

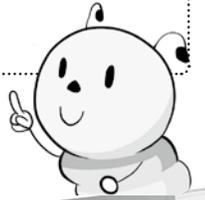


笑顔のたすき

- Baton of Smile -

昨年8月に開催し、全18チーム約70名が参加した「ワインカップ争奪町民ポッチャ交流大会」の2回目の開催を予定しております。

交流大会の詳細は、今後HPやチラシでお知らせしていきます！



令和6年8月3日:ワインカップ争奪 町民ポッチャ交流大会の様子



ROCOCO2号店でポッチャの練習中！

現在、毎週月・金曜日の午後には有志のメンバーが集まり、ポッチャの練習を通じて交流を行っています。
2号店にはポッチャコートが5つありますので、皆と一緒にでも個人でも練習ができます。ぜひ遊びに来てくださいね！



地方創生 SDGs
官民連携
プラットフォーム



私たちは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

ふれあい
ネットワーク



社会福祉法人 **池田町社会福祉協議会**



地域あんしんセンターいけだ・池田町ボランティアセンター・ケアプランセンターいけだ
ボランティア・町民活動支援ルームROCOCO・ROCOCO 2号店
〒083-0023 北海道中川郡池田町字西3条6丁目14番地1 池田町ふれあいセンター内
TEL015-579-2222・(FAX) 015-579-2223
URL <https://www.ikeda-shakyo.jp/> E-mail info_01@ikeda-shakyo.jp
この社協だよりは、共同募金の一部で作成いたしました。



ホームページ

令和7年
6月
No.186

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です

こんなことはありますか？

声がかすれてきた… せき払いが増えた… 食事の時にむせる、飲み込みにくい…

保健師さんに
きいてみた！

のどの“老化”していませんか？



—誤嚥性肺炎の予防とのど筋トレ—

チェックしてみよう！ゴックンテスト

- ①水を一口飲んで口の中を湿らせてから、人差し指をのどぼとけのやや上側に当てて唾液をゴックンと飲み込む。
- ②30秒間で何回、口にためた唾液を飲み込めるかチェック！

☆飲み込む回数が多いほど、のど年齢が若い！

回数	のど年齢	回数	のど年齢
4回以下	80代以上	7回	50代
5回	70代	8回	40代
6回	60代	9回	30代



加齢によって、のどぼとけを支えている筋肉が減り、のどぼとけの位置が下がると誤嚥になりやすいのです。

保健師
渡部さん



のどの老化で注意したい、誤嚥性肺炎とは！

食道に行くべき唾液中の細菌や夜間に逆流した胃酸が気道に入り込むことで生じる肺の炎症。

★50代以上で日中に頻繁にせき払いする人は要注意！

=のど年齢が低下し、無自覚に唾液を誤嚥している可能性が高い(隠れ誤嚥)

のどぼとけの筋肉を
鍛えて肺炎予防！



のどの筋力は60歳から急激に低下しますが・・・

日頃のちょっとしたトレーニングで強いのどに変身！

腕や足の筋肉と同じで、いくつになっても鍛えることができます！

唾液の量を増やして飲み込みやすいのどにしよう！

方法① 唾液腺マッサージ(耳下腺への刺激)

- ①人差し指から小指までの4本の指を頬にあてる。
- ②上の奥歯あたりを後ろから前へ向かって回す。
- ③約10回続ける。

◎他にもガムを噛んだり、あめをなめる、梅干しなど酸味のあるものを食べるようにすると唾液が出るようになりますよ。



ムセたときに咳で唾液などを
気道から吐き出す力を鍛える！

方法② ペットボトル深呼吸

- ①手をつぶれるくらいの中身の少ない500mlのペットボトルをくわえる。
- ②思いきり息を吸って、ペットボトルをぺしゃんこにする。
- ③息を強く吹いて、ぺしゃんこのペットボトルをパンパンに膨らませる。



*10回1セットで1日3セット以上行いましょう。
*血圧が高い方は主治医と相談の上で行いましょう。

おしゃべりやカラオケで声を出す、抑揚をつけて音読する

→発声と嚥下はほぼ同じ部位を使っているため、声を出す力を強化すれば、嚥下力の向上につながります！

男のための、のど筋トレトレーニングスポーツボイス！

通称 のど筋サロン 開催中！

スポーツボイスとは??

