

第49号

# 中六福祉だより

令和3年2月20日発刊 中六人部地区福祉推進協議会

## コロナ禍の暮らしを生きる

中六人部地区福祉推進協議会  
会長 大槻

希望を託す新年を迎えましたが、今だ、新型コロナウイルスの猛威が世界中を覆い、緊急事態宣言が京都府下全域にも発出されました。

引き続き先の見えない状況に不安が増幅し、日々の暮らしの変容に戸惑うばかりです。当中六人部地区福祉推進協議会におきましても、当初計画をしていました様々な事業や行事の多くが中断や中止を余儀なくされました。残念の限りです。

その様な中であって、地域の暮らしと地域の活力を少しでも取り戻し、前に進める事業を模索してまいりました。

結果、健康増進を語るグラウンドゴルフ大会・地域を超えた福祉に寄与する簡易防護衣の製作事業などを企画・実施する事が出来ました。

いずれの事業も多くの皆様方のご支援を頂き盛会にまたしっかりとした結果を残す事が出来ました。

今、地域福祉を取り巻きます厳しい現実の中であって、皆様方に内在する確かなエネルギーや地域の力を糧に今後も地域福祉力の向上に繋がる取り組みなどを工夫を重ねながら進めてまいりたく存じます。

その取り組みの一環として、地域を繋ぐこの中六福祉だより第49号を皆様のお手元にお届けします。

厳しいコロナ禍、それぞれの想いの中、しっかりと暮らしと日常を前に進めていただいている皆様からのエールを受け止め、コロナ禍の厳しい日常と暮らしを共に共有し、コロナ感染予防対策に万全を講じて、共に前に進みましょう。

## 令和3年 年頭のご挨拶

中六人部公民館長・中六人部自治協議会長  
大槻

あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、穏やかに新年をお迎えのことお慶び申し上げます。

皆様ご存知の通り、昨年は春先より新型コロナが世界的に蔓延し、感染防止のため多くの行事が中止や延期あるいは規模の縮小を余儀なくされ、皆様方におかれましても人づき合いにも躊躇するような暮らしを送られていることと存じます。

当中六人部におきましても大部分の行事が中止に追い込まれ、楽しみにされていた皆様も落胆しておられるのではないのでしょうか。

しかしながらも日本も全国民にいきわたるワクチンを確保したとの知らせもあり、この病気も徐々に鎮静化していくものと思います。

昔、さる高名な作家が明日の来ない夜はないと言って不愚の時代を耐え忍んだそうです。私たちが今は我慢の時で小規模な形で会合やスポーツを楽しんだりしつつ夜の明けるのを待ちたいと思います。

さて、中六人部に目を転じますと、皆様方のおかげでかねてより要望しておりました地域づくり協議会（ミライト中六）の開所、笹場岩間バイパス早期開通、笹場東橋の離合場所の確保、竹田川河川敷公園の整備などが実施、あるいは進展しました。

また、井上株式会社様による小学校跡のイチゴ栽培が本格的に稼働し、昨年10月にはオープニングセレモニーが開かれ新たな観光スポットになりつつあるなどコロナで委縮している心を励ますようなこともありました。

後になりましたが、中六人部地域のさらなる発展と、皆様方のご健勝とご多幸をお祈りし、かつ一日も早く新型コロナが終息し、皆様と共に笑って行事を楽しめる日が戻ってくることを願ひまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

## 令和3年・年頭のご挨拶 & 抱負

市議会議員 大槻

令和3年を迎えるにあたり、謹んで新年のご挨拶を申しあげます。

また皆様には、平素から市議会活動につきまして、格別のご支援とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。昨年は、まさにコロナ禍に翻弄された1年で有りました。年末から感染者の増加が止まらない現実を厳粛に受け止め、引き続き皆様には冷静な行動をお願いする次第であります。そんな中、コロナ感染者への誹謗中傷やSNSなどによる心無い暴言などのニュースに心を痛めた方も多かったのではないのでしょうか。このニュースを見ていた時、「ノ

