

しむかっぷむら 社協だより

第45号(2023年1月)



～もちつき会代替事業～

占冠村社会福祉協議会では、コロナ禍以前の年末には「もちつき会」を実施し、乳幼児、その親世代、高齢者と三世代が集う交流行事を実施していましたが、今年も実施が難しい状況となり、代替の事業を実施することにしました。昨年、一昨年は、保育所や小中学校の子どもたちにメッセージカード作成のご協力をいただき、高齢者に手渡しましたが、今年は高齢者やボランティアがメッセージカードを作成し、保育所の子どもたちに渡しました。占冠保育所の子どもたちからもサプライズで高齢者やボランティアに素敵なプレゼントがあり、心温まる交流ができました。

「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

年頭のご挨拶



占冠村社会福祉協議会

会長 山下 由美子



明けましておめでとうございます。
村民の皆様には、希望に満ちた輝かしい新春を迎えられたことと、心よりお慶び申し上げます。

また、旧年中は、占冠村社会福祉協議会の活動に対しまして、格別のご支援・ご協力を賜りましたことに、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、国内外ともに多くの出来事があり、変動の一年でありました。国内におきましては、五月に知床半島の沖合で観光船が沈没し、未だ六名の乗客が行方不明となっています。また、七月には奈良市で選挙応援演説中だった安倍晋三元首相が、銃撃され死亡する事件が発生しました。

海外では、二月にロシア軍によるウクライナ侵略が始まり、多くの犠牲者が出ており、未だに解決の見通しが立っていない状況で、この侵略に起因し食料価格が高騰するなど、世界経済にも大きな影響を与えています。安倍元首相の事件もそうですが、たとえば思想の違いやどのよ

うな理由があったとしても、暴力で人の命を奪うことは決して許されるものではありません。

ショッキングな出来事が続く中で、十一月に始まったサッカーの祭典、ワールドカップカタール大会において、日本代表の活躍が私たちに大きな活力を与えてくれました。強豪国が入ったグループリーグを見事一位通過し、二大会連続で決勝トーナメントに進出。一戦目で惜しくもクロアチアに敗れたものの、大健闘だったのではないのでしょうか。

さて、本会におきましては、長引く新型コロナウイルスの影響により、一部を代替事業で実施してまいりましたが、お陰様で無事に予定の事業を実施することができました。これも、普段から本会事業に関わる皆様の予防意識の高さがあってこそと存じます。

今後コロナ感染の状況を見つつ、事業を実施してまいりたいと考えておりますが、引き続きマスク着用、ソーシャルディスタンス、手指消毒など、予防対策を徹底してまいりたいと存じますので、今しばらくの間、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、今年一年が村民皆様にとりまして最良の年となりますようご祈念申し上げます、年頭の挨拶といたします。

謹んで

新春のお慶びを

申し上げます

会長	山下由美子
副会長	原田 明律
副会長	窪田 敏雄
理事	赤石 秀明
理事	児玉 仁子
理事	河淵 悦司
監事	伊賀 聡
監事	木村 裕一
評議員	新屋 保男
評議員	松浦 博
評議員	清水野克治
評議員	松下 抄子
評議員	安居 明美
評議員	鷺尾 心英
評議員	佐藤 勝美
評議員	鷹木 秋夫
評議員	高橋貴美枝
評議員	大和 妙子
評議員	鈴木 知克
評議員	坂東 利則
他職員一同	



～占冠村共同募金委員会からのお知らせ～

《赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動終了!》

令和4年12月31日をもって、令和4年度の共同募金運動が終了いたしました。

占冠村共同募金委員会では、昨年も「しむかっぴーピンバッジ」を作成し、6月から赤い羽根共同募金啓発運動をスタートさせ、歳末たすけあい運動終了まで様々な形で村民の皆様にご協力賜りました。運動期間中、募金をお寄せいただいた皆様に、厚くお礼申し上げます。

昨年も新型コロナウイルスの影響があり、わずかではありますが、しむかっぴーピンバッジが残ってしまいました。どうか赤い羽根共同募金目標額は達成できそうですが、これも村民の皆様のお陰と感謝申し上げます。年末にかけて募金いただいた金額を集計できていないため、最終の募金額は、年度決算が出てからとなりますが、12月15日までの中間集計額をお知らせいたします。

なお、募金箱の設置にご協力賜りました事業所様、ピンバッジ頒布活動にご協力賜りました占冠・村づくり観光協会様、事業所募金にご協力いただきました法人の皆様にも深く感謝申し上げます。



皆様に感謝だっぴ～!

【赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金中間集計額】

(12月15日現在)

●赤い羽根 145,500円

●歳末たすけあい 51,000円

※上記額にはピンバッジによる募金額は含まれておりません。

～みんな来てね! 冬休み企画を開催～

《絵本の読み聞かせ・工作体験のご案内》

絵本の読み聞かせは、子どもにとって感情表現を豊かにし、想像力を育み、発想力を向上させるなど様々な効果があります。

また、工作体験も自らの手先の作業をとおして、集中力を養い、自分なりの創意、工夫をして、もの創りの力をつけることができます。

今回も子どもたちの冬休み期間に合わせて、絵本の読み聞かせ・工作体験を開催します。たくさんの参加をお待ちしています。

【日 時】 令和5年1月11日(水) 午前10時00分から

【場 所】 占冠村保健福祉センター ノンノ

【対 象】 どなたでも参加OKです!

【参加無料】 どうぞお気軽にご参加ください。

【申し込み】 1月10日までに 電話 56-2700 占冠村社会福祉協議会
までお申し込みください。(12月31日から1月5日は休業)



※ 絵本は、参加者の年齢に合わせて、数種類を朗読予定です。また、工作は小学校低学年ができるものを作成予定です。就学前のお子様は、保護者同伴でご参加ください。

占冠村社協の福祉事業をご紹介します！

《除雪サービス》



除雪サービスは、占冠村社会福祉協議会が占冠村からの委託を受けて実施している在宅福祉サービスです。

サービスを受けられるのは、65歳以上の高齢者のみの世帯や身体に障がいをお持ちの方などです。また、サービスの利用に際しては、料金が発生します。

今シーズンの対象者には、11月に社協から案内通知文を送付しておりますが、世帯状況の変化などで対象となる方全員を把握できませんので、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円を加算します。）

《配食サービス》



占冠村から委託を受けて実施する在宅福祉サービスです。栄養バランスや味付けに配慮し調理した食事をご自宅までお届けし、利用者の健康状態なども確認します。

【対象者】サービスの提供を必要とする高齢者世帯等

【提供日】毎週月曜日・水曜日・金曜日の夕食をお届けします。

【利用料】1食につき450円

【その他】利用者のご都合に合わせて、週1回から2回の利用も可能です。

《命のボタン事業》

「命のボタン」はご存じでしょうか？占冠村社会福祉協議会では、命のボタンの設置事業を実施しています。対象者は村内に居住する概ね65歳以上の高齢者のいる世帯や、身体の不自由な方がいる世帯で、希望される世帯に設置しています。

● 命のボタンとは？

命のボタンは、高齢の方や身体の不自由な方が急病等で倒れた際、駆けつけた救急隊員が素早く対応できるよう、かかりつけ病院や持病などの医療情報、薬剤情報、健康保険証（写し）などの情報を専用の容器で冷蔵庫などに保管し、万が一に備えるものです。

● 情報は常に最新のものを

既に命のボタンを設置いただいている方で、違う病気になったり、薬の種類が変わった、あるいは緊急連絡先に変更があった場合には、その都度最新の情報を容器に入れるよう心掛けてください。少し面倒かもしれませんが、これもご自身の命を守るため。そのほか、分からないことがあればいつでもご連絡ください。

【利用料】無料

【その他】すでに設置されている方で、容器の破損や紛失、情報用紙の更新をご希望の方はご連絡ください。



占冠村社協の福祉事業をご紹介します！

《過疎地有償運送サービス》



この車両も新しくなりました！

公共交通機関を利用して単独で移動することが困難な高齢者や、障がい者等の方の通院や公共機関への外出を支援する有償のサービスです。車イスに座ったまま移動できる特殊車両などで送迎します。

利用料は、目的地までの距離等により金額が変わります。

また、利用には事前の登録が必要になります。

【利用方法】

会員登録（登録料：初回のみ300円）をしていただき、原則、利用日の2日前までに申込が必要です。

【利用料金表：主な発着地】

発着地 行き先	中央・占冠・ 双珠別	トマム
中央・占冠・双珠別	200円	1,800円
トマム	1,800円	200円
日高町	900円	2,700円
帯広市	5,200円	3,400円
南富良野町	2,400円	1,300円
富良野市	2,900円	3,700円
中富良野町	3,400円	4,200円
上富良野町	3,800円	4,500円
旭川市	6,200円	7,200円