専門的なボイストレーニングをより多くの人に楽しんで健康になれるよう、東哲一郎氏がフィットネス用に考案したボディ&ボイストレーニングです。



声を出しながら身体の柔軟性を高め“音楽にのって”のどの筋肉、体幹、心肺機能に働きかけます。ぜひ一緒にのど筋を鍛えてみませんか？

開催日：毎月第2・4水曜日
時間：10時00分～11時00分
会場：ROCOCO本店
参加費：無料
対象者：65歳以上の男性ならどなたでも！

◎参加お待ちしております◎

予約
不要



お弁当がつなぐ、地域のつながり

ながいき弁当友愛訪問活動を実施しました。

令和6年11月12日(火)～令和7年3月7日(金)にかけて、池田町老人クラブ連合会で、ながいき弁当友愛訪問活動を実施しました。

これは老人クラブ会員を対象(在宅で生活している会員のみ)に、各単位クラブ員がお弁当とメッセージを携えて訪問することで、お互いに励まし合い、見守りを行うことを目的とした事業です。

また、お弁当はデリバリーサービス参加事業者の会の10店舗様(ゆたか/寿楽の息子/とりせい/ヒロきっちゃん/いろはとね/中華料理萬彩/よねくら/ワイン城/CaféTERUI/ Café&Life akao)にご協力いただきました。

会員の皆様の感想～実施アンケートより一部抜粋～

年齢	性別	感想など
74	女性	おいしいものをいただき、食べると幸せな気持ちになりました。
75	男性	安否確認を兼ねるといことができますので良いと思います。
77	男性	お弁当は温かさとありがたさを感じます。そのうちにお店に食べに行こうと思います。
84	女性	年々おかずがおいしくなっています。提供してくれたお店の誠意を感じました。
84	男性	大変ご苦勞様でした。役員にお礼申し上げます。
90	女性	本当にありがたいと思っております。これからもお世話になると思います。



活動報告

社 = 社会福祉協議会関係
町 = 町内会連合会

社 **3月20日**
大切なのは外部の力を受け取る「受援力」

地域防災セミナー
 被災時におけるスムーズな復興支援には地域の皆様の日頃のつながりが大変重要であり、このつながりこそが受援力になるということを学びました。





町 **4月9日**
地域の皆で子ども達を見守ろう!

春の交通安全街頭運動
 約50名が集まり、池田小学校前で開催。子ども達が毎日安心して登下校できる環境を日頃から整えておくことが大切です!





社 **4月30日**
ふまねっつを通じて多世代交流!

池田高校3年生 ふまねっつ体験
 池田高校3年生5名が、時事問題研究の一環でふまねっつの体験を行いました。臨時のふまねっつ教室の開催となりましたが、約30名の住民も参加され、交流を楽しみました。





社 **4月30日**
自宅でお花見!今年の池田町の桜事情は

オンライン花見2025
 満開の桜は見ることはできませんでしたが、クイズなど多くの企画があり、皆で楽しい時間を過ごす事ができました。





池田町の町民のみなさまが安心して暮らしていくための 公共性の高い福祉サービスを提供し、地域福祉の向上を推進します。

令和7年度社会福祉協議会の主な事業計画

1. 一般事業

●調査広報事業

- ◇社協だより発行(ホームページとの連携)
- ◇ホームページの情報更新(フェイスブックとの連携)
- ◇ICT支援アプリとの連携
- ◇YoutubeでのLIVE配信

●地域組織活動事業

- ◇社協会員加入の促進
- ◇民生・児童委員協議会、共同募金委員会、町内会連合会、各福祉団体・施設等との連携
- ◇各種大会、研修会への参加
ボランティアミニ愛ランド十勝 池田会場
- ◇池田町地域福祉実践計画推進委員会(月1回)