「ユニバーサルデザイン」という言葉を思い出しました。1960年代に欧米諸国から始まった社会福祉をめぐる社会理念の一つで、障がいの有無や性別・年齢の違いなど区別されることなく、当たり前で生活ができバリアフリーな環境を整えて行くという考え方です。社会福祉国家であるデンマークが「世界一幸福な国」と呼ばれる所以はこの概念がしっかり土台となり国民一人一人に根付いているからです。日本は物質的な豊かさはあっても、精神的な豊かさに欠けるのはまさにこの土台に大きな違いがあるからだと考えさせられました。さて、国内の福祉分野に目を向けますと、国家予算編成において福祉関係に伴う予算が近年増加傾向にあり、財政を圧迫しているなどの情報をよく耳にします。年金・生活保護等は減収と又、後期高齢者医療は増額傾向と生活弱者にとって今後更に経済的に厳しさが増すような気配でもあります。先行き不透明な時代に入ろうとしており、そして生活様式の変化も強いられておりますが、元気に・明るく・楽しい日々を送るように勉め、精進も日々怠りなく携わって行けば必ず良い生活環境が生まれるものと確信致します。本年も「現場主義」を徹底し、福祉関係は勿論のこと、地域振興分野・農業分野においては特に力を入れて活動していく所存です。お困りごとがあれば、昨年同様お気軽にご連絡戴けましたら皆様共々と解決に向けて持てる力を存分に発揮して参りますので、これからも力強いご支援を賜りますようお願い申し上げます。

本年が皆様方にとりまして希望に満ちた大いなる発展の年になりますことを心から祈念し年頭の御挨拶とさせていただきます。

### 令和3年・年頭のご挨拶&抱負

社会福祉法人コスモス福祉会  
中六人部保育園 園長 中嶋

皆様には、ご家族お揃いで健やかに新年を迎えられたことと、お慶び申し上げます。

日頃より、中六人部保育園に対しまして、暖かいご支援をいただいておりますこと、心から感謝し、お礼申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症が世界的に流行し、これまで経験したことのない大変厳しい一年でした。出来て当たり前の事が、全て中止や不要不急で私達の生活は大きく様変わりし、地域行事では、子ども達の成長の一つであります「中六人部地域敬老祝賀会」で毎日頑張って練習してきた太鼓が披露することが出来なかつたり、また「ふれあい交流会」で地域の方と身近で関わる事が出来ずと、子ども達はとても残念な思いをしました。今年は色々な行事に皆様と共に参加できるように願っております。

中六人部保育園は地域の皆様のご支援のお陰で、平成25年4月からコスモス福社会がお受けして8年目を迎えようとしています。保護者様の就労支援と子ども達の将来を考え、そして地域から愛され利用しやすい保育園を目指しております。「げんきいっぱい・えがおいっぱい」をモットーに日常生活や、様々な行事を通して沢山の体験ができるように配慮しています。

今年もコロナ禍の中、新しい生活様式を考え、私達の保育に一層の効果が得られるように万全を尽くして参りますので、皆様方のご協力とご支援を心よりお願い致します。

地域の皆様にとって素晴らしい一年になることを心からお祈りいたします。

今年もよろしくお願ひ申し上げます。

## 第49号の中六福祉だより「各地域の声」の紹介です

今回は、野間仁田自治会・下地自治会です。

### 年 が 明 け て

野間仁田一区民

この正月はこれまで経験したことのないコロナ禍での年明けとなりました。当初は今日の様な感染拡大のなるとはは思いもせず、春には直ぐにでも終息するであろうと多くの方が考えていたのではないかと思います。

この年明けには東京で連日千人を超え、全国でも5千人に迫る感染者を出すなど猛威を振っており、今後新型コロナはいつ終息するのか不安な年明けの毎日です。

久しぶりに年末に降った雪は、雪かきの重労働はあるものの、里山を白いベールで覆い尽くし、コロナ禍が嘘のようにいつもの冴え渡った冬らしさを演出しています。

このような中、現実とは言えば当地区では少子高齢化が進み、あと10年・20年もすれば集落がどうなっているのか全く分からない状況に至っています。数百年か千年前にも集落はできては消えていたでしょうが、少なくともこの百年では誰も経験していません。

人口減少による過疎は全国いたる所の喫緊の課題です。解決する共通の特効薬等有りません。地域の田畑や道水路、山林や神社等のもとより、各々の家でも田畑をどうするのか？屋敷や土地は、墓は？自分自身は？等、その先どうするのか、みんなが自分事として真剣に考え取り組む必要があります。

