蓮町1702-1
TEL 0742-24-3151 FAX 0742-27-9028



● 老人福祉センター「北老春の家」

〒631-0805 奈良市右京一丁目1-4(北部会館2階)
TEL 0742-71-3501 FAX 0742-71-3548



● 月ヶ瀬福祉センター

〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山1124
TEL 0743-92-0204 FAX 0743-92-0967



● 総合福祉センター

〒631-0801 奈良市左京五丁目3-1
TEL 0742-71-0770 FAX 0742-71-0773

● ならやま屋内温水プール

TEL 0742-71-0774 FAX 0742-71-0773

● 授産施設みどりの家

TEL 0742-71-0771 FAX 0742-71-1134



● 都祁福祉センター

〒632-0245 奈良市萬生町1922-8
TEL 0743-82-2624 FAX 0743-82-2625



地域福祉活動情報紙「ほほえみ」で、
お伝えしてきた情報は、今後、「ならし社
協だより」に掲載してまいります。長らく
のご愛読ありがとうございました。

「社協ってなに?」「行政と社協はどう
違うの?」「何をやってるの?」「うなづけ
という意見をよくいただきます。また
聞いたこともなかつたという方も多いと
思います。社協の行っている事業内容は、
少子高齢化や地域「ミユニティ」の希薄化
などの環境変化の中で、行政とはまた違
た視点で、住民とともに地域福祉の推進
に取り組んでいる団体と覚えていただけ
ればと思います。
この広報紙は、「奈良市社会福祉協議
会」を知っていたらしく、そして身近に
感じていたらしくことで、「福祉のまちづくり」
を進めていくひとつの情報ツールにな
ることを目指しています。
創刊号を発行するにあたり、地区社協

上げますとともに、
号を重ねていくご
とに、充実した広
報紙にしていける
や自治連合会をはじめ多くの方々のご協
力を賜りました。
改めてお礼を申し
上げますとともに、
号を重ねていくご
とに、充実した広
報紙にしていける
よう、職員一同努め
て参ります。今後
ともよろしくお願
い申し上げます。

編集後記