社協だより　令和２年２月1日 発行 第156号

やまがた

山県市社協マーク

表紙題字　Fさん（徳永）

【法人理念】　ともに生き　ともに尊び　ともに支え　ともに築く

つなぎ愛あわせ
山県市地域福祉推進キャラクター

山県市社協が市民などに呼びかけ 12月８日長野市への災害ボランティア支援活動に 43名が参加されました！！

災害ボランティア活動の現場は千曲川が決壊した地区で、被害の甚大さに復興への道のりの厳しさを実感しました。

Twitter　Instagram　LINE

山県市社会福祉協議会公式アカウントになります。

社会福祉法人山県市社会福祉協議会
岐阜県山県市岩佐1177番地1
TEL(0581)52-3010　FAX(0581)52-2941
E-mail：info@y-shakyo.or.jp
ホームページアドレス：http://www.y-shakyo.or.jp/
◆**高富支所**
岐阜県山県市高木1000番地1
TEL(0581)22-6813　FAX(0581)22-2115

令和元年度共同募金実績報告

昨年の10月1日から12月31日まで行われた赤い羽根共同募金では、地域の皆様の温かな思いやりの気持ちにより、多くの募金が集まりました。たくさんのご協力ありがとうございました。

集められた募金は、岐阜県共同募金会を通じて、市内の福祉施設などの整備費として地域福祉事業として配分され、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことのできるよう、福祉の財源として活用されます。

じぶんのまちを良くするしくみ（募集期間10月1日～11月30日） 赤い羽根共同募金

募金額合計 3,425,829円 目標額 4,038,000円

自治会を通じての戸別募金			
高　富	777,200円	北　山	41,400円
富　岡	664,800円	葛　原	106,400円
梅　原	153,200円	谷　合	76,800円
桜　尾	165,600円	北武芸	100,400円
大　桑	135,600円	乾	110,800円
伊自良北	99,300円	富　波	129,600円
伊自良南	183,000円	西武芸	234,000円
合　計			2,978,100円

赤い羽根協力店による募金	
（募金箱設置場所）マルキ、てんこもり、ゴルフクラブBiO、ふれあいバザール、レインボーハウス、茶蔵、フィッシング、みかどマート、ザ・ビックエクストラ高富店、すぅーみん、どんぐり会、小次郎、武蔵	
合　計	35,392円

募金箱	
（設置場所）美山老人福祉センター	
合　計	7,511円

街頭募金	
（実施場所）ザ・ビック、マルキ、タチヤ、てんこもり、平和堂、バロー高富店、栗まつり	
合　計	67,920円

イベント等による募金	
市内保育園、幼稚園	73,515円
第17回やまがた社会福祉大会	39,376円
伊自良夏祭り	12,510円
平井ふれあい秋まつり	11,687円
合　計	137,088円

法人募金	
合　計	38,800円

バッジ、カード募金	
合　計	161,018円

「つながり ささえあう みんなの地域づくり」

歳末たすけあい募金

募金合計額 1,147,853円　目標額 1,120,000円

（募集期間12月1日～12月31日）

自治会を通じての戸別募金			
高　富	200,000円	北　山	22,582円
富　岡	240,150円	葛　原	36,600円
梅　原	51,650円	谷　合	24,300円
桜　尾	55,300円	北武芸	37,650円
大　桑	46,200円	乾	40,400円
伊自良北	37,050円	富　波	48,450円
伊自良南	64,250円	西武芸	81,750円
合　計			986,332円

街頭募金	
（実施場所）ザ・ビック、マルキ、てんこもり、平和堂、バロー高富店	
合　計	119,852円

市内保育園、幼稚園	
合　計	21,669円

個人・団体からの募金	
東深瀬Y．N	10,000円
旧高富町消防団分団長OBの会	10,000円
合　計	20,000円

～歳末たすけあい募金の使い道～

「歳末たすけあい募金」は、高齢者、障がい者、子ども、若者、福祉サービスを必要とする人など誰もが自分らしく安心して暮らすことのできる、福祉のまちづくりへの活動支援に使われています。

〈山県市の歳末たすけあい募金による主な事業内容〉

- **ふれあいサロン歳末助成金事業**
  ふれあいサロンのメンバーだけでなく、地域住民との交流などを目的におこなうふれあいサロンに対し助成しています。
  （5ページにて各ふれあいサロンの活動を紹介していますのでご覧ください）