●ボランティア活動事業

- ◇ボランティア保険の加入
- ◇ボランティアスクールの開催
- ◇スマホ使い方講座
- ◇見守りノルディックウォーキングの実施
- ◇地域防災セミナーの開催
- ◇福祉教育推進活動
- ◇池田小学校・池田中学校CS部会への参画
(小中高生ボランティア活動の普及及び援助)
- ◇ボランティア各種研修会への派遣
- ◇サンタクローズ事業の開催
- ◇再生ボランティア活動の支援
- ◇「えんじよの」マッチングシステムの活用
- ◇ICT支援アプリ「まちたっぷ」の活用

●ボランティア・町民活動支援ルーム運営事業

- ◇ボランティア団体の共有事務所機能
- ◇町民の交流サロン機能
- ◇ボランティア研修機能
- ◇災害時ボランティアセンター機能

●地域福祉推進事業

- ◇児童青少年福祉
 - ・伸びゆく子どものための活動助成
 - ・地域児童遊園地施設整備助成
- ◇母子福祉
- ◇障害者福祉
 - ・ワインカップ杯町民ポッチャ交流大会
- ◇遺族福祉
- ◇ふれあいサロン事業の運営
 - ・ふまねっとカフェ、ふれあい麻雀サロン事業、卓上サロン事業、ロココサロン事業、太極拳教室事業、ICTを活用したオンライン通いの場事業、ロココおもちゃサロンまつり、男のためののど筋サロン 等
- ◇小地域ふれあいネットワーク事業の推進
 - ・たすけあいチームづくりの組織化
 - ・要介護者の調査、発見、把握、見回り活動と声かけ、安否確認
 - ・レクリエーション等各種行事での交流の場
 - ・災害発生時の応援体制づくり
 - ・ふれあいネットワークサロン事業 その他
- ◇ふれあい広場2025の開催

◇地域介護予防活動支援事業

- 1次予防の継続(ふまねっと健康教室、くもん脳トレ健康教室、天声人語サロン、再生ボランティアサロン、知識力アップサロン、レクリエーション吹矢(ダーツ)サロン等)
- 0次予防の推進(新5年間プロジェクト)
- ◇介護支援ボランティア事業(町受託事業)
ボランティアポイント管理業務
- ◇マックスバリュ池田店との連携

●老人福祉事業

- ◇単位老人クラブの育成助成
- ◇老人クラブ活動の援助
- 在宅福祉サービス事業
 - ◇ふれあい昼食会の実施(毎月1回)
 - ◇在宅福祉機器貸与事業(ベッド、車椅子等)
 - ◇ふれあい遊具貸与事業

2. 地域あんしんセンターいけだ事業

●地域あんしん相談室の運営

- ◇セミナー形式での普及活動と相談業務
- ◇社協職員による随時相談
- ◇専門職との連携(弁護士、司法書士等)

●池田町成年後見実施機関に関する事業

- ◇家庭裁判所への手続き支援
- ◇成年後見制度普及・啓発
- ◇市民後見人のフォローアップ研修

●法人後見受任に関する事業

- ◇池田町社会福祉協議会が成年後見人を受任
- ◇法人後見支援員委嘱

●日常生活自立支援に関する事業(福祉サービス利用援助事業)

- ◇福祉サービスの利用手続き支援
- ◇日常的金銭管理
- ◇書類等の預かりサービス

3. 生活支援体制整備事業

●生活支援コーディネーターの配置

- ◇1層コーディネーターの配置(兼務職)
- ◇2層コーディネーターの配置(専門職、兼務職)
- ◇3層コーディネーターの配置
(住民活動支援員、LOREN支えあいマネージャー)

●協議体の配置

●調整会議の設置

4. 池田町在宅福祉サービス事業(町受託事業)

●介護予防・要介護認定調査事業・地域支え合い事業

- ◇介護予防マネジメント
- ◇(新)ケアマネジメントBの受託
- ◇要介護認定調査受託
- ◇支え合いバス事業

5. 介護保険事業

●介護保険サービス提供事業

- ◇居宅介護支援事業
- ◇介護予防支援事業

6. その他の事業

●道社協生活福祉資金貸付事業窓口業務

●内閣府戦略的イノベーションプログラムスマートモビリティの開発研究事業への協力

社会福祉協議会とは

池田町社協は、人口減少と高齢化が進む池田町において、町行政でも、町内会等の住民だけでも解決できない様々な福祉課題について、共に考え解決に向けていく活動を非営利で行う社会福祉法に位置付けられた法人です。

