

福祉

# わかやま

寄り添い つながる 広報誌

vol.454

9 2025  
月号



この広報誌の発行に  
一部共同募金配分金を  
利用しています。

～老人の日・老人週間～  
シニアから学ぶ  
活動を長く元気に続ける秘訣



今月の表紙

剣道仲間とともに  
生涯現役を目指して  
(3Pに関連記事)



Facebook



Instagram



社会福祉法人 和歌山県社会福祉協議会

いきいきシニアリーダーカレッジ課外授業  
(紀三井寺)いきいきシニアリーダーカレッジ  
味噌作り体験

老人の日・老人週間

# シニアから学ぶ 活動を長く元気に続ける秘訣



グラウンド・ゴルフ



ねんりんピック和歌山県選手団の壮行式

ねんりんピック写真の部  
銅賞受賞作品

## いきいき長寿社会センターが行う主な事業

### 地域活動を担うシニアリーダーを養成します

- いきいきシニアリーダーカレッジ(和歌山市、田辺市、橋本市)
- 高齢者サロン運営アドバイザー養成講座
- グループづくり支援事業

### 生きがいづくり、健康増進に努めます

- 紀の国いきいき健康長寿祭  
グラウンド・ゴルフ、パタンクなどのスポーツ交流大会  
囲碁、将棋、健康マージャン、美術展などの文化交流大会
- 全国健康福祉祭(ねんりんピック)への和歌山県選手団派遣等
- ふれあい作品展

### 社会参加へのお手伝いをします

- わかやま元気シニア生きがいバンク

大盛り上がり！  
健康ゲーム体験講座

7月2日に、「シニア向けの健康ゲーム体験講座」を初めて実施しました。近年人気の高まってきている健康ゲームは、楽しいことに加え仲間づくりや脳の活性化などの効果が期待できます。県社協では、今後もこうした新たな分野のイベント等にも取り組み、高齢者の活躍の場を広げる事業を実施していきます。



テレビゲームを使った健康ゲーム

国では、毎年9月15日を「老人の日」とし、さらに同日からの7日間を「老人週間」と定め、全国各地で高齢者が主体となった活動や取組を支援・推奨しています。また、これらの活動や取組を通じてすべての高齢者が安心して暮らせるまちづくり、高齢者の社会参加・ボランティア活動の促進、人権尊重等の目標を掲げ、取り組むことが提唱されています。

和歌山県の65歳以上の人口割合は令和6年度で33.6%となり、3人に1人が65歳以上の高齢者であるという状況です。地域のつながりが希薄化し、社会全体において支えを必要としている人が増加しているなか、さまざまな経験や知識を培ってきた意欲ある高齢者の地域活動への積極的な参加が求められています。

県社協(いきいき長寿社会センター)では、高齢者の生きがいと健康づくりを推進するため多くの事業(左表のとおり)を行っています。

今号では、さまざまな分野で積極的に活動されている高齢者の皆さんに、活動を始めたきっかけや長く元気に続けるコツをお聞きしました。

老人の日・老人週間とは

## 今年のねんりんピックは10月に岐阜県で開催!!

「ねんりんピック」の愛称で親しまれる「全国健康福祉祭」は、60歳以上の方を中心として、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深められるスポーツ・文化・健康と福祉の総合的な祭典です。今年度は10月18日～21日にかけて岐阜県で開催されます。和歌山県からは、総勢20種目123名の選手が参加し、美術作品10点が出品されます。

### ねんりんピック 出場!! 「剣道チーム」



剣道で監督兼選手  
として参加する  
さとしゅうこう  
里州功さん  
お話を伺いました。

### 偶然目にしたことを機に

小学校4年生のときに、青年会館でたまたま剣道の稽古を見て始めました。当時は近所の友達とチャンバラをしてよく遊んでいたため、剣道が好きになり夢中になりました。初めて試合に出たのは半年過ぎたころで楽しかったことが強く心に残っています。

