

各戸配布

しむかっぷむら 社協だより

第46号(2023年5月)



～老人クラブ連合会総会～

令和5年4月20日(木)に令和5年度老人クラブ連合会総会をコミュニティプラザで開催しました。

コロナの影響で、令和2年度から会議形式での総会を開くことができませんでしたが、ようやく会員の皆さんと対面で総会を開催することができました。

総会終了後、以前のように会場での懇親会は実施しませんが、今後の例会は、徐々にコロナ禍前のスタイルに戻していけたらと考えておりますので、お楽しみにしてください！

「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

新年度のご挨拶

占冠村社会福祉協議会長 山下 由美子

村民の皆様には、日頃より本会に対しまして、暖かいご支援とご協力を賜り、誠にありがとうございます。心よりお礼申し上げます。

さて、暑からず寒からずのよい季節となりました。4月からは令和5年度が始まり、社会福祉協議会におきましても新たな気持ちで事業に取り組んでおります。この3年間は新型コロナウイルスの影響により、通常とは異なる厳しい状況にありました。まだまだ、コロナが沈静化したとは言えない状況にありますが、ようやく先が見通せる状況になってまいりました。本会におきましても徐々にではありますが、本来の事業形態に移行すべく準備を進め、誰もが「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して、関係機関などとの更なる連携を図りながら、地域福祉の推進に努めてまいりたいと存じます。

皆様には本年度も変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げまして、新年度にあたってのご挨拶とさせていただきます。



～令和5年度 杜協事業計画 予算について～

令和5年3月29日に開催した占冠村社会福祉協議会評議員会において、令和5年度 占冠村社会福祉協議会事業計画並びに令和5年度 占冠村社会福祉協議会予算について審議され、承認されましたので概要をお知らせいたします。

《令和5年度 事業計画》

■ 地域福祉部門 ■

日常生活支援総合事業（占冠村からの受託事業）

1 ふれあい訪問サービス

概要：訪問介護員が利用者宅へ訪問し、日常（炊事・掃除・洗濯等）の支援を行い、健全な生活と介護予防に努めます。

2 お元気さんくらぶ

概要：高齢者ができる限り自立した生活を維持し、介護が必要な状態になることを予防するため高齢者の活動・交流の場を維持します。また、ボランティアサークルと連携し、高齢者が安心して暮らすことができる地域づくりの場とします。

【在宅福祉サービス】

1 配食サービス

概要：サービスの提供を必要としている高齢者世帯等を対象に、味付け、栄養バランスなどに配慮した調理済みの食事を自宅に届け、サービスを通して健康維持及び安否を確認するものです。

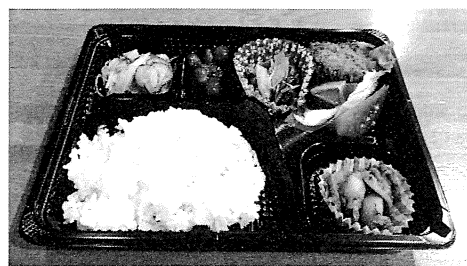
2 除雪サービス

概要：除・排雪の労力等を確保し、災害による被災を防止することを目的とします。

【地域福祉事業】

1 命のバトン事業

概要：65歳以上の方や体の不自由な方を基本として、「命のバトン」（緊急医療情報キット）を希望者宅に設置します。



2 絵本の読み聞かせ事業

概要：子どもたちの本に対する興味を育て、読書する素地を養うことに加え、工作等も取入れながら心身の高揚を目的に行います。

3 ノンノの管理運営

概要：保健福祉活動の拠点として、村民の保健福祉ニーズに応じた各種事業を総合的に実施し、保健福祉の増進及び保健福祉意識の高揚を図るための施設として、目的に配慮した事業を行うとともに、施設等の維持管理をします。

4 ふれあいクラブ

概要：軽体操や頭の体操、折り紙や調理実習といった様々なプログラムを実施することで、外出の機会を創出し、閉じこもりと認知症予防などを目的に開催します。

5 ふれあい昼食会

概要：ゆうあいサークルボランティア手作りの昼食を用意して、孤食の方々の生きがいづくりや交流の場を提供します。また、火災や災害、交通事故、悪徳商法、詐欺事件などに巻き込まれないための講話を消防や占冠駐在所に依頼する予定です。

6 ふれあい広場

概要：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、かつ差別されない社会を目指す「ノーマライゼーション」の普及を目的に開催します。

7 ふれあいもちつき会

概要：「もちつき」という伝統文化活動をととして、世代を越えた交流の場を提供し、相互理解を深め、ともに支え合う地域づくりを目指します。

8 お茶会

概要：社協職員とゆうあいサークルボランティアが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ます。

9 ふまねっと教室事業

概要：全身のバランスや認知機能を向上させる効果が期待できる「ふまねっと運動」を実践する機会を定期的に設け、村民の身体機能の維持、向上と認知症予防を目的に開催します。