- **カレンダー配布**
  社会福祉協議会が作成したカレンダーを民生児童委員の協力を得て70歳以上の高齢者世帯に配布しています。
  カレンダーには暮らしの豆知識や社協のお役立ち情報、山県市に由来した写真を掲載しています。

- **ふれあい弁当**
  年末の見守り活動として、民生児童委員が70歳以上の高齢者世帯を訪問し、市内ボランティアが手作りしたふれあい弁当をお届けしています。

デイサービスセンター やすらぎ

～認知症を予防していつまでも自分らしく、若々しくいられるために～

当事業所は山県市岩佐の中央公民館と美山老人福祉センターと同じ敷地内にあります。市内で唯一日曜日も営業しているデイサービスセンターです。

スタッフは認知症ケア専門士をはじめ、認知症介護基礎研修を受講しており、日々認知症予防に向けて取り組んでおります。

口腔ケアを重視

誤嚥予防に食前はしっかりと
全身を使って嚥下体操を行います。

日曜日は少人数でゆったりくつろげます。
「日曜日でも用事がないし、ここに来れば人と話せるで楽しい。」と利用者さんの声。

日常生活でちょっと気になるこんなこと

- 同じことを何度も言う。すぐに忘れる。物を無くしてよく探す。
- 薬の飲み忘れがよくある。
- 買い物で小銭を使えない。在庫があるのに同じものばかり買ってくる。
- 鍋をよく焦がす。蛇口を閉め忘れる。トイレを流し忘れる。
- お風呂に入らない。衣服を着替えない。
- 一日閉じこもり、ぼーっとして過ごす。誰とも会話がないときがある。

デイサービスで活気ある生活を送ってみませんか？

日中の活動

人との交流を楽しみ、レクリエーションや個性を生かした活動を行うことで認知症予防に取り組みます。

難易度別のパズル

歩行訓練

リハビリ体操

レクリエーション

季節行事

シリーズ①　防災・減災

豪雨災害における“自助・共助”～これからの地域防災を考える～

昨年は全国各地で豪雨による甚大な被害がおきました。山県市でも昭和51年に大雨で鳥羽川が氾濫し多くの家が浸水しました。そこで今回は防災・減災を自助・共助という視点でお伝えします。

自助とは「住民一人ひとりが豊かな生活を送るために努力すること」です。防災・減災の観点では、日ごろから防災グッズの準備や、最低3日間の食事のストック、ハザードマップの確認などがあげられます。共助とは「近隣の方々、また市民が豊かな地域づくりに協力・協働すること」です。防災・減災の観点では、とっても簡単なことです。それは日ごろからの声掛けなどがあげられます。

自助	①天気予報をこまめに確認 ③避難所や貸し出し備品を確認	②自宅の危険度・安全性をチェック ④停電や断水に備える
共助	①要援護者の避難を助ける ③余裕があれば避難生活者を支援	②自宅が安全なら近所の人に提供

過去の豪雨災害では夜から大雨になることが多く、高齢者などの避難が遅れることが多くありました。一方そのような状態の中で、死者を1名も出さなかった自治会もありました。その差は何だったのでしょうか？それは近所の方や自治会長などが高齢者に避難を呼びかけたことです。声掛けがあったので、すぐに車に乗せてもらったり、自分で移動して避難することができたのです。日ごろからの声掛けで顔なじみ関係を築くことで、防災に大きく繋がります。また、水害以外にも、深夜に地震が発生したとき、近所の方が被災家屋住民宅の寝室の位置などを理解しており、そこを中心に救助活動をしたことで、無事に助け出されました。これも日ごろからのご近所の関係がもたらした結果といっても過言ではないですね。

ひとりで悩まず ご相談ください

生活福祉資金貸付事業は、低所得世帯・障がい者世帯・高齢者世帯を対象として無利子または低利で生活に必要な各種資金を貸し付けるとともに、世帯の自立に向けて支援を行う事業です。

貸付の種類は大きくわけて4種類あります。
①総合支援資金　②福祉資金
③教育支援資金　④不動産担保型生活資金

①総合支援資金

失業者をはじめ、日常生活全般に困難を抱えている者に対し、生活の立て直しのために必要な経費の貸付を行います。

②福祉資金

自立した生活につながるために一時的に必要であると見込まれる資金の貸付、もしくは緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に少額の資金（原則上限10万円）の貸付を行います。

③教育支援資金

教育支援資金は、低所得世帯の子どもなどが修学するための費用の貸付を行うもので、授業料等の貸付を行うものと、学校の入学時に必要となる入学金や教材費等を貸し付けるものがあります。