辛いことや苦勞もありましたが、剣道を嫌だと思ったことはなく、今後も防具を担げなくなるまで、竹刀を振り続けようと思っています。

### 続けられるのは好きだから

私の場合は剣道ですが、物事を長く続ける秘訣はやはり好きであることです。好きだから頑張ることができ、長く続けるために努力することが出来ます。

剣道を長く続けるうえで一番怖いことは、ケガをしてしまうこと。ケガを予防するためには、基本に忠実に稽古を行うことが大切です。

突飛な動作はできるだけ避け、準備運動やストレッチは十分に行います。稽古を行っている以上、避けられないケガはありますが、あの時こうしていればと後悔が残るケガは避けなければいけません。予防する努力を怠らないようにしています。加齢とともにどうしても足腰が衰えますので、体づくりも必要です。食事もバランスよく栄養が取れるよう気を遣っています。

### 若い世代との交流も

剣道は高校生や大学生とも一緒に稽古ができ、若い世代と関わることで

ができるスポーツです。体力やスピードでは敵いませんが、次に相手があるように動くかの読みや感覚では経験者を長く積み重ねてきたシニア世代の方が勝っています。若者たちと交流し、互いに切磋琢磨できることも楽しみの一つです。

### 予選リーグ突破を目指して

前回出場した愛媛大会でも実力者ぞろいのチームで臨みましたが、僅差で決勝トーナメントに進むことができませんでした。今回の目標は予選リーグを突破し、決勝トーナメントに進むことです。日々稽古に精進し頑張りたいと思います。



稽古会の様子

和歌山県選手団剣道チームの皆さん



やすむら みつじ  
安村充司さん

はせ こうじ  
長谷弘司さん

さと しゅうこう  
里州功さん

とがわ さだあき  
戸川定昭さん

ふじた じゅうきち  
藤田十吉さん

ねんりんピックでは剣道のほか、グラウンド・ゴルフなどさまざまな種目の交流大会が開催されます。また、P8に埼玉大会予選会のご案内がありますので併せてご覧ください。

## サロンはるかぜのメンバーの皆さん

たばた みほ  
田畑美穂さん

かどた かつえ  
門田克枝さん

ふくだ むつこ  
福田むつ子さん

おおなり のりこ  
大成典子さん

はらだ りつこ  
原田りつ子さん

地域のサロンで  
活躍中!!  
「サロンはるかぜ」



## サロンはるかぜ

県社協が行う、グループづくり支援事業(※)を利用いただき、和歌山市六十谷の紀の川台でサロン活動に取り組まれている「サロンはるかぜ」の原田りつ子さんにお話をお伺いしました。

※グループづくり支援事業：いきいきシニアリーダーカレッジおよび高齢者サロン運営アドバイザー養成講座受講生・修了生を対象に県社協が行っている助成事業。



DVD を見ながら行う健康体操

## 血圧測定や体操で健康維持

活動は地区の自治会館を借りて、毎週火曜日午後に行っています。サンシャイン紀の川台にお住いの方であればどなたでも参加可能です。毎回20名程度の方が参加してくださっています。

サロン開始前にはまず、受付で血圧を測り、各自のカードに記入し健康管理に活かしてもらっています。椅子に座ったままでもできる体操等をDVDを見ながら実践しています。

当初はできなかった体操を続けていくとできるようになってきました。また、脳トレやあやとりをメニューに加えたり、早口ことばなど□回リや滑舌をよくする運動を行ったりとマンネリ化しない工夫をしています。

## 顔の見える関係を

参加の頻度はそれぞれ異なりますが、参加者同士の交流は活発です。参加者同士でも前回お休みされた方には「前回どうしたの?」と声をかけたり、「地域の方の名前と顔がわかり、道や

スーパで会ったらおしゃべりする人が増えて嬉しい」と言ってくださったり、人と人とのつながりが生まれています。「毎週ここにきてみんなと一緒に体操やお茶タイムが楽しみだ」と言ってくださる方もおり、励みになっています。

## 仲間と相談し協力しながら進めることが大切

活動立ち上げから5名で目的をきちんと共有し、役割分担、助け合いをしながら活動をしてきました。仲間と和気あいあいと話合い協力し活動することが、長く続けていく秘訣だと思っています。