10 災害ボランティアセンター運営事業

概要：近年の自然災害において、被災地における災害ボランティアの役割が再認識されたことから、災害ボランティアセンター設置マニュアルを作成し、万が一に備え即応できる準備に努めます。



【その他の事業】

1 公共交通空白地有償運送サービス事業（過疎地有償運送サービス事業）※今年度より名称変更しました。

概要：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々の通院や公共機関への外出を支援します。村外への移送など、利用の一部に対して村の助成制度もごございます。

2 ボランティア発掘、育成事業

概要：新規ボランティアの発掘やボランティアに対する住民意識の向上、ボランティアのスキルアップを目的に関連講座、研修会に参加するとともに、ボランティア登録の促進を図ります。

3 生活福祉資金貸付事業

概要：生活安定の一助として、本村に居住する住民の福祉を増進し、その自立更生を促して健康で明るい家庭と住みよい村づくりを進めることを目的とします。

4 心配ごと相談事業

概要：地域福祉や介護保険サービスについての相談窓口を常時開設し、来所や電話等により村民の相談に応じ、各種関連機関と連携しながら課題解決に当たります。

5 成年後見制度に関する事業

概要：成年後見制度に関する調査、研究を進めるため、関連研修会等に参加するとともに、占冠村をはじめとした関連機関との協議を進め、支援体制の整備に向け努めてまいります。

6 日常生活自立支援事業

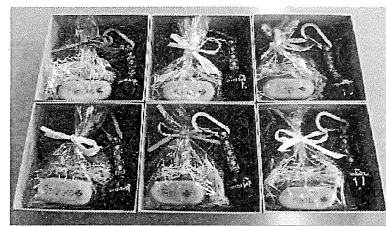
概要：判断能力が十分でない認知症高齢者や障がい者等の方が、地域において自立した生活が送れるよう、契約に基づいて支援を行います。

7 災害等に備えた備蓄品、関係資機材の整備

概要：自然災害や感染症対策に備え、備蓄品や必要な資機材の調達・管理を行います。

8 新入学児童祝品贈呈事業

概要：赤い羽根共同募金からの助成金を活用して、村内小学校で新1年生となる児童に祝品を贈呈し、赤い羽根募金や社会福祉事業に関心を持ってもらうための事業を実施します。



【団体事務業務】

占冠社協が事務局となっているのは次の団体です。

占冠村共同募金委員会	占冠村老人クラブ連合会	占冠村遺族会
占冠村身体障害者福祉協会	ゆうあいサークル	

■介護保険部門（小規模多機能型居宅介護事業「とま〜る」）■

《理念》

- ・「自分らしく」：住み慣れた地域の中で、自分らしく、安心して暮らすために心を込めた支援をいたします。
- ・「心に寄り添って」：一人一人の心に寄り添い、みんなが笑顔で過ごせるようゆとりのある支援をいたします。

《運営方針》

住み慣れた地域と自宅での暮らしを、可能な限り自分らしく継続できるサービスを心がけ、家族の状況や地域社会との関係を把握した上で、通いサービス、訪問サービス、宿泊サービスを柔軟に組み合わせた支援をいたします。

【運営内容】

登録定員	24名	宿泊サービスの利用定員	5名
通いサービスの利用定員	12名	営業日	365日

その他季節に応じたレクリエーションや、地域への社会参加の機会を多く持ち、地域の住民との交流も積極的に図ってまいります。

★上記、各事業の詳細をお知りになりたい方は、占冠村社協にお気軽にお問い合わせください。

《令和5年度 予算》

【収入の部】		【支出の部】	
会費収入	159,000円	人件費支出	101,776,000円
寄附金収入	130,000円	事業費支出	3,189,000円
補助金収入	28,000,000円	事務費支出	26,848,000円
介護保険事業収入	35,817,000円	助成金支出	710,000円
助成金収入	41,000円	負担金支出	250,000円
受託金収入	56,506,000円	貸付金支出	1,000円
事業収入	509,000円	予備費支出	1,000,000円
共同募金配分金収入	453,000円		
過疎地有償運送サービス収入	100,000円		
その他の収入	211,000円		
前期末支払資金残高	11,848,000円		
合 計	133,774,000円	合 計	133,774,000円

～広がれ！食育実践！～

《元気なもとは食にあり！》

人生100年時代と言われる中、どれだけ元気で若々しい自分を維持できるか。毎日を自分らしく過ごすためにも、食生活は大きな鍵となります。

日頃から意識したい食習慣は・・・

- 朝食をしっかり食べる！
- 糖質の摂り過ぎに気を付ける！
- 丈夫な骨と筋肉づくり！
- 食べる順番で肥満予防！
- 酸化の原因「活性酸素」を撃退！
- きれいな腸はハツラツの源！
- 若々しくいたいという気持ち！



