

わかさ

住民一人ひとりの力がつながり、
大きな輪になるよう活動を支援していきます。

声をかたちに
since

社協だより

Vol.64

2018年10月15日
発行

CONTENTS

共同募金運動スタート	2~3
寄付者へのありがとうメッセージ	3
災害義援金受付のお知らせ	4
3分でわかる豆知識 Vol.16「冷え性対策」	5
三方地域家屋補修ボランティア報告・ 生きいきふれあい館 冬季予約受付について・ やさしさをありがとう	6
キラめく福祉人・表紙の皆さん(三方中学校野球部)	7
家族介護教室案内・チャリティ「アートでハート展」開催	8



三方中学校野球部の皆さん



この広報紙は共同募金の配分金を受けています。



意志あるお金を共同募金に！ 赤い羽根共同募金運動が スタートしました

今年も10月1日から『赤い羽根共同募金運動』が全国一斉にはじまりました。皆さまの温かい心がこめられた募金の70%は若狭町内の高齢者、障がい者、子どもたちなどの地域福祉活動に役立てられます。また、30%は福井県内の広域的な課題を解決するための活動や、異常気象発生時の災害に備えるため『災害等準備金』の積み立ての他、大規模災害発生時のボランティア活動支援など被災地を応援するためにも役立てられています。

“若狭町を良くするため”に今年もご協力よろしくお願いいたします

平成30年度 目標額 **3,705,000円**

平成30年度 歳末たすけあい事業計画 1,505,000円

●障がい者交流、障がい児クリスマス会

町内のあらゆる障がいのある方を対象に、社会参加と地域交流を目的としています。

●歳末たすけあい配食事業 (おせち料理配達)

社協厨房で調理した手作りのおせち料理を生活保護受給者に配達します。



●無料貸出用福祉用具整備

若狭町内で在宅の高齢者及び身体障がい者、病気療養者などに対し、無料で貸出している車いすや電動ベッドの購入費に充てます。貸出ご希望の場合は、若狭町社会福祉協議会までご連絡ください。



平成31年度 地域福祉事業計画 1,545,000円

●モデル集落への助成、 チャリティアートでハート展開催、 きらりアート展開催、緊急食糧支援など

モデル指定集落7集落への助成や、収益金を全額共同募金に寄付をするアートでハート展などの開催、生活困難者への支援体制づくりを行います。



きらりアート展

●「地域を良くするプロジェクト」 申請団体に対して、審査、助成

グループ、団体などへの活動支援や小・中学校、保育所(園)などへの福祉教育・児童育成支援を行います。



熊川小学校

歳末たすけあい 募金運動も はじまります

12月1日から歳末たすけあい募金運動を展開します。寄せられました募金の100%を若狭町内で支援を必要とする人たちが安心して暮らすことができるよう様々な福祉活動事業に活用させていただきますので、皆さまのご協力をお願いいたします。



平成31年度
広域助成金
655,000円

県内の広域的な課題を解決するための活動や異常気象発生時の災害に対して災害準備金として備え、大規模災害発生時に災害ボランティア活動支援等、被災地を応援するために使われます。

県域を越えて これまでの災害でも多くの 助成を行っています

- 新潟県中越地震
- 東日本大震災
- 熊本地震
- 大雪災害
- 平成30年7月豪雨災害



赤い羽根共同募金助成金事業

寄付者への

あいがとう
メッセージ

平成29年度助成事業報告書より
「助成団体から寄付者の皆様への感謝の気持ち」を紹介します。

熊川小学校



熊川小学校の児童は、地域に支えられ地域の方々の温かな思いやりの中ですくすくと育っています。熊川小学校は「共に伸びる児童の育成」を学校教育目標に掲げ、自分の生き方を考え、様々な人と関わり、社会に貢献しながらともに生き、ともに伸びていくことができる子どもの育成を目指して取り組みを行っています。この教育目標を達成するために、幼児との交流、高齢者との交流、地域の方々との交流に取り組みました。

幼児との交流では、わかば保育園に全校児童で訪問し、児童が考えたゲームを行って幼い園児が楽しんでもくれるように心を配りました。高齢者との交流では、児童が春に種をまき水やりなどの世話をしてきた花の苗を高齢者の皆さんに届ける活動を行いました。また、小規模多機能ホーム「ほたる熊川宿」を3・4年生児童が訪問し、社会福祉協議会の方からもご指導を受けながら、福祉体験活動を実施しました。地域の方々との交流では「熊川いっぴく時代村」においてふるさと熊川のアピールを行い、自分たちで作った「長操あめ」の販売をさせていただきました。さらに、2月には1年間の学習成果を熊川公民館において保護者や地域の皆様に発表することができました。発表会のあとは、3世代交流餅つき大会を公民館が実施してくださり、地域の方々との交流をさらに深めることができました。

本校は児童数も少なく、活動するための予算も限られている中、



このように若狭町民の皆様からの募金を使わせていただく制度を活用して、学校目標達成に向けて教育実践を進めることができている。これひとえに皆様方のお蔭と深く感謝しております。ありがとうございました。

