

# 出雲市老老介護生活支援サービス

## 指定事業者募集

市では、介護する側もされる側も65歳以上という「老老介護世帯」を支援するため、老老介護支援事業を実施し「生活支援サービス利用券(利用券)」の支給を行っています。

この事業は、対象となる世帯に利用券を支給し、市が指定する生活支援サービス提供事業者が提供するサービス利用料を利用券で支払うことができます。

この事業で生活支援サービスの提供を行う「老老介護生活支援サービス指定事業者」を募集します。

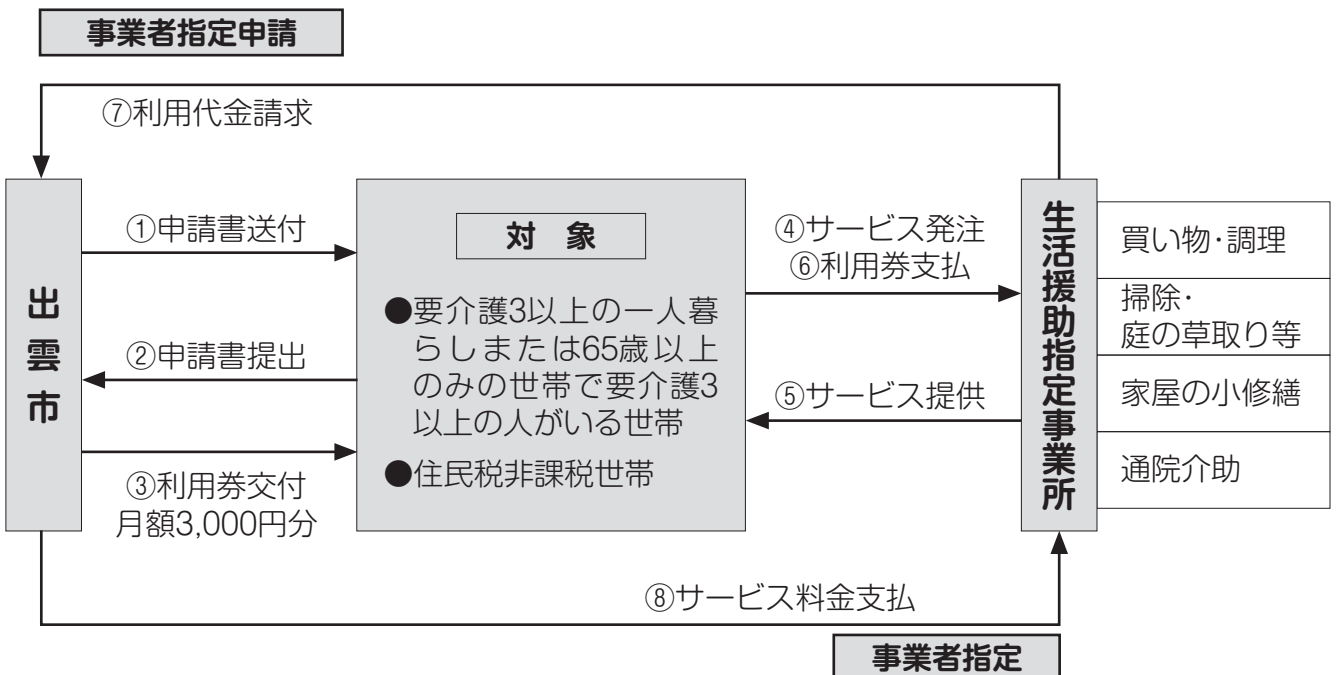
### 募集要項

- 指定期間：
    - 平成26年11月1日～
    - 平成28年10月31日
    - (2年間)
  - 応募方法：
    - 指定事業者指定申請書類を提出
    - 応募資格：市内に事業所がある法人、団体、個人事業者
    - 応募書類の交付：高齢者福祉課、各支所市民サービス課、市民福祉課、健康福祉課
  - 募集期間：
    - 9月22日(月)～
    - 10月10日(金)
  - 応募方法：
    - ついて1年以上の提供実績があることなどの条件があります。
- \* 市が指定するサービス提供が可能である申請するサービスに
- 市のホームページからのダウンロード

### サービスの種類

サービス種類	内 容
買物・調理	食料品・生活必需品の買物、調理、片付け
掃除・庭の草取り等	居室・玄関・トイレ・浴室の清掃、室内の模様替え、窓ガラス拭き、草取り、家屋周辺の草刈、洗濯、布団ほし、花木の水やり、庭木のせん定、ゴミ出し(収集場所へ)、墓掃除 等
家屋内外の小修繕等	障子・ふすまはり、屋内外の簡単な修繕 家電修理 等
通院介助	診察等通院時の介助(運賃は対象外)

### 老老介護支援事業の流れ



<おたずね・提出先> 高齢者福祉課 (☎21-6967)