我ら先人たちも、自然環境や境遇に翻弄されながら生活様式や場所を替え生きのびてきたに違い有りません。昔の良き時代は昔のこととして同じようには決してなりません。

少なくとも今の部落を維持しようとするれば、老若男女皆で知恵や土地やお金も出し合い、自助・近助（お隣同士助け合い）・共助で繋ぎ、機助（機械技術による支援）も活用し、自

治会の統合も視野に入れながら、一致協力し合わねばならないとおもいます。

年のせいかな不安なことばかりですが、地域や世の中が、毎日、今日より明日、明日より明後日がきっと良くなると信じ、まずは自分自身は真面目に生きていこうとおもいます。

## ☆自然環境の中で喜び悲しみを昇華して暮らすことの意味☆

野間仁田区 井上

自治会で地域のためにご尽力されてきた方々が、ここ数年の間にご逝去されていき、畑仕事をされていた在りし日のお姿を思い出し喪失感を感じる身になりました。

私が中六人部地域に昭和45年に関東より嫁いできましたが、月日が夢のように過ぎ去り、いつの間にか高齢者となりました。

一昨年の暮れに電動自転車ごと側溝に落ち鎖骨を骨折しましたが、足や顔は異常なしで済みました。しかしその痛みと共に回復するまで、何故、暗い早朝にゴミを出しに行ったのか馬鹿なことをしたものだ後悔しても、あとのまつりで、人生願わしくないことも起こりうるものだと痛感しました。

今、中六人部に暮らして喜びや悲しみやどんなことがあっても乗り越え前に進んでくることができたのは、当地域の皆様のお力で感謝の念しかありません。

退職後はウォーキングがてら芦田均記念館の先に広がる田地帯の風景に心を癒される日々を暮らしております。これからも、この情景の中で天災の怖さも、四季の美しさも、自然の摂理と出会い感動の日々であって欲しいと思います。

いつか、私にも必ず訪れる最終章は、この土地の風になって、広い青空の雲の中に吸い込まれたらと思った時もありました。一年余りのリハビリにより鎖骨は、少しずつ回復して現在は、自分なりの希望やエネルギーが湧いてきましたので、もう少し頑張りたいと思っている今日この頃です。

## 老 老 介 護

下地一区民

自分が老人だということも慣れてしまい、現在は老老介護の真っ最中です。95歳まで介護サービス不要の母でしたが、令和2年4月にいきなり要介護5となりました。お医者さん、看護師さん、ヘルパーさんや介護施設の皆さんなど、本当に多くの方々にお世話になり有り難く思っております。

気が強く、力もまだありますので、ベットから脱出して腕を骨折したこともありました。私の名を大声で呼び続けたため通りかかったご近所さんが、何が起きたのかと飛んで来てくださったこともありました。

妹の主人に「皇太后の御機嫌は？」と尋ねられたりするほど「エライ人」です。息子の嫁

さんが部屋に入って声をかけると「毎日見に来んとアカン」と叱り、嫁さんは「また、おばあちゃんにおこられた。おばあちゃんコワイ」と言うような始末です。

皆で笑い話にすることができるのでいいのですが、それでもストレスはたまります。母の耳が遠いのを幸いに、何か言われて腹が立つとムチャクチャなひとり言を言って発散しています。

食べるのが大好きで元気なこと、人生を悔いるようなことは口にしないこと、実の娘に死ぬまでみてもらうのが一番幸せだと言っていること（もちろんリップサービス含みで）などは有り難いです。生きている間に親への恩が返せるのは幸せと思って、上がったたり下がったり寒暖計のような心模様ですが、努めていこうと思っております。人生こんなもんやと思いながら頑張ります。

行き届いたサービスを提供して下さる行政、そのもとで本当に気持ち良く動いて下さる方々に、このような紙面をお借りしてではあります、厚く御礼を申し上げます。ありがとうございます。

## 「コロナ禍の中で」

下地一区民

昨年から新型コロナウイルス感染拡大により、私たちには想像もできなかったことが起こりました。コロナ感染が広まる中、各イベントの中止、学校では卒業式や入学式の小規模化、緊急事態宣言による小中高の一斉休校、子供たちにとっては、不安に思いうなか、早く学校の再開を願う時期がありました。もちろん子供だけではありません。大人や高齢者においても同様の不安が今でも広がっています。