④不動産担保型生活資金

居住用不動産・住居を担保として生活費の貸付を行うもので、一般の高齢者世帯向けと、生活保護を必要とする高齢者世帯向けに分けられます。

※本貸付事業は他法他施策優先が原則となっており、他に使える制度等がある場合には、そちらを利用することとされています。

※いずれも返済義務が生じ、返済能力が見込まれる場合に貸付されます。

詳細・お問い合わせ

山県市社会福祉協議会（☎ 52-3010）

ふれあいサロン歳末活動紹介

本会では歳末たすけあい募金を活用し、普段活動しているふれあいサロンのメンバーだけでなく子供会などの地域住民との交流を目的に行うふれあいサロンに対し助成しています。今回はその様子を一部ご紹介します。

みんなの和
（梅原）
新年に備えて参加者のお家の松や南天などの材料で門松作りをしました。

花ノ会
（乾）
ふれあいサロンと老人クラブが合同で食事会を行いました。

れんげ、サロン・パスカル
（伊自良）
日頃は別々で活動をしている2つのサロンが合同で輪投げ大会を行いました。

元気な集い
（高富）
参加者で飾り付けたケーキを食べました。

栄養士のお話

● 骨粗しょう症について

骨粗しょう症とは、加齢・生活習慣などにより骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。骨粗しょう症になると、要介護リスクが高まるともいわれています。骨を強く保つには、食事から摂取する栄養素の役割がかかせません。そこで、骨づくりに主に必要な3つの栄養素を紹介します。

①カルシウム

乳製品、小魚、海藻など
推奨量：650～700mg/日
例：牛乳1杯(200ml) 220mg

②ビタミンD

魚類、きのこ類、卵など
目安量：5.5μg/日
例：鮭1切れ(80g) 25.6μg

③ビタミンK

納豆、ほうれん草、小松菜など
目安量：150μg/日
例：納豆1パック(50g) 300μg

ビタミンDやビタミンKはあまり知られていない栄養素かもしれませんが、カルシウムは腸管からの吸収率が20～40%と低めであるため、ビタミンDを一緒に摂取することで、吸収率アップが期待できます。女性は骨量が減少しやすく、60歳頃には最大時の8割程度になってしまう人もいるため、食事から適度な栄養素を取り入れ、骨粗しょう症の予防をめざしましょう。

あたたかいお気持ち ありがとうございます

地域のみなさまから本会へご寄付をいただきましたので、ご紹介いたします。みなさまからの寄付は、地域福祉事業等に活用させていただきます。

〈敬称略〉

- 匿名 …… 10,000円
- トラベルサービスヤマダ … 6,000円
- 塚原 光男 …… 5,000円

福祉機器リサイクル登録状況

譲ります

バウンサー1台、ベビーカー1台
チャイルドシート2台、マットレス1枚、シルバーカー1台

譲ってください

電動ベッド、車いす、杖、ベビーカー、チャイルドシート等の不要になった福祉機器を随時募集しております。

お譲りいただける方は、**山県市社会福祉協議会**（☎52-3010）までご連絡ください。

やまがたボランティア情報誌
ぼらっち
題字　三津原ふじ子さん(山県市)

NO.156　令和2年2月1日発行

山県市ボランティア・市民活動支援センター
〒501-2259 山県市岩佐1177番地1
TEL(0581)52-3010　FAX(0581)52-2941
メールアドレス　community@y-shakyo.or.jp

山県市社協登録ボランティアデータ
- 団体… 69団体（1,801名）
- 個人… 71名　（令和元年12月31日現在）

2020年度ボランティア活動保険の加入受付が始まりました!!

ボランティア活動をされる方はぜひご加入ください。

対象となるボランティア活動の条件
- 本会にボランティア登録されていること。

保険金を支払う主な場合
- ボランティア活動中、転んでケガをして通院した。（ケガの補償）
- 活動に向かう途中、交通事故にあい亡くなった。（死亡保険金の補償）
- 活動中に食べた弁当でボランティア自身が食中毒になって入院した。（ケガの補償）
- ボランティア活動で清掃中、誤って花瓶を落として壊してしまった。（賠償責任の補償）
- 自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にけがをさせた。（賠償責任の補償）　など

