



センター長あいさつ

はじめまして。

4月よりセンター長に着任しました。岡田と申します。

明るい話題が少ないご時世に、3月に開催されましたWBCの大谷翔平選手はじめ侍ジャパンの話題は勇気と希望を与えてくれました。侍ジャパンには到底及びませんが、当センターは『大きなことはできませんが小さなことからコツコツと』をモットーとして、これまで以上に魚住地区に貢献できるセンターを目指して取り組んでまいります。

今後ともこれまで同様に愛顧のほどよろしくお願いいたします。



【令和4年度の活動実績】

出張相談

…お住いの地域に福祉の相談窓口が出張しました。

〈出張場所〉喫茶にしき、きずなサロン、中尾出張相談会
錦が丘校区敬老会、金ヶ崎県住など

出前講座

…地域の方向けに講座を開催しました。

〈講座の内容〉熱中症予防、高齢者の栄養管理、フレイル予防
高齢者虐待、認知症の方との関わりなど

オレンジサポーター 養成講座

…認知症について正しく理解をするサポーターの養成講座
を開催しました。サポーターとは見守る人です。



〈開催場所〉図書館、コープこうべ、自治会、教育機関
親子の居場所など

シルバーサポーター 養成講座

…オレンジサポーターのステップアップ講座を開催しました。

〈開催場所〉あかねカレッジ（魚住コミセン、魚住東コミセン）

相談件数

…年間延べ約7,300件(来所、電話、自宅訪問等)

〈主な相談内容〉介護保険申請、認知症、経済的な問題など





遍照寺ご住職・ケアマネジャーによる 講座を開催しました！



3月9日（木）長坂寺会館において、「人生会議」ACP（Advance Care Planning）の普及・啓発の一環として『「死を想う」～自分の人生を幸せに全うする～』をテーマに講座を開催しました。

「人生会議」とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。（厚生労働省ホームページより）

講座の前半は明石愛老園在宅介護支援センターと居宅介護支援センター エバークリーンのケアマネジャーの方から、在宅介護の事例紹介をしていただき、終末期に起こる気持ちの変化や、自分らしい人生の最期を迎えるための準備、またケアマネジャーの役割も含めて紹介いただきました。

後半は遍照寺ご住職から、仏教の教えやご住職自身の考え方、また著名人の書籍から言葉を引用され「死は特別なことじゃない」「今をどう生きるか」ということをお話いただきました。

命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり望みを人に伝えたりすることが、できなくなると言われています。かけがえのない人生を豊かにするために、今のうちから、ご自分の人生について考えてみてはいかがでしょうか。



教えて！ 魚住の農産物

魚住地区スイートコーン部会の
佐藤さんにお聞きしました！

トウモロコシとスイートコーンの違いは？
トウモロコシは昔から世界中で穀物として食べられてきましたが、甘く、皮を薄く食べやすく品種改良したものがスイートコーンです。

魚住町のスイートコーン生産者は現在18戸！
キャベツやブロッコリーのオフシーズンにスイートコーンを生産していますが、最近はその人気ぶりから周辺地域でも生産する農家が増えてきています。

美味しさを保つために…
新鮮なうちに冷蔵庫に入れておくのがおススメ！
温度が上がると糖が分解されてしまいます。

JA兵庫南一押しのブランドは
「スイートモーニング」
品種・大きさなど様々な基準をクリアし
厳選したものを出荷しています。
最盛期は毎年6/20～7/20頃です。



【掲載内容についてのお問い合わせ先】
うおずみ総合支援センター
〒674-0084 明石市魚住町西岡500-1
魚住市民センター2階
TEL(078)948-5081 FAX(078)948-5082

じしゅかつ 自主活のご紹介

令和元年11月
活動開始！

『サンぽっち』

家の近くで体操できる場所を探している
人とのつながりを作りたいという方は
当センターまでご相談ください。

- 日 時：毎週月曜日 午後
- 会 場：すたじおぼっち
(魚住町金ヶ崎704-6)
- 費 用：無料



自主活とは...
地域の方々が運営している体操教室のこと。通うことで筋力や体力の維持、フレイル予防を期待できます。