このコロナ禍によって、わたしたちの生活様式は大きく変わりました。マスク着用や手指の消毒、3密（密閉・密集・密接）を避ける、不要不急の外出は避けるなど、すっかり慣れてきてはいるものの、こういった予防が十分にできない方もおられます。

マスク着用ができない障害の方や、乳児や幼児、認知症の方など、様々あります。それは要請であってもできない理由があり、仕方のないことです。こういった方にどのような配慮が必要でしょうか。細かな視点を見落としがちですが、誰もが皆、様々な事情を抱えていることに思いを寄せ、相手の立場になって考えられる思いやりのある社会を願っています。

今は個人責任の時代になってきていますが、他人にも目を向けていく、本当の意味での「自助・共助」が必要なのではないでしょうか。

世界的にまだまだ感染が広がっている実態の中で、日本においても消息の目途さえ立っていません。そのような中でも献身的に医療や福祉など、人々の感染拡大を防ぐべく、尽力されている方々もおられます。沢山の方々の支えにより今の私たちの生活が成り立っていることをあらためて感謝し、1日でも早く終息を願う毎日です。

福知山市下六人部ほほえみの里からのメッセージを戴きました。

## 「 地 域 に 根 ざ し て 」

ほほえみの里  
施設長 細見

新年明けましておめでとうございます。

地域の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症により、感染拡大防止策として、色々な行事を中止して地域との交流事業も休ませて頂きました。

平成16年の9月に開設し17年目となり、三六人部の皆さんには、多くのご支援やご協力を得まして、地域に育てて頂いたことに感謝し、地域に根差した施設でありたいと考えて前に進んでおります。

毎年地域に出向き、出前講座を開催させて頂いております。その時に一番強く感じたことが、中六人部地域の皆様の結束力・団結力・まとまり感を一番強く感じました。地域の役員様方の努力や行動力も一つとなっているとは思いますが、地域のお住まいの一人ひとりも地域での生活を大切にし、お互いが助け合い、何事にも関心を持ちながら、常に協力を惜しまず関わっておられるのだろうかと思いを巡らしております。

地域の行事にも様々と趣向を変えながら取り組まれております。参加者あつての行事ですが、多くの方が参加されていることにも結束力の強さを感じています。

当施設で出来ることは、外出の機会が少なくなられた高齢者の方々や、自宅での入浴が困難となられた時や話し相手がなく寂しく感じておられる方等に、安心してお風呂に入ってもらったり、コミュニケーションの機会や体を動かす機会を作り、楽しく過ごして頂きます。どうしても高齢になると、下肢の筋力低下が目立ってくることも予測されます。

昨年より機能訓練にも力を入れております。当法人の理学療法士に定期的に来てもらい、指導を受け、個別に看護師で出来る機能訓練を実施し、住み慣れた地域で、住み慣れた家で、いつまでも住み続けることが、出来るように、微力ではありますが、支援の一環につながることを望んでおります。

ほほえみを忘れず、明るくお互いに楽しく、一日一日を大切にしながら歩いていけることを願っております。コロナが収束するかどうかは不明ですが、今までと違った生活環境で地域とのふれあいが出来ることを願いながら、地域の皆様が素晴らしい一年になることを心よりお祈り申し上げます。

## 高齢者健康体操の効果

居宅介護支援事業所ほほえみの里

ケアマネジャー 衣川

中六人部福祉ふれあいひろばに参加していらっしゃるご高齢者の皆様、毎日いかがお過ごしでしょうか。昨年はお会いできなくて残念でした。

いつも元気に体操をされていた姿が思い起こされます。変わらずお元気で活躍されている事と思います。

昨年はコロナ禍の為、活動が減った方はいらっしゃいませんか。筋力が低下して動きにくくなっている方、気持ちが落ち込んでいる方はいらっしゃいませんか。

運動することで元気になる。人間の身体は運動することで全身の血液循環がおこり、身体の隅々に血液が行き渡り、酸素等が行き渡り、筋肉や内臓の働きが良くなります。

反対に、運動しないと筋肉が動かず、血液循環が低下して筋肉が衰え、内臓の働きが低下します。胃腸の働きが低下すると、食欲が無くなったり、便秘になります。自律神経のバランスが崩れると、夜眠れなくなります。また、筋肉は運動しないと日々衰えていきます。

