



MMC 心の通信

電話 37-1116

発行責任者：夜久昭広

ふくしあん新聞 第15号

令和 7年 10月発行



「暮らしのささえ愛活動」のあゆみ

令和3年4月にスタートしてから、早くも4年半が経過しました。ユーザーさんからは、草刈り・草引きをはじめ、庭木の剪定、菜園の手伝い、部屋の掃除・片付け、ゴミ出し、買い物サポートなどさまざまな依頼が寄せられています。

事務局では、ユーザーさんの依頼内容をささえさんに連絡して、有償でのボランティア活動に取り組んでいただいております。現在、ささえさんは103名、ユーザーさんは98名（9月末現在）が登録されています。

ささえさん・ユーザーさんの声をご紹介します！

「暮らしのささえ愛事業」が、4年程前に開始されたことは、知っていましたが、その頃は、まだまだ身体も元気で何でも出来ると思っていました。最近徐々に体力の衰えを感じて、暮らしのささえ愛事業に登録しました。

登録する事で、一日一日を安心して過ごしていける様に思い登録させてもらいました。よろしくお願いします。

女性（80歳代）

窓ふきしてもらった。高いところは手が届かないので助かりました。

女性（80歳代）
女性（90歳代後半）

『有り難いですね。』以前なら健康を兼ねて庭の草引きや少しの家庭菜園を行っていましたが、今は自分の守りで精一杯ですね。

今回家の前の雑木を伝えて葛葉が家の柵に入ってくるのが気になって「ささえさん」に葛葉の除去を依頼しました。暑い中、葛葉と合わせて雑木も綺麗に剪定して頂き、家の前がスッキリ気持ちもスッキリしました。自分で出来ないことは寂しくもあり残念ですが、皆さんに支えて頂いていることに感謝！感謝！です。

女性（80歳代）

足が痛くなって、お風呂がきれいに洗えないから困ってたけど、ささえさんに来てもらって、とても綺麗に洗ってもらえてうれしい。「ささえさん」に感謝します。「ありがとうございました。」

女性（80歳代）

昨年の秋までは、歩行器を使ってミニフレッシュに買い物に行っていましたが、膝が痛くて歩けなくなりました。その日の食べ物もささえさんに買ってもらうので、とてもありがたいです。

女性（80歳代）



一ささえさん一

今年の夏は暑いから「草刈り」の依頼は遠慮されているのかなあ…気軽に頼んでほしい。

男性（60歳代）



「暮らしのささえ愛活動」状況

活動件数（令和3年4月～7年8月）

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	合計
令和3年				4	1	3	8	5	10	6	1	11	49
令和4年	4	4	3	1	7	9	16	8	4	13	6	10	85
令和5年	18	7	6	8	4	8	22	14	11	14	4	2	118
令和6年	8	1	3	5	10	12	13	12	8	10	7	17	106
令和7年	11	25	17	11	9	10	12	6	(11)				101
合計	41	37	29	29	31	42	71	45	33	43	18	40	459

活動内容（令和3年4月～7年8月）

屋外作業（庭・家周囲）	屋内作業（掃除・片付け等）	器具などの交換・取付	その他
草刈り・草引き 159	部屋等掃除 片付け 22	照明器具交換 5	買い物サポート 60
庭木の剪定 29	窓ガラスふき 18	コンセント交換 3	朗読 40
菜園手伝い 10	不用品片付け 4	テレビ・リモコン調整 2	ゴミ出し 17
除草剤散布 6	風呂掃除 4	すだれ取付 2	精米作業 2
つる除去 5	家具移動 3	手すり取付 1	公共料金の収納代行 2
庭の掃除 3	玄関灯掃除 3	携帯ルーター接続 1	稲木処理 1
シャッター洗い 2		パソコン・プリンター修理 1	図書処分 1
排水溝の掃除 2		窓ガラスシール張替え 1	
小屋修理 1		屋根波板補修 1	
雪かき 47		こたつの組立 1	
合計 264	合計 54	合計 18	合計 123

★ 民生委員さんの声

『民連通信（福知山市内の民生児童委員さん全員に配布される情報誌）』に、夜久野地区民生児童委員さんが、「地域の協力もあって」と題して、寄稿されていて、この一冊で紹介させていただきます。

『私は会社勤めをしているため、日中は地元にはいません。友愛訪問や見守り活動はしていますが、定期的に高齢者宅への訪問は出来ていません。高齢者の方の状況把握がおろそかになってしまい反省するばかりですが、ささえさんや民生児童委員経験者をはじめ地域の皆様の協力をいただくことで民生児童委員の活動が出来ていることに感謝しています』

