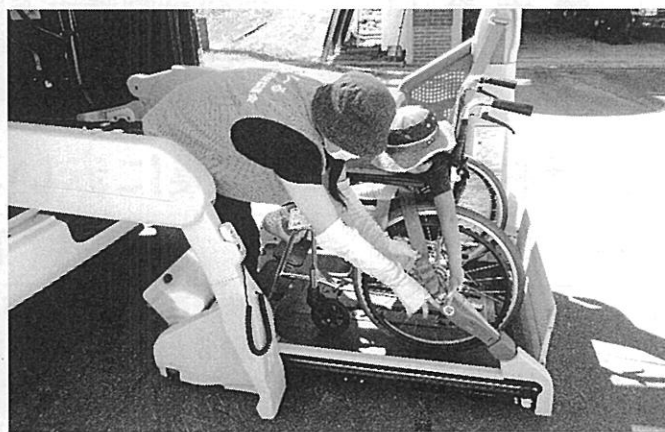


各戸配布

しむかっぷむら 社協だより

第44号(2022年11月)



～第53回ふれあい広場～

8月28日に占冠村保健福祉センター前において、また、9月4日にトマム支所前において、3年ぶりとなるふれあい広場を開催しました。昨年、一昨年とコロナウイルスの影響で開催を見合わせていましたが、今年は感染症予防策を徹底し、開催方法も屋外に変更して中央地区とトマム地区で開催。天気にも恵まれ、大勢の村民の皆様に来場いただきました。ご協力賜りましたすべての皆様に、心より感謝申し上げます。

「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して!!



ふれあいネットワーク

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

TEL 0167-56-2700/FAX 0167-56-2133

Facebook 占冠村社協

検索

～占冠村共同募金委員会からのお知らせ～

《 10月1日から赤い羽根共同募金運動開始 》

今年も10月1日から、全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まりました。一昨年から続く新型コロナウイルスの影響により、全国的に募金額が大幅に減少している中、占冠村共同募金委員会では、村民の皆様のご協力のおかげで、何とか目標額を達成することができました。

今年も、募金運動にとっては厳しい状況が続いています。村民の皆様には、個々や行政区を通してのご支援、しゅわっぱーピンバッジ頒布など、すでに多くのご協力をいただいておりますが、引き続き運動へのご理解とご協力をお願いいたします。

皆様からの善意の募金は、その70%が私たち占冠村の地域福祉向上のために使われ、残りの30%は、北海道全体の広域的な福祉課題を解決するほか、大規模な災害時の支援のために役立てられています。

「誰もが住んでいて良かったと思える地域づくり」のため、村民の皆様のあたたかい志をお寄せくださいますよう、どうぞよろしくをお願いいたします。

募金運動期間 10月1日～12月31日
募金目標額 333,000円
募金窓口 占冠村共同募金委員会
(占冠村社会福祉協議会内)



占冠村では次の事業に赤い羽根助成金が使われています。

事業名	事業内容
ふれあい昼食会	高齢者支援事業として、お一人暮らしの高齢者や、家族と一緒に食卓を囲むことのできない高齢者を対象に、年4回実施（うち3回分の助成を受けて実施）しています。 一昨年は、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、昼食会形式での実施を取りやめ、対象者のご自宅を訪問し、安否を確認するなどの代替事業を実施しています。
ふれあい広場	高齢者や障がい者などハンディキャップを持っていても、ごく普通の生活を営むことができ、差別のない社会を目指す「ノーマライゼーション」の普及を目的に開催し、地域の乳幼児から高齢者まで、幅広い年齢層の参加があり、世代間の交流も図られています。
新入学児童祝品贈呈事業	村内小学校に入学される新1年生に「熊鈴」と、しもかぶ工房で作られた「箸」を贈り、地元産業の応援と赤い羽根共同募金運動のPRを目的に実施しています。
福祉救援体制整備事業	万が一の災害や、感染症対策のため、備蓄品の調達・管理や、必要な資機材の調達・管理を行っています。
お茶会	社協主催により、各地区の集会所などを利用して、地域の高齢者とレクリエーションやお喋りをしながら交流するふれあい活動を実施しています。
身体障害者福祉協会助成事業	身体にハンディキャップを持ちながらも、地域で自立しながら生活されている方々を主会員とする「占冠村身体障害者福祉協会」の活動に対し、運営費の一部を助成しています。

《 歳末たすけあい運動が始まります! 》



「メッセージカードの配布事業」より

今年も12月1日から1ヵ月間、全国一斉に「歳末たすけあい運動」が展開されます。

村民の皆様から寄せられる善意は、占冠村にお住いの高齢者などへの援護金や、村内で年末・年始に実施される高齢者、障がい者の方々を対象とした事業に助成され、村内で集まった募金は、村内の福祉向上のために使われます。

