

福社だより

社協(社会福祉協議会)は、民間組織としての「自主性」と、広く住民の皆様や社会福祉関係者に支えられた「公共性」という2つの側面をもって活動しています。

No.153

- TOPICS**
- P1・赤い羽根共同募金運動スタート
 - ・金婚祝い事業
 - ・レポート①金婚式をお祝いしました!
 - P2・高齢者にやさしいお店等の情報誌
 - ・嶺南地区地域福祉フォーラム
 - ・お知らせ
 - P3・地区社協だより
 - ・ご存知ですか
 - ・寄付のお礼
 - P4・ボランティアセンター
 - ・生活習慣病予防食

発行

社会福祉法人
東金市社会福祉協議会
〒283-0005東金市田間3丁目9番地1
(ふれあいセンター2階)

☎ 0475-52-5198
FAX 0475-52-8227

E-mail togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp
URL http://www.togane-shakyo.jp/

ひとりひとりのやさしさが、とうがねの町をもっとやさしく ～共同募金は「じぶんの町を良くするしくみ」～

「赤い羽根共同募金」は、戦後間もない昭和22年(1947年)に、市民が主導の民間運動として始まって以来、「たすけあいの精神」のもと、地域の福祉活動に役立ってきた社会福祉法に基づく募金です。千葉県共同募金会東金市支会(事務局:東金市社会福祉協議会)では、令和元年10月1日から令和2年3月31日までの期間、赤い羽根共同募金運動を実施します。特に、10月1日から12月31日までを「募金活動推進月間」としています。昨年度は、6,721,284円の募金が集まりました。そのうち東金市社会福祉協議会が、4,851,000円の助成を千葉県共同募金会より受け、金婚祝い、障がい者まつり、子育てサロン、法律相談などの地域福祉の推進に役立てています。

共同募金は、ひとりひとりのやさしい気持ちを集める活動で、私たちが住んでいる町で活かされる募金です。あなたのやさしさで、あなたの声かけで、あなたの行動で「とうがねの町」がもっと良くなりますように、共同募金運動に今年もご協力をよろしくお願ひいたします。



ボーカロイドの皆さんによる街頭募金 あなたのやさしさを「とうがね」のために

募 金

戸別募金… 各地区的区長を通じて、各世帯にお願いしています。

法人募金… 市内の法人(企業)にお願いしています。(株式会社などの法人の寄付は、法人税法により「全額損金」とすることができます。)

職域募金… 市内の官公庁などの職員にお願いしています。

街頭募金… 街頭で通行人にお願いをし、運動をPRしています。

学校募金… 市内の小・中・高等学校の児童生徒に福祉教育(たすけあいの心)を目的としてお願いしています。

私の寄付金どうなるの??

30年度募金総額 6,721,284円

千葉県共同募金会東金市支会

千葉県共同募金会(配分委員会)

翌年度助成

● 東金市社会福祉協議会

(東金市の方々へおよそ70%)

● 県内福祉施設・団体

(千葉県の方々へおよそ30%)

赤い羽根コラボレーショングッズ等のご紹介

社協窓口には、募金が含まれたコラボレーショングッズがあります。千葉県共同募金会オリジナルキャラクター(びわぴよ)のクオカードやピンバッジをご用意しています。グッズは無くなり次第終了となりますので、あらかじめご了承ください。

