

西予市 地域ささえあい センターだより



西予市社会福祉協議会

第2号

2019年3月発行

～被災された方々の生活再建をめざして～

地域ささえあいセンターでは、このような活動をしています。

被災された方々が安心して日常生活を取り戻され、少しでも早く生活再建ができるよう、見守りや生活支援、健康づくりや地域交流の促進など、総合的な支援に取り組んでいます。



こんにちは！
ささえあいセンターです！

主な活動

- ◆ 総合相談受付（関係機関へのつなぎ）
- ◆ 見守り・安否確認
- ◆ 個別訪問、電話等による、お困りごとの発見
- ◆ サロン等の交流の場づくり 等

皆様の生活の様子や健康状態などをお聞かせください。

また、何かお困りごとやお悩みごとがございましたら、いつでもご連絡ください。

お伺いさせていただきます。

★ 災害支援制度のお知らせ ★

り災証明の申請受付

り災証明書とは、被害の程度（全壊・大規模半壊など）を証明するもので、様々な支援制度を受けるうえで必要となります。新規・再調査ともに**平成31年3月29日（金）**をもって受付が終了となりますので、お早めに市役所税務課または各支所総務課まで。

なお、一次判定に不服の場合、不服申し立てをすることで二次調査を依頼することもできます。

※他にも申請期限が近い制度もありますので、西予市発行の「支援制度【第5版】」をご確認いただくか、または、西予市地域ささえあいセンターまでご相談ください。

医療保険の窓口負担や介護保険の利用料の免除期間が2019年6月末までに延長されました。

災害により、住家の全半壊や床上浸水の被害を受けた方や、主たる生計維持者が失職し、現在収入がない方などは、保険証と免除証明書の両方を医療機関等の窓口で提示していただくことで、医療費等の免除を受けることができます。

詳しくは、西予市役所市民課または、ご加入されている各保険者にお問い合わせください。

災害支援団体のご紹介

OPEN JAPAN
オープンジャパン

災害支援団体のオープンジャパンさんには、全国から専門的な技術を持ったボランティアさんも来られ、復旧作業はもとより、地域づくりへのお手伝いもしていただいています。（写真右）整体ボランティアさんによる足マッサージの様子



地域住民と園児の交流 ☆つつじ団地&野村保育所☆ ～楽しく元気だぞ！体操教室～

3月7日、つつじ団地集会所において、「楽しく元気だぞ！体操教室」がありました。

この日は4月から“ピカピカの1年生”になる、野村保育所の園児の皆さんも参加し、あたたかい交流の時間を過ごしました。



のむら保育園の園児と一緒に 10:45～11:00
 ☆ ブーチャョキ コン
 ☆ ケミンダンス
 ☆ もうすぐ！ねんせい!

♪ ほっこりカフェのご紹介♪

東京からの支援団体「パルシック」さんが、住民の方々が気軽に集える場として、『ほっこりカフェ』（傾聴カフェ）を開催されています。

宇和町産のお茶をはじめ、東ティモールコーヒーやハーブティー、そして、楽しいお話しで、身も心もほっこりしてみませんか？

飲み物は無料ですので、皆さん、お誘い合わせのうえ、是非、お越しください。お待ちしております。

（日時）毎週金曜日 10時30分～14時30分

（場所）野村町農産物直売所「百姓百品」



健康コラム vol.2

生活不活発病

心身の疲労や生活サイクルの変化により身体を動かす機会が減り、生活が不活発になると、心身の機能が低下してしまいます。この状態を「生活不活発病」と呼び、特にご高齢の方や持病のある方に起こりやすいと言われています。

いつまでも健康でいるためには、日々の生活で活発に動くようにしたり、地域の活動に参加したりすることが大切です。歩きにくくなったら、杖の使用や手すりの設置を検討してみてください。また、「安静第一」、「無理は禁物」と思わないで、関係機関などに相談してみましよう。



お問い合わせ

■ 西予市地域ささえあいセンター(西予市社会福祉協議会 本所)

〒797-1212 西予市野村町野村12-15

TEL:0894-72-2306 / 090-7579-8579

FAX:0894-72-0024

■ 西予市地域ささえあいセンター宇和サテライト(西予市社会福祉協議会 宇和支所)

〒797-0015 西予市宇和町卯之町4-746

TEL:0894-62-3770 / 090-7579-8593

FAX:0894-69-1363