災害義援金受付のお知らせ

平成30年7月豪雨災害

若狭町共同募金委員会では、被災された方々を支援するため、義援金を受け付けております。お預かりした義援金は、全額を福井県共同募金会から中央共同募金会を通じて、被災県が設置する義援金の募集・配分委員会できとりまとめ、配分基準に基づき被災者に配分されます。

皆さまの温かいお気持ちが被災された方々の助けとなっております。今後ともご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

〈お預かりした義援金〉
302,872円

平成30年
12月28日(金)まで
受け付けております。

北海道胆振(いぶり)東部地震災害

9月6日に発生した北海道胆振東部地震の義援金も受け付けておりますので、ご協力をお願いいたします。

平成31年
3月31日(日)まで
受け付けております。

受付窓口

パレア若狭本所、地域福祉センター泉、五湖の郷、きらやま茶屋、小規模多機能ホーム「ほたる熊川宿、みさき、きやま虹の家」

【問い合わせ】 若狭町社会福祉協議会 パレア若狭本所(担当:宮川) TEL:0770-62-9005



上中中学校、三方中学校の生徒の皆さん



鳥羽小学校児童会の皆さん



でわかる

豆知識

Vol.16

冷え性対策

寒くなってくると「足が冷たくて寝られない」「冷えてお腹が痛い」といった悩みが出てくる人も多いですね。冷え性の原因は様々ですが、主に末端まで血液が届かない事が大きな原因と言われています。また、日本人の平熱に関するデータでは、50年前は36.5〜37.2度だったのに、現代では35.5〜36.5度と、実に1〜2度も下がっているそうなので、冷え性で困っている人は増えてきているのではないのでしょうか。ここでは、冷え性がどうかのチェックと冷えを改善する方法を紹介していきます。



チェックリスト

以下の項目をチェックしてください。

- | | |
|---|---|
| ☐ 手足がむくみやすい | ☐ 手足が冷たいのに顔がほてることがある |
| ☐ 肩や首、背中にコリや張りがある | ☐ 下半身太りが気になる |
| ☐ 肌がカサカサしている | ☐ 肌がくすみ、目の下にくまがしやすい |
| ☐ 汗をかかなかったり、汗がたくさん出る | ☐ 下腹部を触ると冷えている |
| ☐ 便秘や下痢になりやすい | ☐ 眠りが浅い |

3つ以上チェックがついた人は『冷え性』の可能性がります！

冷え性を改善するには？

- 1 栄養バランスの良い食事
- 2 タンパク質を十分にとる
- 3 温度差を調整しやすい衣類を選ぶ
- 4 生活に運動を取り入れて筋肉を鍛える
- 5 適度な温度と時間で入浴する
- 6 アルコールを飲みすぎない

身体を温めてくれる食べ物って？

- ・寒い季節、寒い地域で採れるもの
- ・土の中に育つもの
- ・発酵食品
- ・色の濃い物(黒や赤)
- ・塩辛いもの



以上は一時的な改善の方法ですが、体を温める食材として知られるトウガラシは体温を上げる作用を持っていますが、一時的に体温が上昇しても、発汗により体温が下がってしまうことがあります。また、厚着をしすぎると汗をかきやすくなり、体を圧迫して血流が悪くなる場合もあります。良かれと思ってやっていることが裏目にでることも…。冷え性にも色々な種類があり、それによって原因も変わってきます。冷え性の悩みが大きいのであれば、病院(内科や婦人科)に相談してみてもいいかもしれません。

三方地域家屋補修ボランティア



8月19日(日)三方建築業組合のボランティアによる家屋補修が実施されました。町内三方地域に在住のひとり暮らし高齢者等を対象に、生活する上で最低限必要な家屋の補修を行うことで、安心安全に生活をしていただくことを目的として行いました。



利用者の声

きれいに補修して頂き、安心して生活できます

暑い中大変お世話になりました



生きいきふれあい館 冬季予約受付について

	予約受付日	予約開始時間
12月分予約	11月1日(木)	AM9:00～
1月分予約	12月3日(月)	AM9:00～
2月分予約	1月4日(金)	AM9:00～
3月分予約	2月1日(金)	AM9:00～

手順

- 1 各月初めAM9:00に地域福祉センター泉に集合
- 2 抽選(1団体1本のくじ)
- 3 抽選番号1番の方から予約受付
- 4 希望日が重なったときはその場で直接団体間で交渉
- 5 全団体予約完了後解散

※週2回以上予約希望の場合は1回目の抽選が完了後、再度抽選していただきます。

この生きいきふれあい館は、介護予防および地域交流や世代間交流を目的とした全世代対象の公共施設です。ゲートボールやグラウンドゴルフ、少年野球などのスポーツクラブ、さらに地区や集落の交流会などにもご利用いただけます。