クリアファイル
「バンドリガールズバンドパーティ!」
もあります。各500円



クオカード(500円分)
1,000円



ピンバッジ 各500円

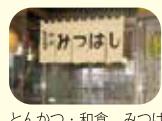


地域の民生児童委員や飲食店の協力を得て、市内で金婚式を迎えたご夫婦をお祝いしました。

地域で活躍されている諸先輩方には、いつまでもお元気で、これからもいろいろな知恵をいただきたいと思っています。

☆金婚式 107組

金婚祝い事業 協力店



レポート① 藤城 守さん・増枝さん

松之郷に住まいの藤城守さん、増枝さん、金婚式を迎えたお二人、「夫婦共に健康で、白寿になった母親を、家族揃って在宅でお祝いできたことは私たちの誇り」と話されていました。結婚式は、家財道具をぜんぶ片付けて自宅で賑やかに。3人の子供に恵まれ、現在も夫婦揃って様々なボランティア活動をされています。30代の頃、父親が交通事故にて入院。それからは父親に替わり、地区の行事や奉仕活動など全て引き受けることに。まだ若い時で、何も分からず苦労しました。仕事や子育てに忙しい中、家業の従業員との旅行には、毎年増枝さんも一緒で、有名な温泉や全国の観光地を見て回りました。懐かしく、楽しい想い出です。

若い人たちに伝えたい事、「人のためになることをして、自分のことよりも相手のことを考えて行動して欲しい」と夫婦で答えてくれました。

築100年を超える立派なお宅で、息子さん夫婦、孫、そして白寿の母親と和やかに暮らしている藤城さんご夫婦。どなたでも迎えてくれる優しさいっぱいの家庭を感じました。

たけし 佐藤 起さん・ひさ子さん

山田にお住まいの佐藤起さん、ひさ子さんご夫婦。宮城県出身の起さんと東金生まれのひさ子さん。当時23歳と20歳のお二人、まだ若くお金もなかったので、レストランの支配人に相談。「結婚式、応援してあげるよ」と協力してくれました。ささやかな生活がはじまり、2人の子どもに恵まれました。暫くして宮城の叔父からドライブインを継いで欲しいと連絡が。公務員をやめ、一家揃って宮城に。慣れない仕事、二人で懸命に働きました。その頃「ジャズダンス」を知り、その楽しさを現在も堪能。平成になり、宮城から東金に帰郷。「東金やつまつり」は、現在も欠かすことなく参加。

子育てをして思う事は、「押さえつけず、やりたい事を自由にやらせてあげることが大切。また若い人たちには、地区の活動や行事には積極的に参加して欲しい。「地区を、東金をそして日本をきれいな住みよい所になるように」とのことでした。二人は、「たけちゃん」「チャコちゃん」と互いに呼び合います。部屋には起さんが作られた手作りの家具、そして庭はひさ子さんが育てている花や野菜。明るく、いつまでも若々しい二人の日常を垣間見ることができます。



たけし 佐藤 起さん・ひさ子さん

高齢者にやさしいお店等の情報誌

『東金市 生活支援サービスガイド』を発行しました

東金市では、令和元年9月に東金市社会福祉協議会や介護事業者、地域の団体等と協力し、『東金市 生活支援サービスガイド』を発行しました。

これは、食品の配達などの高齢者にやさしいサービスや取り組みを実施しているお店や、交通機関、趣味の団体等を掲載した冊子で、困りごとがあつた時に役立てもらうことを目的としています。

このサービスガイドは東金市社会福祉協議会、東金市高齢者支援課、公民館などに設置するほか、東金市のホームページからもダウンロードできます。

ぜひご活用ください。 東金市 市民福祉部 高齢者支援課



お知らせ

東金市社会福祉協議会職員募集

- 業務内容 知的障害者の生産活動等の指導（就労継続支援B型サービス事業所）
- 募集人員 1名（採用予定日 令和2年1月1日、ただし、新卒学生は4月1日可）
- 応募資格 令和2年1月1日において35歳以下の方
普通自動車免許を有し、福祉業務に熱意のある方（福祉関連資格があればなお可）
- 応募方法 履歴書（写真添付）を東金市社会福祉協議会事務局まで持参のこと（郵送不可）
- 受付期間 令和元年10月28日（月）までの午前9時から午後5時まで（土・日曜、祝日は除く）
- 試験日程 1次選考（実習及び作文）
 - ・日時 令和元年11月7日（木）午前9時15分～午後2時
 - ・場所 ふれあいセンター
 2次試験（面接）
 - ・日時 令和元年11月24日（日）※詳細は1次選考通過者に通知
 - ・場所 ふれあいセンター