県社協では、地域で活躍するシニアリーダーを養成する講座として、いきいきシニアリーダーカレッジを和歌山市、橋本市、田辺市で開校しています。高齢者自身が健康でいるための基礎知識や地域活動で活用できるレクリエーションなどを年間を通じて学ぶことができます。毎年3月頃に受講生を募集しますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。

# 情熱 ふくし

福祉サービスの未来を拓く  
働きやすい  
職場づくり Vol.3

「福祉の仕事」は“その人らしい生活”を支えていく、必要不可欠な仕事。  
今回は、和歌山市内にある社会福祉法人 親和園の地域密着型介護老人  
福祉施設 第五親和園で勤務する土田 典子<sup>つちだ のりこ</sup>さんに、介護の仕事を選んだ  
きっかけやその魅力についてお話を伺いました。

## 和歌山でも介護がしたい！

令和6年2月、結婚を機に和歌山  
県へ移住することとなり、当初は仕  
事をしていなかったのですが、その  
年の夏、やっぱり介護の仕事がした

私はずっと奈良県に住んでいて、  
学生の頃は理学療法士を目指してい  
ました。しかし、知人に介護の仕事  
を勧められたことが転機となり、無  
資格・未経験でしたが、奈良県内の  
特別養護老人ホームで介護職員とし  
て働きはじめました。その後、働き  
ながらヘルパー2級（現初任者研修）  
と介護福祉士の資格を取得。勤務年  
数を重ねるうちに、利用者との信頼関  
係を築き一人ひとりに合ったケアが  
できるこの仕事が自分には合ってい  
ると感じるようになりました。

## 介護の仕事は自分に合っている

利用者さんと談笑する土田さん



その中で勤務条件等を自分の希望に  
合わせてくれた親和園へ就職するこ  
ととなりました。

親和園では忙しい時間帯でも職員  
の利用者への対応がとてども丁寧で、  
自分が理想とする介護の職場のイ  
メージにピッタリ合っていると感じ  
ています。これからも職員間で協力  
しながら頑張っていきたいです。

あずま  
東 事務次長



土田さんはしつかり者で、  
とても頑張ってくれています。  
良い人に巡り合えて感謝！



三菱電機株式会社様による  
贈呈式が行われました！

県民の皆様には、いつも赤い羽根共同募金に  
ご協力を賜りありがとうございます。

この度、三菱電機SOCIOROOT（ソ  
ールーツ）基金様より、社会貢献活動の二環として、  
社会福祉法人貴桃会たんぽぽ作業所様（紀の川市  
貴志川町）へ寄付金の贈呈が行われました。

和歌山県共同募金会を通じてご寄付で、たん  
ぽぽ作業所様での寄付金贈呈式の後、作業所内  
を見学させていただきました。

三菱電機株式会社様のご協力、誠にありがと  
うございました。



令和7年7月3日（木）  
右：社会福祉法人貴桃会  
理事長 中西 正人 様  
左：三菱電機株式会社  
冷熱システム製作所  
総務部長 松本 功 様



三菱電機株式会社様  
は、社員等の寄付金に  
対して会社がその同額  
を加えるマッチングギフ  
ト制度「三菱電機SO  
CIOROOT（ソ  
ールーツ）基  
金」を1992年に創設  
され、社会福祉施設や  
福祉事業にご寄付を続  
けられています。

赤い羽根 わかやま



お問合せ先

社会福祉法人和歌山県共同募金会  
〒640-8319 和歌山市手平2丁目1-2  
県民交流プラザ和歌山ビッグ愛7階  
TEL073-435-5231 FAX073-435-5232

メール info@akaihane-wakayama.or.jp

HP https://www.akaihane-wakayama.or.jp/



ひらびら まるごと ゆめごと

電話相談の様子



研修会の様子



加藤 和子 さん(右)  
小林 千恵 さん(左)