そして、食材の"チカラ"を知り、バランス良く食べる積み重ねが大切です。

今回は、丈夫な骨をつくる食材を使った料理をご紹介します。転倒などによる骨折リスクを少しでも減らし、健康長寿を目指しましょう！

◆『キャベツとキクラゲとしらす干しの炒め物』◆

材 料 (2人分)

- ・キクラゲ(乾燥) 5g
- ・キャベツ 400g
- ・サラダ油 大さじ1
- ・しらす干し 30g
- A 日本酒 大さじ1
- 醤油 大さじ1
- ・塩 少々
- ・ごま油 小さじ2

作り方

- ① キクラゲはぬるま湯で戻して水気を切り、さっと茹でて湯切りをする。大きければ半分にする。
- ② キャベツはざく切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を熱して②を入れ強中火でしんなりするまで炒め、①としらす干し、Aを入れて軽く炒める。
- ④ 塩で味を調え、ごま油を回し入れてひと混ぜすれば完成！



○ 調理時間 20分

○ 1人分 167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

【丈夫な骨を作る食材と栄養素】

- カルシウム : 乳製品、しらす干し、大豆、大豆製品、キクラゲ、切り干し大根など
- マグネシウム : しらす干し、大豆、大豆製品、キクラゲ、切り干し大根など
- ビタミンD : サケ、キクラゲなど
- ビタミンK : 納豆、小揚げ、キャベツなど
- クエン酸 : レモン、酢など

《いきいき知識》

カルシウムは、丈夫な骨づくりに、マグネシウムはカルシウムと骨を定着させる働きがあります。ビタミンD、ビタミンK、クエン酸はカルシウムの吸収を促進します。また、ビタミンDとビタミンKと一緒に摂ることで、さらにカルシウム吸収率をアップさせる効果があります。



～ボランティア活動保険のご案内～

【ボランティア保険とは？】

ボランティア活動中の急激かつ偶然な外来の事故によりケガをされた場合や、偶然な事故により他人にケガを負わせたり、他人の物を壊したこと等により、損害賠償責任を負われた場合に保険金をお支払いする仕組みです。

最近では、地元でのボランティア活動だけでなく、全国規模の災害等の支援にボランティアとして参加される方が増えておりますが、ボランティアが住んでいる地元社協でのボランティア活動保険加入が、活動条件になっている場合が多くなっております。

せっかく現地まで行っても、地元社協でのボランティア活動保険加入がされていないため、ボランティア活動に参加できないといったことも実際にありますので、村内、村外を問わずボランティア活動をお考えの方は、ぜひボランティア活動保険にご加入ください。



【補償期間（保険期間）にご注意を！】

令和4年度のボランティア活動保険の補償期間は、令和5年3月31日午後12時までとなります。よって、加入月日に関わらず、補償期間は年度内（3月31日まで）となるため、令和4年度に加入され、更新手続きを済ませていない方は、補償期間が終了しています。（補償期間は、加入後1年間ではありません。）

【対象とならないボランティア活動】

ボランティア活動と言っても、様々な活動がありますが、下記のような活動は、ボランティア活動保険の対象とはなりませんのでご注意ください。

- 有償のボランティア活動
- 自発的な意思による活動とは考えにくいもの
 - ・学校管理下にある先生、生徒のボランティア活動
 - ・道路交通法違反者による行政処分としてのボランティア活動など
- スポーツ活動中の事故など



【保険料】

プランにより金額が異なり、1名につき350円（基本プラン）・500円（天災・地震補償プラン）・550円（特定感染症重点プラン）の3種類となっています。

【お問い合わせ】 電話 56-2700（占冠村社会福祉協議会）

～お元気さんくらぶ参加者募集！～

占冠村社会福祉協議会では、占冠村からの委託事業として毎週火曜日に「お元気さんくらぶ」を開催しています。お元気さんくらぶは、高齢者ができる限り自立した生活を維持し、介護が必要な状態になることを予防するため、活動・交流の場を確保することを目的として実施しております。

参加対象は、村内に居住する要支援者や65歳以上の方です。

活動内容は、毎回の血圧測定、日常生活の聞き取り、健康維持のための体操と、レクリエーションなどです。送迎を希望される方には、無料で車を用意します。

その他、毎月200円の利用料をいただいています。

参加希望者は、下記までお気軽にお問い合わせください。

占冠村社会福祉協議会（電話：0167-56-2700）

地域福祉係 担当：杉本



占冠村社会福祉協議会職員紹介

占冠村社会福祉協議会の職員体制に変更がありましたので紹介いたします。

社会福祉協議会本部事務所につきましては、占冠村保健福祉センターノンノ内、その隣に小規模多機能型居宅介護施設とま〜るがございます。
(令和5年4月1日現在)