第11回東金チャレンジフェスタ

12月3日から9日は障害者週間です。障がい福祉に関わる様な個人や団体が集まり、障がいについて広く啓発しながら、地域交流をはかるための機会として、本イベントを開催します。どなたでもご参加できます。ぜひお気軽に遊びに来てください。

- とき 令和元年12月8日（日）10:00～14:00
- ところ ふれあいセンター
- 内容 千葉学芸高校吹奏楽部、つばさ太鼓、東金特別支援学校あたりまえ防災隊などの迫力のステージ。点字、車イスや福祉車両、手話、ボッチャなど各種体験コーナー。参加団体による模擬店や紹介、バルーンアートや足もみ等のお楽しみコーナーも予定しています。
※ご来場の方には、先着でお餅の無料配布やスタンプラリーで景品プレゼントがあります。
- その他 イベントのお手伝い（会場内の案内やブースの補助、お餅の配布のお手伝いなど）をしてくださる方を募集しています！この機会にボランティアを始める一歩に！
- 問合せ 東金市社会福祉協議会（☎52-5198）

嶺南地区地域福祉フォーラム

嶺南地区社会福祉協議会では、地域福祉フォーラム活動として「人生百年時代・健康長寿を目指そう」というテーマを掲げ、昨年度は、四区（北之幸谷、川場、堀上、押堀）各々が健康講座等を開催しました。本年度は、嶺南地区内にある東金アリーナを会場として四区合同で7月7日（日）に「第1回嶺南地区健康フェスタ」を開催しました。



全体でラジオ体操

当日は小雨の中、幼児から高齢者まで180人余りの地域住民が集まりました。始めに全員がメインフロアでラジオ体操を行いました。その後、各場所に分かれ東京パラリンピック種目である「ボッチャ」や「ゴールボール」の体験、「若返り講座」（認知症予防体操及び口腔ケア指導）の受講、さらには、食生活改善協議会会員による栄養指導講座（生活習慣病予防食の展示及び手づくりスポーツドリンクの試飲）等々を体験しました。特に「ボッチャ」や「ゴールボール」は、体力が異なる高齢者から子どもまで一緒に楽しめるので大いに盛り上がり、チームに分かれてボールを投げると周りの人たちが大きな声で応援していました。当日の様子については、翌日の千葉日報紙面に写真入りで大きく掲載されました。

今回の「健康フェスタ」は、健康と長寿をテーマにしたスポーツイベントと若返り講座を開催しましたが、若い人もたくさん参加されていて地域の人々の健康意識の高さが確認されました。

このイベントをきっかけに嶺南地域の方々の交流がさらに深まり、お互いに支え合い、ふれあいを大切にして安心して暮らせるより良い地域社会づくりができる事を願っています。これからも一層充実した福祉活動の推進を図ってまいりたいと思います。



子ども達とボッチャを体験



若返り講座を受講

不登校・ひきこもりについて悩んでいることを話合ってみませんか

不登校やひきこもりで悩んでいる方々が集まり、これまでの苦労や経験などをお互いに話し合います（悩み事を解決する場ではありません）

- とき 令和元年10月26日（土）10:00～12:00
- ところ ふれあいセンター視聴覚室
- 参加費 無料
- 申込み 10月24日（木）までに、東金市社会福祉協議会へ（☎52-5198）
参加者の声

・思いを言い合える場は大切だと思う。参加して良かった。
・生活中取り入れてみたい話が聞けた。勉強になった。

第15回 チャリティゴルフコンペ

スポーツを通じたふれあいと仲間づくりを目的として、チャリティゴルフコンペを開催します。

地域福祉は仲間づくりから！1人からでも、どうぞお気軽にご参加ください。

- とき 令和元年11月6日（水）8:00スタート ※雨天決行
- ところ 新千葉カントリー倶楽部 たちはばなコース
- 費用 参加費 3,000円（パーティ一含む）
プレー費（セルフ）会員…6,220円
ゲスト…7,650円
(乗用カート代・昼食代・利用税・消費税含)
- ※70歳以上の方は利用税（500円）が免除されます。当日、証明できるもの（運転免許証など）をご持参いただき、フロントへ申請してください。
- 定員 20組80名（定員に達し次第受付終了）
- 申込み 10月18日（金）までに、東金市社会福祉協議会へ（☎52-5198）