## こころの痛みを話せる電話

社会福祉法人和歌山いのちの電話協会(以下、和歌山いのちの電話)は「いつでも・誰でも・どこからでも」を基本理念に、孤独や不安を抱えている人の電話相談を行っています。今回は、理事長の加藤和子<sup>かとう かずこ</sup>さんと事務局長の小林千恵<sup>こばやし ちえ</sup>さんにお話を伺いました。

社会福祉法人

和歌山いのちの電話協会

【協会や相談員の活動に関するお問合せ先】

事務局TEL073-425-3261

(月・水・金10:00~15:00)



設立から40年

和歌山いのちの電話は昭和60年9月に設立され、1年365日休むことなく、10時から22時まで相談員が交代で電話相談にあたっています。現在、ボランティア相談員の登録者数は135名で、20代、80代まで様々な年代の相談員に活躍いただいています。相談員は半年間の養成講座を修了し、現場実習を経て、認定審査を受け、学び続けています。

声のつながりが人の  
生きる力を支える

電話をかけてくださる方は、何かしらの悩みや生きづらさを抱えています。相談者も相談員も匿名ではありますが、電話での一期一会を大切に、時には具体的な助言や解決策を紹介したくなる気持ちをぐっと抑えて、相談者の気持ちを聴くことを心がけています。インターネット相談等にも対応していかなければならない気持ちを持ちつつも、「生の声に触れたい」という相談者の気持ちに寄り添い、声の力や声のつながりを信じ

で活動しています。

この活動は自殺予防を目的として始まりました。心の危機に直面している人、手を差し伸べ、友人や知人には言えない本当の気持ちをためらわずに語れる場所であり続けたいと思っています。

相談電話のご案内

和歌山いのちの電話(毎日10~22時)

☎073-424-5000

フリーダイヤル(毎日16~21時、毎月10日24時間)

☎0120-783-556

※通話無料

ナビダイヤル(毎日10~22時)

☎0570-783-556

※9月10日~16日は自殺予防週間です。

これに併せて、日本いのちの電話連盟では9月10日(水)8時から9月17日(水)8時まで、168時間連続フリーダイヤルを実施します。

(☎0120-783-556)

1人で悩まず  
相談してください



## 苦情解決のツボ

### 事業所における苦情の初期対応とその記録・共有・活用について

#### 初期対応の善し悪しが苦情解決を左右する

サービス利用者から苦情を受けた場合、重要なのは、誠実に耳を傾け最後までしっかりと申出人の話を聴くこと、そして、解決に向け迅速に対応することです。

応対する際には、言葉遣いや態度に留意し、言い訳や反論はできるだけ避けるように気をつけます。そして、共感と理解を示しながら、不快な思いをさせたことへの謝罪をまずは行います。これは、申出人の緊張や不安をいくらか和らげる効果が期待できます。

受け付けた苦情は後回しにせず、スピード感をもって対応するように心がけ、時間を要する場合には適宜申出人に報告するなど誠意ある態度で対応することが肝要です。

初期対応を誤ると、事業所への信頼が崩れ、苦情そのものの解決が一層困難になりかねません。

#### 苦情や要望は必ず記録し、サービスの質の向上につなげる

些細な苦情と思われるものや誰でも経験するヒヤリハットの類であっても、その場限りにせず記録し、共有することを日頃から習慣づけることが大切です。

たとえ小さな苦情や意見だとしても、その声に敏感に気づき、表面的に不平・不満と捉えるのではなく「利用者の福祉に対する意思表示であり、福祉ニーズの表現」として捉えること、これらの苦情にきちんと向き合い、組織として対応していくことで、提供する福祉サービスの質を顧みる機会となるとともに、サービスの質の向上やスタッフのスキルアップにつながるヒントを見つけ出すことができます。