2週間、寝たきりになると7年分の筋肉が失われてしまいます。毎日運動をすることで筋肉を減らさないようにすることが大切です。自分の日常生活の中に運動習慣を取り入れて下さい。

次の事項が最も効果的ですので、出来る事より実践して下さい。

出来るだけ歩く、もっと歩く機会を増やす。家事をする、掃除を、洗濯物干し、調理は運動です。農作業も運動です。おそらくこれくらいの運動は皆様が毎日されていると思います。仕方なくやるのではなく、自分が元気で過ごす為にやっていると思って、楽しくされると良いと思います。

テレビで筋トレ体操も毎日やっています。時間を決めて毎日すると、とても効果があります。1回きりでは効果がありませんが、短時間、ほんの5分間程度でも毎日やれば効果があります。福知山市で推進している「貯筋体操」(ふれあいひろばで、以前一緒にやりましたね)ご高齢者でも楽にできますので是非やってみて下さい。パンフレットが欲しい方は連絡下さい。差し上げます。

気分が落ち込み何もしたくない方、食欲が無い方も毎日運動することで身体の働きを良くして、脳の血液循環を良くすることで脳の働きが良くなります。運動は健康を維持増進する為に欠かせないものです。毎日行えば確実に効果があります。

コロナウイルス、インフルエンザ等の感染予防にも効果があります。運動する事で新陳代謝が良くなると、体温が高くなり、体内に侵入した細菌、ウイルスの増殖を阻止します。運動をすることで免疫力が高くなり、感染しにくくなります。また、感染しても重症になりにくいです。運動習慣を身につけてコロナ禍を乗り越えて下さい。

運動する事で健康長寿、認知症予防を実現して、元気な高齢者が活躍する地域を作ってい



かないといけないと思います。元気な高齢者が活躍する中六人部地域を発展させていく原動力は皆様の活力です。運動習慣を身につけて、コロナ禍を乗り越え、健康の維持増進を行い、地域の為に活躍される事を期待しております。私もまだまだ頑張らなければと思っております。中六人部地域の皆様と今後も、楽しいふれあいの機会を持たせていただきたいと願っております。中六人部地域福祉ふれあい広場で一緒に健康体操を出来る日を楽しみにしております。

中六人部地域のいきいきサロンの紹介コーナー

今回は、2サークルを紹介します

## 水曜サロンの紹介

堀

改めまして新年のお祝いを申し上げます。中六人部の皆様には、このコロナ禍で独自スタイルのお正月を迎えられたことと存じます。昨年とはかつて経験のない状況下で自粛を余儀なくされる中、中六人部地域づくり協議会ミライト中六の水曜サロンに格別のご理解とご協力を賜り心より感謝申し上げます。

水曜サロンは、まずは気楽に珈琲や歓談を楽しんで頂く憩いの場となり、少子高齢化の進む中で少しでも明るい元気な地域に繋がる一助となればとの想いを込めてスタートしました。

ところが、4月開催予定がコロナ感染拡大のため、6月の仕切り直しとなりました。皆様には、マスクや検温等の対策にご協力頂きつつ、粛々と活動を続け24回の開催となっております。しかしながら残念なことに11月から再度見合わせとなっております。

内容として、第一水曜日は六人部地域包括支援センターよりお二人に来ていただき個人的に高齢者総合相談をお世話になっています。第二水曜日には、移動図書館さつき号、魚屋さん、そしてまた毎週水曜日にパンの移動販売と、色々ご利用いただいています。首を長くして買い物を楽しみに待っておられる方もいると聞いております。

催し物は少数サロンに合わせて、特に大々的ではないものの、中六の方、縁や所縁のある方のお力をお借りして、折り紙や朗読、ハーモニカ演奏等々、得意分野やご趣味をご披露いただいています。コロナ対策に配慮願い、興味深い内容でお世話になりました。脳トレクイズやストレッチも楽しんでもらっております。

またお花やパイナップルをご提供いただきました。保育園さんには可愛らしい七夕飾りをお願い致しました。迎春にはお正月飾りをお持ちいただきました。多くの方々にミライト中六水曜サロンに関心を寄せてもらい盛り上げて頂き、スタッフ一同感謝の気持ちでいっぱいでございます。