※上記は片道の料金です。

【待ち時間料金】

30分未満	無 料
30分超～60分未満	500円
60分超～90分未満	1,000円
90分超～120分未満	1,500円
120分超～30分増すごとに500円加算	

【迎え料金】

50km以上100km未満	1,000円
100km以上	2,000円

【その他の料金】

- ・有料道路や駐車料金がかかる場合は、実費をいただきます。
- ・実施日の前日17時00分までに連絡がなくキャンセルされた場合は、キャンセル料が発生します。

【村助成金制度】

1日に1,000円以上の料金を支払った場合は、申請によりその2分の1以内の助成金が交付されます。ただし、対象とならない場合もありますので、詳しくは占冠村社協までお問い合わせください。

★ 福祉事業についてのお問い合わせ、ご相談は占冠村社会福祉協議会地域福祉係 電話56-2700番までお願いいたします。

～年末年始休業のお知らせ～



占冠村社会福祉協議会は、12月31日（土）から1月5日（木）まで、年末年始休業いたします。

それに伴い、老人クラブや共同募金委員会などの団体事務も休業させていただきます。

また、占冠村保健福祉センターノンノにつきましても、期間中は閉館となりますので、お知らせいたします。

1月6日（金）から通常どおりの運営となりますので、皆様にはご不便をおかけしますが、よろしくお願い申し上げます。（とま～るは年末年始も通常運営。ただし、感染症予防のため面会の決まりを徹底しております。）

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

臨時職員募集のお知らせ！

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。

- 職種、募集人員、業務内容
 - ・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）
- 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
- 応募資格
 - ・普通自動車免許 ※経験者優遇
- 勤務時間・給料等
 - ・勤務時間：概ね8時30分〜10時00分と
16時00分〜17時30分の1日3時間程度
 - ・勤務日数：週5日
 - ・時給：1,000円〜
- 採用方法
 - ・面接（履歴書の到着順に面接を実施し、採用を決定した時点で受付を終了します。）
- 提出書類
 - ・履歴書（市販のもの）を持参または郵送願います。
- その他
 - ・性別は問いません。詳細は下記までお問い合わせください。



【受付・お問い合わせ】

〒079-2201 勇払郡占冠村字中央

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！

～賛助会員・団体会員のご加入ありがとうございます！～

占冠村社会福祉協議会では毎年、本会の趣旨に賛同した個人または団体に会費を負担してもらい、会員になっていたいております。会員は①一般会員、②団体会員、③賛助会員の区分があり、①一般会員は村内全世帯の方を対象に、②団体会員は社協とつながりのある団体・企業の皆様に、③賛助会員は個人として、ことさら社協を応援してくださる皆様から会費を頂戴し、社協の重要な自主財源として事業運営を支えています。

一般会員の方々の掲載は割愛させていただきますが、下記のとおり団体会費、賛助会費をいただきましたので、会員名を記載させていただきますとともに、全ての会員の皆様に厚くお礼申し上げます。

【団体会員】

順不同（令和4年12月21日現在）

（有）長瀬産業 様	占冠村老人クラブ連合会 様	占冠村身体障害者福祉協会 様
横川興産（株） 様	（有）占冠車輛 様	（株）川端組 様
（有）倉岡重機 様	（株）瀬屑観光 様	（株）山口商店 様（2口）

【賛助会員】

順不同（令和4年12月21日現在）

山口 康一 様	白瀬 浩児 様	會田 静雄 様	影山 幸子 様	児玉 仁子 様
石橋 節子 様	小林 豊 様	長岡 勇樹 様	北川 真美 様	須藤 和宏 様
坂口 誠 様	山下 由美子 様	原田 明律 様	佐藤 勝美 様	赤石 秀明 様
原 和恵 様	大和 妙子 様	松藤 文夫 様		

～広がれ！食育実践！～

《寒魚をもっとおいしく》



一年で最も寒い季節がやって来ました。この「寒い時期」においしくなる魚介が“寒魚”です。

寒魚には、ぶり、たら、さば、かきなどがあります。今回は、漢字で書くと「魚の雪」まさに冬の魚の代表格 たら（真鱈^{まだら}）を使って、洋風アレンジした料理を紹介いたします。