被災地でのボランティア活動では、予測できない様々な事態が予想されますので、あらかじめ天災・地震補償プランにご加入いただくことをお勧めします！

保険金額・年間保険料（1名当たり）

補償金額＼プラン		基本プラン	天災・地震補償プラン
死亡保険金		1,040万円	1,040万円
後遺障害保険金（限度額）		1,040万円	1,040万円
入院保険金日額		6,500円	6,500円
手術保険金	入院手術	65,000円	65,000円
	退院手術	32,500円	32,500円
通院保険金日額		4,000円	4,000円
地震・噴火・津波によるケガ		×	○
賠償責任（限度額）		5億円	5億円
保険料		350円	500円

※2020年度よりプランが見直され、2プランのみとなります。

お願い！ 梅原小学校でのペットボトルキャップの回収について

ペットボトルキャップ回収場所梅原小学校：**岐阜県山県市梅原1543（0581-22-1068）**

梅原小学校では、貧しい国の子どもたちが健康に生きられるよう「世界の子どもにワクチンを日本委員会」に協力しペットボトルキャップを収集しています。

持ち込みの条件
1. ペットボトルキャップは必ず洗浄してきれいな状態にしてお持ち込みください。
2. プラスチック製のペットボトルキャップのみ（金属製のキャップの回収はしていません）
3. ペットボトルキャップを入れたビニール袋などは持ち帰ってください。

皆さんの温かい支援でなりたっていますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

ありがとうハート

●古切手、ベルマーク、テレカ、書き損じハガキ（受付順・敬称略）
（令和元年12月31日までの受付順）

・特別養護老人ホーム椿野苑　・同朋会在宅介護支援センター
・今瀬三奈子　・藤田南司　・野々村建設株式会社　・世界心道教高富教会
・株式会社ベンチャー　・匿名6件

……いきいきつどいクラブ実施カレンダー（火・水・金）……

2月

■…いきいきつどいクラブ実施日

日	月	火	水	木	金	土
✻	✻	✻	✻	✻	✻	1
2	3	4 ■ 足湯	5 ■	6	7 ■ 体操	8
9	10	11 建国記念の日	12 ■ 読み聞かせ	13	14 ■ 体操	15
16	17	18 ■ 体操	19 ■ 余興	20	21 ■	22
23	24 振替休日	25 ■ 体操	26 ■ 体操・余興	27	28 ■ 足湯	✻

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ■	4 ■	5	6 ■ 体操	7
8	9	10 ■ 体操	11 ■ 体操	12	13 ■ 体操	14
15	16	17 ■	18 ■	19	20 春分の日	21
22	23	24 ■	25 ■ 体操	26	27 ■	28
29	30	31 ■	✻	✻	✻	✻

いきいきつどいクラブでは、輪投げ、階段の上り下り、ボール体操などにいっぱいチャレンジしてマメー（クラブ内で使える通貨）を集めます。マメーはカラオケやお出かけツアーの参加等に利用することができます。

いきいきつどいクラブ（美山老人福祉センター内）は、市内在住の60歳以上の方ならどなたでも利用することができます。無料送迎バス（美山地域）も運行していますので、お気軽にご来館ください。

開　館　火・水・金曜　10:00～15:00（祝日、年末年始除く）

利用料　200円／1日　　**内　容**　喫茶、健康体操、買い物など

【問い合わせ】☎52-3010

※初めて送迎バスを利用される場合は、停留所の確認のためご連絡ください。

●● 求人案内 ●●

常勤（嘱託）職員

夜勤可能な人

交通費支給
有給休暇あります！

勤 務 地　ショートステイ　　**勤務時間**　シフト表による
※送迎補助等、時間外あり　※夜勤有（2人体制）

月　　給　ヘルパー2級・介護職員初任者研修修了…169,000円～
介護福祉士…176,000円～　※その他諸手当有

パート

勤 務 地　デイサービスもしくはショートステイ

勤務時間　午前8時頃～午後6時頃のうち必要な時間

時　　給　ヘルパー2級・介護職員初任者研修修了…940円～
介護福祉士…1,090円～
※土日祝日・時間外は加算が付きます

問合せ先　☎52-2800（担当：飯尾）

ショートステイ夜勤専門

勤務時間
午後4時00分～午前9時00分

賃　　金
ヘルパー2級・
介護職員初任者研修修了
…21,040円/回
介護福祉士　…23,440円/回
①休日手当あります
②勤務日数は相談に応じます

問合せ先
☎52-2800
（担当：飯尾）

再生紙を使用しています。
VEGETABLE OIL INK
この印刷物は地球に優しい植物油を使用したインキで印刷されています。