今年度は、新たに「えんじよの」マッチングシステムを取り入れ、より町民の皆様にとってボランティア活動やボランティアの依頼をしやすい環境を整えていく事業を組み込んでいきます。

令和7年度予算

収入の部

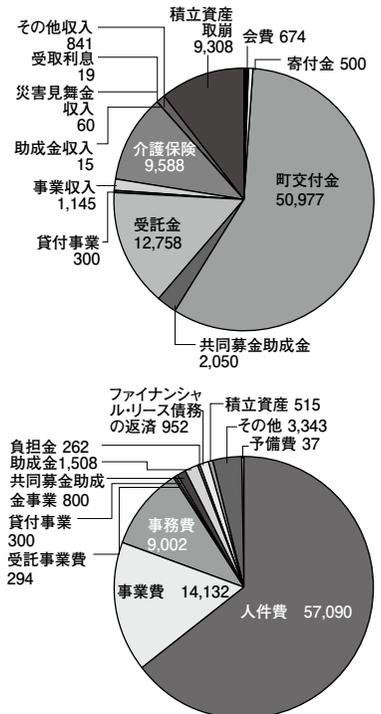
(千円)

勘定科目	7年度	6年度	比較
会費	674	700	△26
寄付金	500	500	0
町交付金	50,977	47,620	3,357
共同募金助成金	2,050	1,820	230
受託金	12,758	14,033	△1,275
貸付事業	300	300	0
事業収入	1,145	1,117	28
介護保険	9,588	7,920	1,668
助成金収入	15	15	0
災害見舞金収入	60	0	60
受取利息	19	19	0
その他収入	841	703	138
施設整備等補助金	0	0	0
積立資産取崩	9,308	8,871	437
合計	88,235	83,618	4,617

支出の部

(千円)

勘定科目	7年度	6年度	比較
人件費	57,090	53,324	3,766
事業費	14,132	13,679	453
事務費	9,002	8,814	188
受託事業費	294	330	△36
貸付事業	300	300	0
共同募金助成金事業	800	800	0
助成金	1,508	1,494	14
負担金	262	262	0
固定資産取得	0	0	0
ファイナンシャルリース債務の返済	952	952	0
積立資産	515	515	0
その他の活動による支出	3,343	3,111	232
予備費	37	37	0
合計	88,235	83,618	4,617



収入

支出

社協会費のお願い

社会福祉協議会の会費は「住民相互による支えあい」の制度です。町民の皆様には、公区を通じて全世帯の会費の納入をお願いしております。社協会費は、地域福祉推進のための貴重な財源となっており、新型コロナウイルス影響後の新たな助けあい活動(地域福祉事業)のためにも役立てられます。

- ◎普通会員年額 300円以上(全世帯にお願いしております)
- ◎特別会員年額 1,000円以上(社会福祉関係者や社会福祉に特に関心のある一般の方)
- ◎賛助会員年額 一口1,000円以上(社会福祉関係団体及び各種法人、団体)