たらには、ビタミンB12が多く含まれています。ビタミンB12には貧血予防、腰痛など末梢神経の回復効果や生活リズムを正常にする効果があると言われています。

また、たらにはビタミンの働きを助けるミネラルも豊富に含まれ、しかも低脂肪でヘルシーなタンパク源として、消化もしやすく、高齢者にもお勧めの食材です。



おいしいですよ！お試しください！

◆ たらのマスタードマヨ炒め ◆



材 料（2人分）

- ・たら切身 2切れ
- ・玉ねぎ 2分の1個
- ・ブロッコリー 2分の1株（120g）
- ・日本酒 大さじ1
- ・サラダ油 適量
- ・薄力粉 少々

《マスタードマヨ》

- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・粒マスタード 大さじ2分の1
- ・塩コショウ 少々

作り方

- ① たらは小骨を除いて1切れを4等分に切り、日本酒をまぶし塩コショウをふる。玉ねぎは幅7～8mmのくし形切りにし、ブロッコリーは小房に分ける。
- ② フライパンに油大さじ2分の1を中火で熱し、たらはペーパータオルで汁気を押さえて薄力粉を薄くまぶしてフライパンに並べ入れる。2～3分焼いたら返して2分ほど焼き、いったん取り出す。
- ③ フライパンに油小さじ1を足して中火で熱し、玉ねぎ、ブロッコリーを入れて、2分ほど炒めて、たらを戻し入れる。マスタードマヨを加えてからめ完成！

※ 調理時間15分、1人分 280キロカロリー

占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大 高 美津子

《おいしく作るポイント》

- ・たらは、身が軟らかく、くずれやすいので先に焼いていったん取り出し、戻し入れる方が失敗なく作れます。
- ・マヨネーズは、炒め過ぎると油っこくなるので、サッとからめる程度で火を止めます。

《「たち」の栄養》

- ・今回の料理では使用しませんが、たらの精巢（白子）である「たち」は、タンパク質やビタミンD、ビタミンE、ビタミンB1、ビタミンB2、リン、カリウムなどが含まれており、しかも低カロリー、高タンパク質であるため、体調管理には適した食材と言えます。ただし、プリン体も多く含まれているため、くれぐれも食べ過ぎには注意しましょう。
- また、タラ、サケ、フグなどの白子は日本人には馴染深い食材ですが、欧米で食べられることはほぼなく、そのまま捨てられるのだそうです。

《鱈の豆知識》



- ・日本で漁獲される主なタラ類は、マダラ、スケトウダラ、コマイの3種類。マダラは、淡泊な味で、煮ても焼いてもフライなどにしてもおいしいですね。スケトウダラは、すり身として、ちくわやかまぼこの材料になることも多いです。また、卵巣はたらこや明太子になります。コマイはカンカイとも呼ばれ、酒の肴などで北海道でも馴染みの魚です。

《トリック オア トリート！かわいい！訪問者》

【10月28日】

ハロウィンの時期に合わせて、占冠保育所の子どもたちとその保護者が、魔女やアニメキャラクターなどに扮して保健福祉センターにやって来ました！

かわいいいたずら者たちの訪問を受け、お菓子や風船を一人ひとりに手渡して、楽しいひと時を共有することができました。

とま〜るの利用者とも窓越しに顔を合わせることができ、短い時間でしたが、利用者も大変喜ばれていました。企画に携わっていただきました皆様に感謝申し上げます。今年も是非来てくださいね！



《地域貢献事業 川端組様》

【12月7日～8日】

5年ほど前、占冠村保健福祉センターの玄関や事務所の一部で、すが漏りがあり、天井の広範囲にシミ跡が残っていました。村民の皆様からも「かっこ悪い」とご意見を頂戴しておりましたが、この度、川端組様の厚意により、地域貢献事業として無償で修繕していただきました。

作業は12月7日～8日の2日間で2名の作業員により手際よく進められ、とてもきれいに仕上げていただきました。これぞプロの仕事と関心させられました。

年末の忙しい中、修繕いただきましたことに心から感謝申し上げます。新たな気持ちで新年を迎えられます。大変ありがとうございました。



《飲料のフレゼントが届きました！》

【12月8日】

北海道コカ・コーラボトリング（株）様より、占冠村社会福祉協議会に対し「年末・年始の行事などにご活用ください」とコカ・コーラ製品246本を寄贈いただきました。

贈り物に感謝しながら、本会事業参加者や、とま〜る利用者のため有意義に使わせていただきます。ありがとうございました。



昨年も占冠村社会福祉協議会に対しましてたくさんのご寄付を頂戴いたしました。

心より感謝を申し上げます。

「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して!!

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