今後とも、中六と高齢者の方々を第一に考え、中六人部地区福祉推進協議会さんと更なる

連携を深め水曜サロンを継続してまいります。微力ながら今まで通り推進協さんの福祉のお手伝いできれば幸いです。水曜サロンが皆様の笑顔で溢れる身近な憩いの場となるよう努めてまいります。一日も早いコロナ収束を願い、サロン再開ができるまで皆様どうぞお元気でお過ごしくださいませ。



(水曜サロンの様子)

## いきいきサロン田野福笑会の紹介

### 大 槻

「誰でも何時でも楽しく話し笑いましょう」をモットーに月 1 回の集いをしています。会の初めに「搬若心経」「官福寺のご詠歌」を唱和します。

これには、成り立ちの歴史が有ります。福笑会の前身は、昭和 50 年の中頃から先人達が空海誕生の祭りとして月の 21 日に地区の女性達が弥勒堂で唱えて談話会を行っていました。その後絶えることなく平成になり福笑会と命名し福知山市社会福祉協議会に登録しました。時代は進み平成の後半には出席の人達の顔ぶれも変わりましたが今日に至ります。

先人達の意味を今集う皆様も受け継ぎ会の初めに必ず唱和します。又地藏様と弥勒堂の掃除やお花のお供えも会の有志の皆様が行っております。この事は地域の方々の癒しにもなっているのではないのでしょうか。

さて、唱和が終わると皆様はイキイキと色々な話をされます。昔の事から今の情報まで、本当に尽きる事はありません。私達も知らない事や不思議な事、又地域の昔話など興味深い話もあります。皆笑いながら、イキイキと本当に楽しそうで時間が過ぎるのを忘れます。

例年は、お巡りさんやケアマネージャーさん、市包括支援センター等の講義や体操等で勉強会もします。

しかし、今年度はコロナ禍で集会もままならない状態でしたが、安全な時は皆さんの「集まりたい」の声を聞き感染対策をしながらサロンを開催しました。

そのような中で私達に出来る事をしようと、手作りマスクを作り高齢者の皆さんに、配布。玉ねぎが収穫できたらゴキブリ団子作り。

また、中六人部地区福祉推進協議会とミライト中六の部会の呼びかけによる防護衣作りに賛同し、有志が集まり一生懸命で作りました。皆さん出来上がった時は、達成感で手をたたいて喜びました。

また、使用済みテレホンカードや古切手を集め社協に持参しました。

「近くて歩いていけるのは此処だけや」

「今月もしてくれるんやね」等言って来られる皆さんの声が励みになっています。

早くコロナが収まり何の心配も無く大声で大笑いし、美味しいお弁当やお菓子が食べられる日が来る事を願わずには居られません。

歴史ある「福笑会」が地域の方々のより所となり元気の源となるようコツコツと長く続けられるように皆さんと一緒に勤めて行けたらと思っています。

追伸 使用済みテレホンカード・古切手・書き損じはがきを随時集めておりますのでご協力宜しくお願いします。（ 福笑会 まで ）



(福笑会の皆様が簡易防護衣製作にご協力を頂いた時の様子です。)

# 福祉施設関係者の皆様方へのコロナ感染予防、防護衣の

## 寄贈について報告とお礼

未だ収束が見えないコロナ禍にあって、コロナ感染予防対策にご苦勞をされている介護現場等、福祉施設の安心・安全に少しでも寄与出来ればとの思いから、区内を越えた取り組みとして昨年末、当中六人部地区福祉推進協議会と中六人部地域づくり協議会が一つになり簡易防護衣の製作を地域に皆様呼びかけました。

結果、各地域のサロンの皆様方を始め延べ 40 名近い皆様のご参加を得て 100 着余りの簡易防護衣の作成をいただきました。真にありがとうございます。

さっそくに完成をいたしました防護衣を福知山市社会福祉協議会にお届けし、感謝の意を表して頂きましたことまた、防護衣を各福祉施設にお届けを頂きました事をご報告させていただきます。

ご参加ご協力を頂きました皆様方にこの場をお借りして、改めて厚くお礼申し上げます。

今後も皆様方から頂きましたお力添えを糧に地域の福祉力の向上に繋いでまいりたく存じますのでよろしくお願いいたします。



謹啓 福家の城 ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。さて、この度は「手作り防護服で感染・福祉関係者と接触するプロジェクト」の趣旨にご賛同いただき、防護服作成にご協力をいただきました事にありがとうございます。