【問い合わせ】若狭町社会福祉協議会 いずみ事業所 TEL:0770-45-2837

やさしさをありがとう

「社会福祉事業に役立てて下さい」と下記の方々よりご寄付をいただきました。預託や寄付いただきました物品は、地域や若狭町社会福祉協議会にて有効に使わせていただきます。

下記以外にも多くの方々より、使用済み切手やエコキャップ等のご寄付をいただきました。ありがとうございました。(敬省略・順不同)

平成30年7月6日～平成30年9月5日

福祉基金

匿名(若狭町井崎).....100,000円	匿名(若狭町岩屋).....100,000円
西村 毅(若狭町熊川).....100,000円	匿名.....500,000円
匿名(若狭町佐古).....30,000円	小西 清光(若狭町藤井).....300,000円
芦田 和子(若狭町市場).....300,000円	

物品預託

若狭町婦人福祉協議会.....タオル、石鹸	匿名(若狭町井崎).....介護用品
匿名(若狭町気山).....介護用品	匿名.....介護用品

キラめく ふくしびと 福祉人

勤務先: 有限会社 今井技研(アイちゃん堂)
職 種: 福祉用具専門相談員

おか ばやし たく や
岡林 拓也



● どのような仕事内容ですか?

福祉用具のレンタル・販売・住宅改修を行う仕事をしています。

● やりがいを感じる時は?

この仕事を始めてから、高齢者の方と話す機会が多くなりましたが、そのほとんどが世間話だったりします。長い人生の中での様々な経験談を聞けることは、他の仕事では味わえない大切な学びとなります。

● 福祉の仕事を知ってもらうために一言!

福祉用具専門相談員は利用者さんにとって適切な福祉用具を選ぶ仕事です。しかし、一人で決めるわけではありません。主導権は利用者さんにあります。また、ケアマネジャーやご家族の意見も尊重し、「その方に一番合ったものはどれか?」と関わる人達、みんなで考えます。

表紙の皆さん

三方中学校野球部

取材日: 8月29日



部長
吉田 瑛亮



副部長
横井 涼

● 人数

1年生7名、2年生5名、合計12名で活動しています。

● 顧問、部長

〈顧問〉渡辺 尚樹、坊 達也
〈部長〉吉田 瑛亮 〈副部長〉横井 涼

● 練習日時

平日は16:10～18:15、休日は8:00～12:00まで活動しています。

部活内容は?

キャッチボール、ボール回し、バント、トスバッティング、ノックなどを行っています。

目標は?

二州優勝を目標に日々の練習を頑張っています。

夢は?

最後の二州大会優勝して県大会に出場することです。

皆さんの部活を漢字1文字で表すと?

「信」です。信頼し合えるチームを目指しています。

1番の思い出は?

3年生と一緒に戦った最後の大会です。



もっと知りたい!

どなたでも
お気軽に参加下さい!!!

認知症について学びたい方へ

認知症サポーター 養成講座

サポーターの証として
オレンジリングを
お渡しします

認知症

参加無料
定員 30名

開催
日時

平成30年11月10日(土)
14:30~16:00(受付14:00~)

会場

地域福祉センター泉 和室

講師

敦賀温泉病院 院長 玉井 顯 先生

認知症かな?と思った方へ

自分でできる
チェックシート

是非この機会に先生に
お聞きしたい事がある方へ

質疑応答

沢山のご参加
お待ちしております!
11月3日(土)締切

※若狭町内に限り、送迎も実施しておりますので
参加お申込みの際にご連絡下さい。
※お問い合わせや参加希望の方は、下記まで
お電話かFAXにてお申込み下さい。
(FAXでお申込みの際には、お名前・ご連絡先をご記入下さい。)

【問い合わせ】若狭町社会福祉協議会 いずみ事業所(担当: 坊)
TEL: 0770-45-2837 FAX: 0770-45-1313



赤い羽根共同募金チャリティ

「アートでハート展」

26回目を迎えますアートでハート展を今年も開催します。
嶺南地域にゆかりのある作家の先生を集めたチャリティ展覧会です。
お気に入りの作品を入札方式で購入することができます。

展覧会の収益金は全額共同募金に寄付をさせていただきます。

期 間

平成30年
11月10日(土)~26日(月)

※毎週火曜日と12日、14日はパレア休館日です。

展 示 時 間

9:00~20:00

入 札 可 能 時 間

9:00~18:00

入 札 方 法

期間中に入札可能な時間に希望される作品番号と希望金額
を入札用紙に記入し、専用の入札箱に投函してください。
展覧会終了後に最も高値を付けられた方が落札となります。

展 示 予 定

絵画、造形、書、写真、ガラス工芸、パッチワーク、拭き漆など

入手困難な作品を
手に入れるチャンスです。
ぜひ足を運んでいただき、
芸術の秋を感じてください。



【問い合わせ】若狭町ボランティアセンター運営委員会事務局(若狭町社会福祉協議会内)〈担当: 吉田〉 TEL: 0770-62-9005