## えがおになあれ

50

子どもたちが明るく元気に育つのを  
見ると、未来に希望を感じます。  
毎日を心豊かに過ごし、子どもも大人  
も、「えがおになあれ」…そんな願いを  
込めて、このコーナーを設けました。  
(出雲市要保護児童対策地域協議会)

### 子育て応援でみんなが笑顔 〜ファミリーサポートセンターの取り組み〜

働きながら子育てをしたいけれど子どものお迎えに間に合わない…、子どもを習いごとに通わせたいけれど送り迎えができない…など、近くで頼れる人がいなくてお困りの人に「頼れる子育ての味方」を紹介するのがファミリーサポートセンターです。

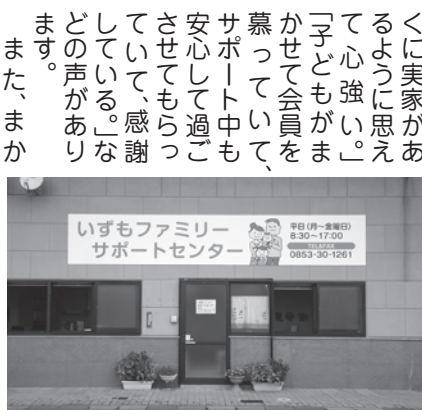
いつでもファミリーサポートセンターでは「子育ての手助けをしてほしい人(おねがい会員)」と「子育てのお手伝いをしたい人(まかせて会員)」が会員となり、子育て家庭を地域でサポートしています。

現在の会員数は約2千名。年間約5〜6千件のサポートを行っています。おねがい会員からは「サポートがあったから仕事が続けられた。」実家は遠いけれど近



「おばちゃん！ピンポン楽しいね！」  
まかせて会員宅での託児サポートの様子

要保護児童対策地域協議会は、子どもが健やかに育つよう社会のさまざまな機関が子育て中の家庭を見守り、必要に応じて支援し、児童虐待等のない社会を目指すために組織したものです。



JR出雲市駅高架下のセンター本部事務所

また、まかせて会員からも「自分ができるときにできることをしているが、喜んでもらえて嬉しい。」「自分の子育ての時は余裕が無かったが、今は余裕を持ってお子さんと関わることができ、一緒に成長を楽しんでいる。」などの声が寄せられています。

当センターでは、会員の皆さんのそれぞれのニーズや希望をじっくりお聞きし、お互いが気持ち良く利用できるよう会員同士をつなぐ橋渡しをしています。子育て中の方、サポートに関心のある方、まずはお話しだけでも聞きにいらしゃいませんか。  
(執筆：いつでもファミリーサポートセンター)

おたずね／子育て支援課

☎216604

## 出雲の食材をおいしく食べよう！

### 今月の食材は

## 柿です！

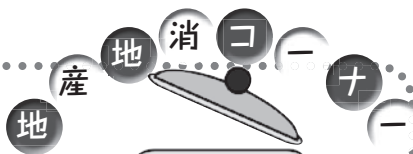
秋の味覚の代表である柿。合わせ柿(西条柿)、甘柿(富有柿)、そして干し柿と、いろいろな味を味わえるのも柿の楽しみ方のひとつです。

出雲では、平田地域が産地として有名です。昭和28年頃に平田地域の久多美地区で富有柿の栽培が始められたのが最初で、その後栽培面積や品種も拡大し、今では出雲を代表する特産品となりました。

柿は「柿が赤くなると医者が青くなる」との例え話があるほど栄養に優れた食品です。特にビタミンC含有量は多く、柿1個を食べると1日分のビタミンCが補給できるほどです。風邪予防、疲労回復、老化防止に効果的です。そのほか、血液中のナトリウムを排せつし血圧を下げる働きがあるカリウムや、二日酔いに効果のあるアルコール分解酵素を多く含んでいます。干し柿にするとビタミンCは少なくなりますが、ビタミンAが豊富になり、皮膚や粘膜を健康に保つ効果があります。また食物繊維が豊富なのも干し柿の特徴です。ただ、柿は糖分が多いため食べ過ぎには注意が必要です。

西条柿は10月から11月中旬頃、富有柿は10月下旬から12月にかけて出回ります。出雲の秋の味覚をぜひご賞味ください。

おたずね／健康増進課 ☎21-6979



### 柿釜フルーツポンチ

#### 【材 料】(4人分)

- ・柿……………4個
- ・キウイフルーツ……………1個
- ・りんご……………1/4個
- ・バナナ……………1本
- ・プレーンヨーグルト…1/2カップ

#### 【作り方】

- ① 柿は上部1/4の部分を横に切って蓋にし、中身はスプーンで取り出し角切りにする。
- ② 他のフルーツも同じ大きさに切る。
- ③ フルーツをヨーグルトで和え、柿釜に詰め直す。

#### 【1人分の栄養価】

エネルギー 71kcal、たんぱく質1.3g、  
脂質1.0g

食つぶり～出雲の四季～より