「苦情＝利用者の声」として捉え、積極的に活用し、利用者の満足度と信頼度を高めましょう。

#### 【お問合せ先】

県福祉サービス運営適正化委員会 TEL073-435-5215



5年に一度、全員参加の統計調査

## 国勢調査2025

調査期日 **10.1** 水

<https://www.kokusei2025.go.jp/>

総務省統計局・都道府県・市区町村

令和7年度  
社会福祉施設  
総合損害補償

## しせつの損害補償

インターネットで保険料試算できます

ふくしの保険

検索

老人福祉施設、  
障害者支援施設、  
児童福祉施設などに

**スケールメリットを活かした割安な保険料で  
充実補償をご提供します！**

◆加入対象は、社協の会員である  
社会福祉法人等が運営する社会  
福祉施設です。

### プラン1 施設業務の補償 (賠償責任保険、動産総合保険等)

#### ① 基本補償(賠償・見舞)

| ▶ 保険金額   |                         | 基本補償(A型)  |           | 見舞費用付補償(B型)                          |           |
|----------|-------------------------|-----------|-----------|--------------------------------------|-----------|
| 賠償<br>事故 | 身体賠償(1名・1事故)            | 2億円・10億円  | 2億円・10億円  | 2億円・10億円                             | 2億円・10億円  |
|          | 財物賠償(1事故)               | 2,000万円   | 2,000万円   | 2,000万円                              | 2,000万円   |
|          | 受託・管理財物賠償(期間中)          | 200万円     | 200万円     | 200万円                                | 200万円     |
|          | うち現金支払限度額(期間中)          | 20万円      | 20万円      | 20万円                                 | 20万円      |
|          | 人格権侵害(期間中)              | 1,000万円   | 1,000万円   | 1,000万円                              | 1,000万円   |
|          | 身体・財物の損壊を伴わない経済的損失(期間中) | 1,000万円   | 1,000万円   | 1,000万円                              | 1,000万円   |
|          | 徘徊時賠償(期間中)              | 2,000万円   | 2,000万円   | 2,000万円                              | 2,000万円   |
| お見舞い等    | 事故対応特別費用(期間中)           | 500万円     | 500万円     | 500万円                                | 500万円     |
|          | 被害者対応費用(1名につき)          | 1事故10万円限度 | 1事故10万円限度 | 1事故10万円限度                            | 1事故10万円限度 |
|          | 傷害見舞費用                  |           |           | 死亡時100万円<br>入院時1.5~7万円<br>通院時1~3.5万円 |           |

保険期間1年

| ▶ 年額保険料(掛金)       |                 | 基本補償(A型)                                      |                |
|-------------------|-----------------|-----------------------------------------------|----------------|
| 補償<br>基本<br>(A型)  | 定員              | 1~50名                                         | 35,000~61,460円 |
|                   |                 | 51~100名                                       | 68,270~97,000円 |
|                   |                 | 100名以降1名~10名増ごと                               | 1,500円         |
| 付見舞<br>費用<br>(B型) | 基本補償(A型)<br>保険料 | +                                             |                |
|                   |                 | 【見舞費用加算】<br>定員1名あたり<br>入所：1,300円<br>通所：1,390円 |                |



### プラン2 施設利用者の補償

### プラン3 職員等の補償

### プラン4 法人役員等の補償

●この保険は全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約(賠償責任保険、医師賠償責任保険、看護職賠償責任保険、雇用慣行賠償責任保険、役員賠償責任保険、サイバー保険、普通傷害保険、労働災害総合保険、約定履行費用保険、動産総合保険、費用・利益保険)です。

●このご案内は概要を説明したものです。詳細は「しせつの損害補償」手引またはホームページをご参照ください。

団体契約者 **社会福祉法人 全国社会福祉協議会**

〈引受幹事  
保険会社〉 損害保険ジャパン株式会社 医療・福祉開発部 第二課  
TEL: 03(3349)5137  
受付時間: 平日の9:00~17:00(土日・祝日、年末年始を除きます。)

取扱代理店 **株式会社 福祉保険サービス**

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F  
TEL: 03(3581)4667  
受付時間: 平日の9:30~17:30(土日・祝日、年末年始を除きます。)

(SJ24-11108より抜粋)

～1つ1つ丁寧に～  
もなみのビーズアクセサリー

社会福祉法人あおい会の就労継続支援B型もなみでは、利用者の方々がそれぞれの個性を活かした内職や焼き菓子づくりに取り組まれており、今回ご紹介する「ビーズアクセサリー」は、植西佑帆さんが1人で製作しています。