どうぞ皆様のあたたかい思いやりをお寄せいただきますよう、よろしくお願いいたします。

《 しむかっぴーピンバッジ頒布運動ご協力をお願い! 》



占冠村共同募金委員会が、赤い羽根共同募金運動PR活動のため作成した2022年度版「しむかっぴーピンバッジ」は、500円以上の募金につき、1個頒布しています。今年のピンバッジは、雪だるまと手をつないだしむかっぴーで、細部までこだわったデザインになっており、とてもかわいいと評判です。

今年も新型コロナウイルスの影響により、大々的な頒布活動が実施できず、予定の頒布数に達していません。

ピンバッジ頒布により得た募金額（作成費用を除く）は、占冠村共同募金委員会の募金実績となり、来年度、地域の福祉向上のための助成金として還元されるため、少しでも多くの頒布をしたいと考えておりますので、ご協力をよろしくお願いいたします!



一部事業を中止いたします

新型コロナウイルス感染症予防のため、例年、赤い羽根共同募金会から助成を受けて実施している下記事業を中止することといたしました。

事業を楽しみにされていた方もいらっしゃると思いますが、それぞれ代替事業を実施しますので、なにとぞご理解を賜りますようお願いいたします。

【中止する事業】

予定されていた日時	事業名	備考
令和4年12月9日 令和5年2月24日	ふれあい昼食会（クリスマス会） ふれあい昼食会	代替事業を実施します
令和4年12月1日 令和4年12月2日	ふれあいもちつき会（中央） ふれあいもちつき会（トナム）	代替事業を実施します

その他、3密を避けがたい社会福祉協議会の事業については、中止させていただく場合がありますので、ご了承ください。（とま〜る事業も同様とします。）

なお、社会福祉協議会が事務を担っている団体の事業につきましては、各団体の判断により事業の実施、中止を決定することにしております。

【お問い合わせ先】

占冠村共同募金委員会（占冠村社会福祉協議会内）
電話：56-2700/FAX：56-2133

じぶんの町を良くするしくみ。
赤い羽根共同募金



～ありがとう！ボランティア！～

《 ゆうあいサークル様 》

ゆうあいサークルの皆様には、日頃より社協事業に多大なご協力いただき、心より感謝申し上げます。

一昨年から続く新型コロナウイルスの影響で、交流事業の一部を代替事業に切り替えるなど、変則的な状況にあっても、ゆうあいサークルの皆様には、今年も様々なボランティア活動をお願いし、快くご協力いただきました。一部ではありますが、今年度の活動の様子を写真でご紹介します。



高齢者への配布物準備



早朝の草取り（保健福祉センター）



お茶会レクリエーション（双珠別地区）



昼食会代替事業（自宅訪問）

～夏休み企画を実施～

《 絵本の読み聞かせ、フラバンモビール作りに挑戦！ 》



【8月4日】

保健福祉センターホールでは、小学校の夏休み期間に合わせて、絵本の読み聞かせと工作体験を実施しました。

今回の夏休み企画は、絵本の読み聞かせと、工作体験（フラバンモビール作成）を実施し、小学生やその保護者、関係者18名が参加されました。

工作体験では、フラバンに向かって真剣に色付けする子どもたちの様子が、何とも可愛らしく印象的でした。

社会福祉協議会では、冬休み期間中にも「冬休み企画」として、絵本の読み聞かせと工作体験を実施予定ですので、行政区回覧などでお知らせいたします！たくさんの参加を待ってま～す！

社会福祉法人占冠村社会福祉協議会

臨時職員急募！

占冠村社会福祉協議会では、下記のとおり臨時職員を募集しています。まずはお気軽にお電話ください。

1 職種・募集人員・業務内容

- ① 調理員（臨時）1名：主としてとま〜るにおいて利用者の昼食、夕食、おやつ等の調理業務
- ② 介護員（臨時）1名：主としてとま〜る利用者の送迎業務（車運転、送迎時の介護業務あり）

2 勤務場所：勇払郡占冠村字中央 占冠村小規模多機能型居宅介護施設 とま〜る

3 応募資格

- ① 調理員（臨時）：特になし
- ② 介護員（臨時）：普通自動車免許

4 勤務時間・時給

- ① 調理員（臨時）勤務時間：概ね9時30分～13時30分（休憩なし4時間程度）
- ② 介護員（臨時）勤務時間：概ね8時00分～10時00分、15時30分～17時00分
- ③ 時 給：調理員：950円～ 介護員：1,000円～