社協本部 スタッフ



事務局長
三橋 英臣



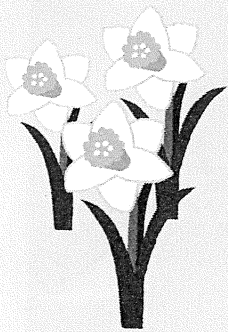
地域福祉係主幹
満永 大樹
(兼 介護保険係)



地域福祉係長
相川 なおみ
(兼 介護保険係)



総務係主査
藤岡 将弘
(兼 介護保険係)



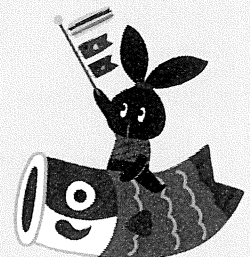
地域福祉係
杉本 漑
(兼 介護保険係)



配食サービス調理員
藤本 広栄
(臨時職員)



支援員
岩谷 満寿美
(臨時職員)



小規模 多機能 型居宅 介護施設 とま〜る スタッフ



施設管理者
中本 留美



介護支援専門員
工藤 成美



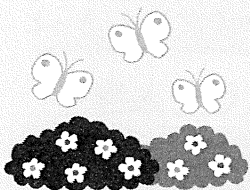
主任介護員
石塚 愛



介護員(看護師)
石坂 友美



介護員
高橋 道代



介護員
桑折 優那



介護員
工藤 勇祐



介護員
相川 耕平



介護員
平川 都
(再任用職員)



介護員
十河 利之
(再任用職員)



介護員
山西 順子
(臨時職員)



介護員
多田 智恵
(臨時職員)



管理栄養士
大高 美津子
(臨時職員)



調理員
小澤 清枝
(臨時職員)



調理員
松下 抄子
(臨時職員: 4月1日採用)



作業員
赤石 秀明
(臨時職員)

【退職】

平岡 八重子(臨時調理員: 令和5年3月31日付 退職)
在職中、皆様には大変お世話になりました。

★ 社 協 ☆ フォト グ ラ フ

《 祝！ご入学おめでとうございます！ 》

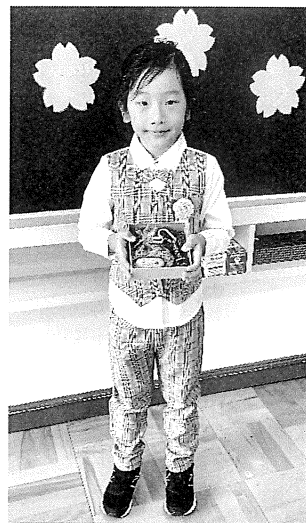
【4月6日】

占冠村内の小学校で入学式が行われ、占冠村社会福祉協議会から新1年生6人（中央小学校5名、トナム学校1名）に熊鈴と、村内の「VOCK」（上トナム）で作られた児童の名前入りマグネットを贈りました。

この事業は、赤い羽根共同募金の助成金を活用して実施しているもので、地元産業の応援と赤い羽根共同募金運動のPRを目的としています。

熊鈴は児童のランドセルに取り付けられ、登下校時には「シャンシャン」と音がします。この音が聞こえたら近くに小学生がいるのがわかり、防犯の効果も期待できますね。

また、名前入りマグネットは、学校から配布されるお知らせなどの通知を冷蔵庫に貼ったりするのにとても便利と好評でした。



《 レクリエーションで盛り上がる！ 》

社会福祉協議会では年6回、ゆうあいサークルボランティアご協力のもと、各地区の集会所などで、地域の高齢者とレクリエーションやおしゃべりをしながら交流する「お茶会」を実施しています。

今年度も、5月に美園・高台地区、7月に双珠別地区、8月に



占冠地区、9月にはトナム地区、11月に千歳・本通地区、3月に宮下地区でそれぞれ開催予定です。



開催が近づきましたら、行政区回覧などで地域の皆様にお知らせしますので、お友達とお誘いあわせのうえご参加ください。きっと楽しい会になること請け合いです。

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12月21日から令和5年4月21日まで）

占 冠	丸 瀬 代志子 様	故 丸瀬 光夫 様の葬儀に際し香典返しを廃して
中 央	黒 瀬 利 昭 様	故 黒瀬 房子 様の葬儀に際し香典返しを廃して
中 央	山 本 清 市 様	故 山本 幸子 様の葬儀に際し香典返しを廃して
中 央	新 屋 保 男 様	故 新屋 サトエ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