「暮らしのささえ愛活動」に対する深いご理解、ご支援を頂いておりますことに感謝いたします。



「暮らしのささえ愛活動」を学ぶ ～ 福知山公立大学生の地域調査 ～



福知山公立大学地域経営学部の1年生のみなさんが、地域調査に訪れ、1回目は、夜久野ふれあいプラザで夜久野地域の様子や「暮らしのささえ愛活動」の取組について、説明を聞き、質問をしていました。2回目は、上夜久野地域の草刈りの様子を見学し、ユーザーさんの依頼を引き受けていただくささえさんの協力によって、「暮らしのささえ愛活動」が成り立っていること、住み慣れた地域で暮らしていくために必要な取組であることなどをささえさん、ユーザーさんから学びました。

学生のみなさんは、2回の地域調査で「見たこと・聞いたこと・わかったこと」をプレゼンテーション資料としてわかりやすくまとめて、福知山公立大学で発表しました。

夜久野地域の課題として「高齢化のさらなる進展」「後継者不足」「要支援者数の増加」、調査からわかったこととして、「高齢者の単身世帯が多い」「夜久野の住民を支える有償ボランティアとして暮らしのささえ愛活動がある」と報告していました。

〔写真〕ささえさん活動を体験する学生さん



「暮らしのささえ愛事務局」

暮らしのささえ愛活動についてのお尋ねやささえさん・ユーザーさんの登録希望などがありましたら、下記までご連絡ください。

【ささえ愛専用】
☎ 080-7736-7156

← このチラシは、町内の最寄りの施設等に配布しました。ご希望の方は事務局まで！



福祉あんしん部会員・ささえさん募集！

夜久野みらいまちづくり協議会

自治功労表彰受賞！

この度、京都府知事より、移住定住の促進をはじめ地域の課題やニーズに寄り添った取り組みを高く評価いただきました。

福祉面では、住民同士の助け合いの『暮らしのささえ愛活動』も評価いただいたと聞いております。この度の受賞は、まちづくり協議会の仲間、OBのみなさん、そして地域でご活躍いただいている『ささえさん』、みんなの受賞です！



一緒に活動しませんか

【協議会事務局】
☎ 37-1116

あんしん・あんぜんな地域を目指して

消防団から

上夜久野分団合同詰所 お披露目会！

令和7年7月26日、上夜久野分団合同詰所のお披露目会が行われました。

当日は、車両・装備品の展示や詰所内部の見学、水消火器体験等がありました。普段見ることができない詰所や装備品の見学に、来場者も楽しんでおられました。また、福知山市で最後となった上夜久野分団1部のポンプ車の展示もありました。



火の用心！

野焼きによる火災が多発しています！！

7月以降、野焼きが原因の火災が多発しており、死亡者も発生しています。これからは空気が乾燥し暖房等が原因になる、火災が発生しやすい時期となってきます。



上夜久野分団 中村さん



ごみを焼却することは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。



中夜久野分団 奥野さん

火災は、みなさんの貴重な財産や生命を奪うだけでなく、周囲にも迷惑となります。火の取り扱いには十分注意しましょう。



下夜久野分団 石原さん

駐在所から

詐欺を未然に防ぐ！

特殊詐欺被害は全国的にも増加しており、京都府下では、被害額が過去最悪のペースで推移しています。

固定電話をお持ちの方を対象に国際電話からの発信・着信を無償で休止することができますので、申込みの際は下夜久野駐在所、上夜久野駐在所までご相談ください。

サギ電話の7割以上は国際電話が悪用されています。固定電話は、国際電話の利用を休止してください。京都府警察が申込みを全面的に支援します。



上夜久野駐在所 岩佐さん

こんな言葉に注意！！
「工事をしないと危険ですよ」
「何でも買い取ります…」

悪質商法に注意

トラブルにあわないために、

- ・突然訪問してきた購入業者は家に入れない！
- ・購入業者から電話がかかってきても、安易に訪問を承諾しない！
- ・購入業者から勧誘を受けて訪問を受諾する場合は、一人では対応しない、絶対に目を離さない！

といったことに気をつけて、不審な電話や訪問があればすぐに110番通報してください。

コメ泥棒にご注意を！

昨年秋ころから、全国的に農家さんの倉庫やお米保管庫から大切に育てた大量のお米が盗まれる事案が多発し、今年の3月には、中夜久野地区でも自宅の離れに保管していた30キロ入りの玄米7袋が盗まれました。

倉庫や保管庫など、米を保管する際は必ず鍵を閉めてください。



下夜久野駐在所 石川さん