皆様で作成いただきました。郵送で助中二福祉の防護服は、市内の福祉施設十九施設へそれぞれ配布させていただきました。多くの施設に大変喜んでいただきましたことを、ここに報告させていただきます。また、各地域さんからもお礼状を頂戴しておりますので、みなさんの活動の記録とともに同封させていただきます。心より感謝申し上げますとともに、今後ますますのご協力を期待いたします。

本年ながら、十六人部地区福祉推進協議会様の益々のご活躍をご祈念いたしまして、協議会がら書中にもお礼申し上げます。

謹白

令和三年一月二十七日

福知山市社会福祉協議会

会長 森久 重雄

副会長 森久 重雄

十六人部地区福祉推進協議会 会長 大城 昌洋



## 福知山上下水道部からのお知らせ

### 水まわりが凍結した時は・・・

#### 1 凍結箇所を調べる

気温がマイナス4度以下になると水道管内の水が凍り始めます。

(1) お水が出ない→水道管のどこかで凍っている可能性があります。

(2) お湯が出ない→給湯器の入り口部分で凍結の可能性があります。

※どの蛇口からも出ず、メーターが回っている場合は、水道管が破損し漏水している可能性があります。その場合は3の対応をお願いします。

#### 2 凍結の解決方法

水道管や、蛇口などの器具に亀裂や破損がない凍結の場合は、自然に溶けるのを待つか、凍結している場所にタオル等をかぶせて、その上からぬるま湯（手で触れる程度の40度まで）をゆっくりとかけてください。

※水道管や水道メーター、凍結した蛇口に直接熱いお湯をかけると破損する場合がありますので、絶対におやめください。

#### 3 亀裂や破損を発見した場合

水道管や蛇口などの器具に亀裂や破損を発見したときは、福知山市水道事業指定給水装置工事業者（福知山市ホームページ等をご覧ください）に修理の依頼をしてください。

漏水があれば、メーターボックス内の止水栓を開めてください。

#### メーターボックスをご確認ください！



止水栓レバーがメーター向きに倒れている場合  
→通水中です。  
止水栓レバーが立っている場合  
→止水中です。

※上記写真以外の止水栓もありますので、止水方法はお問合せください。

#### お問合せ先

#### 福知山上下水道お客様センター

電話 22-6500 FAX 48-9535

福知山市字堀（水内）945番地 上下水道部庁舎 1階

## 編集後記

今年も、何卒ご指導ご支援を賜りますよう、宜しく願い申し上げます。

昨年来、新型コロナウイルスの猛威が奮い京都府下全域にも緊急事態宣言が発令されました。当福知山管内に置いても感染が拡大しており予断を許さない状況が続いています。

ご自身の身を守るためにも一層の感染予防対策の徹底に努めましょう。

今年は何年か、中六でも昭和 30 年代頃まで農耕で農家を助ける「牛」の姿が日常的に見受けられました。

大変な農作業を地道に最後まで手伝ってくれる様子から丑年は、「我慢（耐え忍ぶ）」や「発展の前触れ（芽が出る）」年、また牛は神の使いとも言われています。

コロナ禍の今、「まだまだ耐え忍ぶ年？」ですが、地道に未来や希望に向けて突き進み、新たな発展に繋がる年になることを願い、慌てず騒がず焦らず頑張りましょう。

さて、福祉だよりも寄せられる地域の声から、中六の素晴らしさや良いところ、また時代の流れと共に、急速な高齢化・過疎化などを憂い真剣に思い悩んでおられる現状も見えてきます。

この様な様々な声をお聞きし、地域福祉の歴史を刻んでまいりました「当福祉だより」の発行も次回で 50 回を数えます。

継続発行をいただいてまいりました歴代編集者の皆様、ご寄稿をいただいてまいりました皆様方に、この場をお借りして厚く感謝申し上げます。

後になりましたが、今号にご寄稿を賜りました皆様方に厚くお礼を申し上げます。

今後とも宜しく願いいたします。

令和 3 年 2 月 20 日

発行責任者 : 大槻

編集責任者 : 土田

編集 : 民生児童委員

印刷所 : 〒620-0035 福知山市字内記 7 2 番地の 1

(株) 報国堂

TEL : 0773-22-2883