5 提出書類

履歴書（市販のもの）を持参または郵送願います。

6 採用方法

面接（履歴書の受付順に面接を実施し、採用を決定した時点で受付を終了します。）

7 その他

性別は問いません。調理員と介護員を兼ねて働ける方、大歓迎です。詳細は下記までお問い合わせください。

社会福祉法人占冠村社会福祉協議会（電話：0167-56-2700）

事務局長 三橋（みつはし）まで お気軽にお問い合わせください！



～引き換えはお済ですか～

《 抽選券の引き換え期限迫る！ 》

8月28日に保健福祉センター前で、9月4日はトマム支所前で開催した第53回ふれあい広場では、参加者に抽選券を配布し、過日、その当選番号を発表しましたが、まだ引き換えを行っていない方がいらっしゃいます。

下記の抽選券番号をお持ちの方は、抽選券を持って、占冠村社会福祉協議会までお越しください。なお、社会福祉協議会まで来所が困難な方につきましては、個別に対応いたしますので、遠慮なくお申しつけください。

（令和4年10月25日現在）

3000円商品券当選番号	095	096	176				
2000円商品券当選番号	020	022	031	119	126	130	
1000円商品券当選番号	019	021	039	068	071	080	118
	139	157	159	161	183	197	207

引き換え期限は、令和4年11月30日です。お忘れなく！！

～占冠村社協の福祉事業をご紹介します！～

《12月から除雪サービスが始まります！》

除雪サービスはご存知でしょうか？占冠村社会福祉協議会が占冠村からの委託を受け、12月1日から実施する在宅福祉サービスです。

サービスを受けることのできる対象者は、65歳以上の高齢者のみの世帯や身体に障がいのある方などです。なお、サービスの利用に際しては、料金が発生します。

今シーズンの利用対象者には、11月中に占冠村社協から案内通知文を送付する予定ですので、詳しくは案内をご確認ください。

また、世帯状況の変化などで対象となる方全員を把握できない場合もございますので、11月中に案内が送付されなかった方で、サービス内容や対象となる要件など、詳しくお知りになりたい方は、下記までご連絡ください。

【実施期間】12月1日～3月31日まで

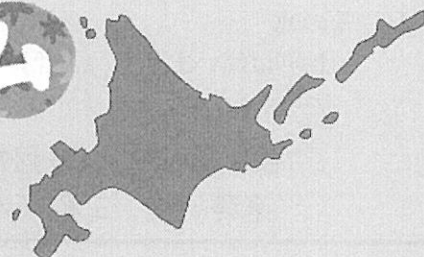
【利用料金】1回2時間以内 500円（2時間を超える場合は、延長1時間につき250円が加算されます。）

【連絡先】占冠村社会福祉協議会 地域福祉係（電話：56-2700）



ちゅこっとなら

♡ I LOVE 北海道 ♡



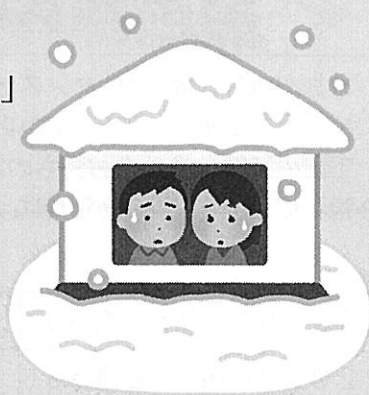
私たちが普段から何気なく使っている言葉の中には、北海道地域限定や北海道と全国の一部地域などしか使われない言葉がありますが、そういった言わば「北海道弁」がいつまでもその地域に残ってほしいと願ってコラムを掲載し、皆さんとともに「北海道弁って良いよね!!」という共通認識、連帯感を持てたら良いなと思っています。

● 北海道弁「わや」について

「大雪でわやだな!」などと、北海道人は普段から「わや」や「わやくちゃ」という言葉を使っています。意味としては、ご存じのとおり「ひどい、めちゃくちゃ」というようなニュアンスで使います。

少し調べると、「わや」は、関西地方を中心に、山口県などの中国地方、東北地方の一部などでもほぼ同じ意味で使われているようです。ちなみに、関東地方ではほとんど使われていないようで、全国各地からの多くの移住者によって開拓されてきた北海道特有の背景があるのでしょうか。北前船による交易が関係しているのでは?などの説もあるようですが、はっきりしたことはわかりませんでした。

私は小さなころから、「わや」を使っていますが、今どきの小学生は「わや」を使っているのでしょうか? 親世代が使っていれば、その子どもたちにも伝搬されていくと思いますが、最近はあまり耳にしないような気がします。



～広がれ！食育実践！～

《 さつまいもを使った健康ごはん 》

これからだんだん寒くなり、体調にもますます気を付けたいところですね。

体調管理には、腸内環境を整えて、免疫力を高めておくことが大切です。腸内環境を整えるのに必要なことは、バランスの良い食事や規則正しい生活と適度な運動です。忙しい毎日で、食生活は乱れていませんか？タンパク質や脂肪の多い食事は、腸内の悪玉菌を増やす一因になります。食物繊維やオリゴ糖、発酵食品を積極的に摂ることを心がけましょう。