令和6年度の町民の皆様にご協力いただきました社協会費の実績についてご報告いたします。

公区名	普通会員数	特別会員数	賛助会員数	会員数合計	金額合計	公区名	普通会員数	特別会員数	賛助会員数	会員数合計	金額合計
1丁目	28		1	29	11,400	千代田東	31			31	9,300
2丁目	39			39	11,700	千代田西	54			54	16,200
3丁目	55			55	16,500	川合1		9		9	9,000
4丁目	21			21	6,300	川合2	22			22	6,600
5丁目	31			31	9,300	昭栄	35			35	10,500
6丁目	44	20	1	65	40,000	昭栄5	14			14	4,200
7丁目	8	9		17	11,600	東台1				0	-
8丁目	112	4		116	37,600	東台自治会	27			27	8,100
9丁目	109			109	32,700	富岡1	3			3	900
10丁目	66			66	19,800	富岡3	4			4	1,200
11丁目	56	2		58	18,700	様舞	11			11	3,300
南1丁目	25			25	7,500	信取1	7			7	2,100
東2条	13	7		20	10,900	信取3	22			22	6,600
旭町1	81	7	1	89	39,300	美加登2	3			3	900
旭町2	54	6		60	22,200	美加登3	3			3	900
旭町3 (旭町中央含む)	142	2		144	46,400	常盤1	7			7	2,100
旭町4	107	2		109	34,100	常盤2				0	-
緑苑南	81	5		86	29,300	常盤3	10			10	3,000
緑苑北	45	6		51	19,900	大森1				0	-
鉄道	5			5	1,500	大森2	10			10	3,000
利別東	109	1	1	111	44,300	大森3	17			17	5,100
利別中央	138	1	1	140	43,400	高島東	18			18	5,400
利別西	115	4		119	38,500	高島中央	20			20	6,000
利別1	12			12	3,600	高島西	31			31	9,300
利別2	23			23	6,900	近牛	13			13	3,900
清見1	56			56	16,800	個人	1			1	300
清見2	15			15	4,500	合計	2007	85	5	2096	718,800
豊田1	13			13	3,900						
豊田2	13			13	3,900						
青山1	10			10	3,000						
青山2	18			18	5,400						
小計	1644	76	5	1725	600,900						

※あたたかいご寄付ありがとうございます※ (令和7年3月1日より令和7年4月30日まで)敬称略

◎池田町社会福祉協議会へご寄付いただいた方

氏名	公区等	寄付金額	内容
北海道身体障害者福祉協会 池田町分会長 岡田 竜太郎		512,006	地域福祉のために
坂本 恭祥	旭町	50,000	妻(康子様)のご逝去に際して
島田 俊雄	清見	100,000	妻(定子様)のご逝去に際して
イオン北海道(株)		19,300	地域福祉のために(幸せの黄色いレシートキャンペーン)

◎池田光寿会へご寄付いただいた方

氏名	公区等	寄付金額	内容
水上 武重	豊田	100,000	グループホームきすな施設運営のために
島田 俊雄	清見	100,000	法人運営のために

再生ボランティア活動にご協力いただいた方

◆リングプル(リングプル再生ネットワークへ)

- ・折原サチ子
- ・大木敏子
- ・田中克子
- ・緑苑ボランティアクラブ世話役 児玉宜廣
- ・旭町3丁目町内会
- ・池田消防署
- ・ヨコタデンキ

お知らせ

分別作業を行ったリングプルを 車椅子2台と交換しました。



この度、住民の皆様や各団体等から随時ご寄付をいただいておりますリングプルが2065kg集まったため、江別市野幌町にある「リングプル再生ネットワーク」に依頼し、車椅子2台と交換を行いました。この車椅子は日常生活用具貸与事業における貸出可能な福祉用具に追加致します。詳細は上記QRコード先のホームページ記事をご確認ください。



◀リングプルのご寄付は池田町社会福祉協議会で受付しています。リングプルが一定数集まった際、毎月第1、3水曜日に開催している「再生ボランティアサロン」で仕分け作業を行っています。

2025年限定赤い羽根共同募金 バッジイラスト決定！～いけだ牛とROCOCO～



いけだ牛は池田町名産の「十勝ワイン」製造過程の副産物であるワイン澱や搾り粕を飼料化して給餌されています。程よい霜降りで、噛めば噛むほど「甘み」を感じ、口の中に美味しい風味が広がります。年に4回程J A十勝池田町事務所前で販売を行っています。

お取り扱いの時期、場所については後日決定後に池田町社会福祉協議会のホームページ等でお知らせいたします。

「ふれあい広場2025池田」開催決定！

前夜祭 8月30日(土) 今年も映画上映します。
本祭り 8月31日(日) 各種ブースの展開等。
詳細は次回の社協だよりでお知らせ！乞うご期待！

編集後記

最近、雨男です・・・どこへ出かけるにも天気が悪く、先日のオンライン花見では、前日に雨どころか大雪が降り、大幅に桜の開花時期が遅れてしまいました。プライベートでも仕事でも天気運がありません。今後は、

外で開催される事業も多いので、雨に見舞われない様、日ごろから善い行いをするように心がけていきたいと思ひます。ふれあい広場が天気に恵まれるよう皆さんお祈りください！ (吉田)