地区の皆さまと共に

会長 青木 武



丘山地区は7区で構成されて、各々でそれぞれの地域活動が盛んに行われておる、又丘山公民館を利用しての、カルチャー活動も行われています。

丘山地区が一堂に会しての大掛かりな行事等はなかなか難しいと思います。丘山社協と致しましては、丘山地区歳末募金(1円玉募金)等を敬老祝い品や、現在丘山地区の中で活動されている団体への支援に、役立つ

様にさせて頂きたいと思います。

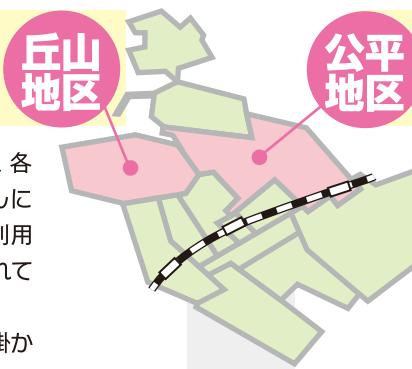
本年度より地区の皆様方に、社協の活動のご理解と、ご協力を頂ける様に、丘山社協だよりを発行する事になりました。今後は、更に内容を充実させて、各種団体の活動を紹介していく社協と各種団体、丘山地区の方の相互理解を深めていくと同時に、参加可能な活動が有れば、多くの皆様方に、参加して頂ける様になればと思います。

「毎回は出られないけど」「役員は無理だけれど」と話される地区の皆様方に、お願い出来る様に社協活動は一部の方だけに、役割負担が掛からない様に、注意を払いたいと思います。

丘山社協は、市社協のご指導を仰ぎ、これからも、丘山地区の皆さまのご協力を頂きまして共に活動していきたいと思います。



第1回丘山社協だより



ふれあい広場について

副会長 浪方 日出男

敬老の日に80歳以上の人在対象に「ふれあい広場」を公平公民館で開催しています。

最近参加人数が増えてきて団塊の世代が対象になつたら会場に収まらなくなるのでは



園児達の歌と踊り

と、心配しています。あまりお金は掛けられず、社協役員による童謡・叙事歌の合唱や、婦人有志の踊り等を披露し参加型の演目を中心にかけています。

公平幼稚園にお願いし、年長さんの歌と踊りを見せて貰ったり、お年寄りの間に園児が一人ずつ入り、ふれあってもらいました。お年寄りの笑顔が印象的でした。又、近くの千葉学芸高校プラスバンドに演奏をして頂き、素晴らしい演奏が毎年とても好評です。近くに住むマジシャンによるマジックシ



お年寄りと園児達

ヨーは、園児達の反応が良く、やっている人もやりがいが有りそうでした。城西国際大学の学生にもボランティアとして手伝って頂き、最後はビンゴゲームです。全員が景品を受取り、皆さん笑顔で帰って行きました。

ご存知ですか

社会福祉法人
ゆりの木会

特別養護老人ホームゆりの木苑は、平成9年10月に市内家徳に開苑致しました。

現在は、市から委託の在宅介護支援センターを始め、施設サービス・在宅サービス等、各事業を展開しております。開苑から毎年夏に「ゆりの木祭」を開催し、住民の皆様にも多数ご参加を頂いております。また浅井病院を中心とした浅井ヘルスケアグループでは、毎年5月に「はんてん木祭り」を開催し、今年で34回を数え4,000人以上の方々が参加されています。様々な事業を推進、展開していくには、ご利用者ご家族はもとより、住民の皆様のご理解とご協力、そしてボランティアさんの活動は欠くことが出来ません。

地域の皆様の元気と明るく開かれた施設を目指し、地域貢献事業の一つとして、平成26年に「地域と繋がり隊」が結成されました。長寿会の皆様を中心に、「楽しく元気を応援する介護予防体操」を各地域で行い、現在は浅井ヘルスケアグループ全体で活動し、ご好評をいただいております。ゴミ拾い運動もグループで継続して参りました。