「デザインを考えるのが好き」と話してくれた植西さんは“自分にできることは何か”と考えたことをきっかけに、好きなことが活かせるハンドメイドに取り組み始め、これまでもクロスステッチ(ヘアゴム)や、つまみ細工を製作・販売されてきました。

ビーズアクセサリーは、大人向けにはシック、子ども向けにはかわいくと、身に着ける人のことを考えて1つ1つ丁寧に製作されています。ぜひ、お気に入りを探してみてください。



事務所前やイベントで購入できます！

社会福祉法人あおい会  
就労継続支援B型 もなみ

【住所】 海南市船尾426-2

【TEL】 073-482-7140

◀ビーズアクセサリー製作者の植西さん  
(現在は「生活介護リアン」に所属)



## お知らせ

## 紀の国いきいき健康長寿祭スポーツ交流大会

兼:全国健康福祉祭埼玉大会出場選手選考会を開催します。

| 種 目 (開催区分)      | 開催日程                              | 会 場                   | 参加定員 | 申込期限      |
|-----------------|-----------------------------------|-----------------------|------|-----------|
| グラウンド・ゴルフ(紀北の部) | 12月11日(木)<br>予備日:12月12日(金)        | 海南市民運動場               | 300名 | 11月 4日(火) |
| グラウンド・ゴルフ(紀中の部) | 12月16日(火)<br>予備日:12月17日(水)        | 日高川町南山スポーツ公園          | 288名 | 11月14日(金) |
| グラウンド・ゴルフ(紀南の部) | 令和8年 1月15日(木)<br>予備日:令和8年1月16日(金) | 串本町潮岬青少年の家            | 200名 | 12月19日(金) |
| パークゴルフ          | 令和8年2月 6日(金)<br>予備日:令和8年2月18日(水)  | 紀美野町ふれあい公園<br>パークゴルフ場 | 200名 | 12月23日(火) |

詳細は開催要領をご確認ください。9月中旬頃、県社協ホームページへ掲載し、各市町村へご案内します。

【お問合せ先】地域福祉部 健康生きがい班 TEL073-435-5214

## 申込受付中

## 福祉人材キャリア形成支援研修

| 研 修 名                         | 開催日時                                         | 会 場               | 受講申込期限    |
|-------------------------------|----------------------------------------------|-------------------|-----------|
| 医学・緊急時対応研修                    | 10月16日(木) 10:25～16:00                        | 和歌山ビッグ愛           | 9月25日(木)  |
| 認知症ケア研修                       | 10月22日(水) 10:25～16:00                        | 和歌山ビッグ愛           | 10月 1日(水) |
| 発達障がい児・者処遇研修                  | 10月28日(火) 10:25～16:00                        | 和歌山ビッグ愛           | 10月 7日(火) |
| 介護技術研修【基礎編】                   | 11月 5日(水) 10:25～16:00                        | 紀の国住宅東部コミュニティセンター | 10月15日(水) |
| 介護技術研修【応用編】                   | 11月14日(金) 10:25～16:00                        | 紀の国住宅南コミュニティセンター  | 10月24日(金) |
| 高齢者の権利擁護・虐待防止研修               | 11月20日(木) 10:25～16:00                        | 和歌山ビッグ愛           | 10月30日(木) |
| 福祉職員キャリアパス対応<br>生涯研修課程【中堅職員編】 | 11月26日(水) 9:55～17:10<br>11月27日(木) 9:25～16:40 | 和歌山ビッグ愛           | 9月26日(金)  |

※研修の受講には、受講料がかかります。

※感染症や自然災害等の事由によっては、中止になる場合があります。

※県社協会員は、会員価格で受講いただけます。 ※詳細は県社協ホームページをご覧ください。

※定員(先着)になり次第締め切ります。

【お問合せ先】県福祉人材センター「ハートワーク」(県社協内)TEL073-435-5210



読者アンケートはこちらから。読者の皆さまの声をお聞かせください！

この冊子は、環境に優しい植物油インキで印刷しています。