今回は、食物繊維がたっぷり含まれるさつまいもを使った料理を紹介します。



食物繊維たっぷりの一品をお試しください！

◆『鶏肉と秋野菜の炒め煮』◆



材 料（2人分）

- ・鶏もも肉 1枚（300g）
- ・さつまいも 小1本（200g）
- ・人参 2分の1本
- ・しめじ 1パック
- ・さやいんげん 5本
- ・オリーブ油 小さじ1
- ・水 2分の1カップ
- ・醤油 大さじ2
- ・みりん 大さじ2



作り方

- ① 鶏肉は一口大に切る。さつまいもは5cm大の乱切りにし、水にさらす。
人参は3cm大の乱切りにし、しめじは小房に、さやいんげんは、長さ2～3等分にする。
- ② フライパンにオリーブ油を中火で熱し、鶏肉の皮目を下にして入れ、こんがり焼色が付くまで4～5分焼く。
- ③ 水気をふいたさつまいも、人参、しめじを加えて、中火で4分ほど炒め、水2分の1カップを加え、ふたをして5分煮る。
醤油、みりんを回しかけ、ふたをして10～15分煮る。最後にさやいんげんを加えて2～3分煮てできあがり。

《調理のポイント》

- ・ 野菜を乱切りにすると、表面積が大きくなり、煮る時間が短縮できます。
- ・ 人参は色が濃いので、さつまいもより、ひと回り小さくすると彩りのバランスが良くなります。
- ・ さつまいもは30分以上水にさらすと、色良く仕上がります。

《体にいいこと》

- ・ さつまいもは、加熱しても壊れにくいビタミンC、ビタミンE、βカロテン、カリウムなどを含み栄養満点！主成分の糖質は、腸内環境を整えるビフィズス菌のえさとなるオリゴ糖が含まれます。
- ・ しめじは、肝臓の代謝機能を高めるオルニチンを多く含みます。

※ 1人分：531キロカロリー 塩分2.8g 調理時間：15分 調理時間35分



占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大 高 美津子

★ 社 協 ☆ フォト グ ラ フ

《 ふれあい昼食会代替事業 》

占冠村社会福祉協議会では、年4回の「ふれあい昼食会」を実施していますが、新型コロナウイルスの影響で、2年以上昼食会形式での実施ができておりません。

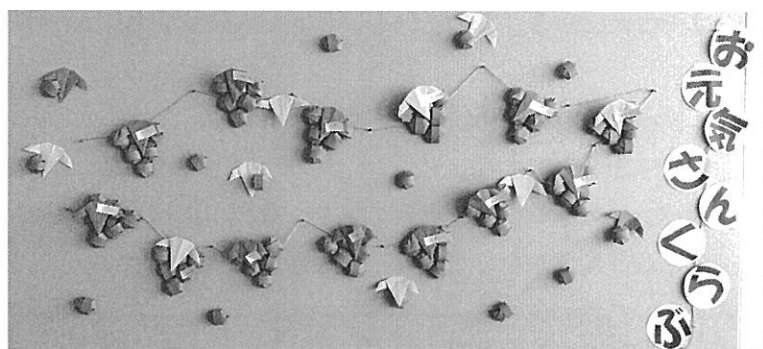
そこで、代替事業として、昼食会対象者のご自宅を訪問し、健康状態などの確認をさせていただくとともに、占冠駐在所や消防署から提供されたチラシなどを配布しています。また、社協からは毎回、健康維持に役立つグッズなどを配布し、健康管理を呼びかけています。

10月14日は、ゆうあいサークルの皆さんと警察署の協力により、今年度第2回目の代替事業として、高齢者宅を訪問し、ゆうあいサークルの皆さんが手作りした絵手紙や防犯チラシなどを持って訪問。皆さんお元気で、色々なお話を聞かせていただきました。



特殊詐欺にご注意ください！

《 素敵な作品が完成しました！ 》



村の文化祭に向けて、お元気さんくらぶと、ふれあいクラブの参加者が、それぞれ作品を作りました。

お元気さんくらぶ参加者の作品(左)は、色画用紙で立体的なぶどうを作成し、ふれあいクラブ参加者は、ハーバリウム(右)を作成しました。

両作品とも素晴らしい出来栄です。この他にも、関連作品やとま〜る利用者の作品も展示される予定ですので、是非、会場で実物をご覧いただきたいと思います。

社協へのあたたかいご寄付ありがとうございます

地域福祉のために大切に活用させていただきます。(令和4年7月22日から10月24日まで)

占 冠 佐々木 保 治 様	故 佐々木 ミツ子 様の葬儀に際し香典返しを廃して
中 央 松 永 真 里 様	故 松永 ケイ子 様の葬儀に際し香典返しを廃して

「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して!!

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

T E L : 0167-56-2700 / F A X : 0167-56-2133