また、認知症の人・ご家族が安心して地域生活を送ることが出来るよう「認知症サポート養成講座」、集いの場としての「街カフェさくら」、在宅介護を応援する「家族介護教室」「生活支援担当手養成講座」も開催しております。

「こんな企画が有つたらいいな」等、地元の正気地区社協の活動にも積極的に参加させて頂き、貢献できるように努めて参りたいと考えております。



介護予防体操のようす(地域と繋がり隊)

ボランティア連絡協議会からのお知らせ

「第16回ふれあいパーティー」

障がいがあつてもなくとも、ご高齢の方も、みんなが集つて楽しく過ごせるパーティーを開催します。一般の方も参加できますので、お誘い合わせの上ぜひご参加ください。

- とき 令和元年10月30日(水) 13:30~15:30
- ところ ふれあいセンター1階多目的室
- 内容 みんなで歌あう、踊り・演奏などの披露、車いすダンス、ビンゴゲーム、みんなで踊ろうなどのコーナーを予定
- 対象 市内在住の方
- 参加費 無料
- 申込み 東金市ボランティア連絡協議会事務局
(東金市社会福祉協議会内)



「第8回チャリティ演芸会」

東金文化会館を会場に、普段練習している歌や踊り、演芸や楽器演奏などを披露しませんか? そして、出演する人、見て楽しむ人、みんなで共に楽しむ交流の場をつくりましょう。

- とき 令和2年1月25日(土) 9:30~15:30
- ところ 東金文化会館小ホール
- 内容 カラオケ、踊り、演奏、その他演芸の披露による演芸会を開催します。
- 対象 出演……メンバーに市内在住・在勤の方がいること
観覧……興味関心のある方
- 参加費 出演……1枠3,000円(5分以内、カラオケは2コーラス)
※最大2枠までお取りいただけます
観覧……無料
※参加費は会場借上げ代などの経費に充てますが、余剰金は寄付いたします。
東金市ボランティア連絡協議会事務局(東金市社会福祉協議会内)にある申込
み必要事項を記入の上提出。11月1日より受付開始。先着90枠にて締め切り。
※前日及び当日のキャンセルは返金できません。
- 申込み

★とうがね社協におたより★

砂郷ラジオ体操会、源地区の買い物支援事業の活動は印象に残りました。人と人のふれあい、高齢者の行動範囲を広げる支援、共に素晴らしいです。(小沼田 Nさん)

始めようボランティア

ボランティアセンター



「ボランティア活動がしたい」「ボランティアを紹介してほしい」

「どんな活動があるのか知りたい」

ふれあいセンター2Fです、お気軽にどうぞ！ Tel:52-5198

Fax:52-8227 E-mail:togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp

ボランティア養成講座 「障がいの理解から支援へ」

ガイドヘルプ体験やサウンドテーブルテニスなどのスポーツを通じて、視覚障がいについてより深く学びましょう。

- と き 令和元年11月10日(日) 10:00~12:00
- と こ ろ 中央公民館研修室&会議室
- 内 容 視覚障がいについてのお話し、ガイドヘルプ体験、サウンドテーブルテニス体験
- 対 象 ボランティア活動や障がい者スポーツ支援活動に興味関心のある方
- 参加費 無料
- 申込み 東金市社会福祉協議会へ (☎52-5198)
- その他 動き易い服装でお越しください
水分・筆記用具を持参してください



「ボランティア」してみませんか？

みなさんは、「ボランティア」に対しどのようなイメージを持っていますか？「難しそう」「おせつかい」などと思う方もいらっしゃるかもしれません。

ですが、「自分ができること」で楽しく活動している方がたくさんいらっしゃいます。今回、「保育ボランティア」で活動している田原裕子さんからの投稿をご紹介します。

7月22日から8月28日の夏休み、昨年から参加させていただいている東金市簡易マザーズホームの利用者の兄弟保育に、また今年も参加させて頂きました。

トランプゲーム、折り紙、かるた、座布団投げなど、たのしい子供達との触れ合いの中、30年前に子育てを終えた現在、忘れていた子育て中を思い出し、今年もとても幸せな夏休みでした。感謝、感謝です。
また、来年も楽しみにしています。

自分にできることで、みんなのためにと思って活動を始めて、気付けば自分も楽しい…そんな田原さんのように、ボランティア活動してみませんか？

東金市ボランティア・市民活動センターはふれあいセンターの2階です！！

VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER VOLUNTEER CENTER

とうがね社協におたより

社協だよりを読んでクオカードをもらおう!!

次の①～⑥までの内容を記入の上、ハガキまたはEメールにてご応募ください。抽選で10名の方にクオカード(500円分)をプレゼントいたします(東金市在住の方に限ります)。なお、結果の発表は、当選者への発送をもって代えさせていただきます。ちなみに、前回の応募数は〇通でした。

①クイズの答え ②氏名 ③年代 ④住所 ⑤電話番号

⑥社会福祉協議会、あるいは福祉だよりへのコメント

*いただいたコメントは一部掲載させていただきます。

第1問 共同募金運動で東金市には何%助成される?

第2問 今年度社協では何組の金婚式の夫婦をお祝いした?

第3問 嶺南地区の健康フェスタで実施したパラリンピック種目は?

締切: 10月31日(木) 消印有効 ヒント: 福祉だよりをよく見てみよう

社協のつぶやき

なぎ

今わが地区に女性27名の親睦団体「棚の会」が発足、1年を迎えようとしています。毎月介護予防体操の指導を受けながら空いた時間に料理教室・手芸教室等々皆楽しめながら参加しています。一方会員有志で「東金花見踊り」を、地区社協のふれあい広場で披露しようと頑張って練習しています。(広報委員 錦見 康江)

台風15号による災害ボランティアの取り組み

9月初旬に東金を襲った台風15号により、社協において、災害ボランティアの登録と派遣を行っています。



本来の災害ボランティアセンターは、市内・市外より多くのボランティアのみなさんが駆けつけた場合に、ボランティアの受付とニーズの受付、それぞれのマッチング、ボランティアの派遣と必要な資機材の調整などを一つの流れとして円滑に行うため、緊急的に立ち上げます。

今回、社協では、事前にボランティア登録をしていただき、ニーズを受付た場合にボランティアを調整し、翌日以降に派遣する形を取っています。

立ち上げについてはホームページや市役所等へポスター掲示でお知らせしました。ボランティアのみなさんには、家の内外の片付けなどに協力頂きました。しかし、ニーズのほとんどが屋根のブルーシート設置など専門的な技術や経験が必要で、一般のボランティアでの対応が難しいものでした。

社協では、災害ボランティアセンターについて広くご理解いただきため、11月には東金市が実施予定の防災フェスタに参加、年明けには災害ボランティアセンター立上げ訓練を、実施する予定です。福祉だよりやホームページ等でご案内しますので、地域のみなさんぜひご参加ください。災害時は、地域の力で地域を守っていきましょう。(9月18日現在)

生活習慣病予防食 No.71

主食 さば缶の炊き込みごはん

■材料 (4人分)
米 2合
水 320ml
さば水煮缶 2缶
しょうが 20g
しょうゆ 大さじ1・1/3
酒 大さじ2
青ねぎ 適量
刻みのり 適量



1人分の栄養価
エネルギー: 377kcal たんぱく質: 15.6g 脂質: 6.0g 食塩相当量: 1.3g

作り方

- ①米は洗米し、分量の水で30分吸水しておく。
- ②しょうがは、千切りにする。青ねぎは、小口切りにする。
- ③米にしょうゆ、酒を加え、軽く混ぜ合わせる。しょうがと、さば水煮缶を汁ごと加え、炊く。
- ④炊き上がったら、全体を混ぜる。器に盛り付け、青ねぎと刻みのりをちらす。



さば缶で手軽にたんぱく質と良質な脂質がとれます