

みはま

社協だより



謹んで新春の

お慶びを申し上げます

新しい年を迎え皆様のご健康とご多幸を
心よりお祈りいたします

令和三年 元旦

謹賀新年



社会福祉法人

御浜町社会福祉協議会

会長 川本 集一

新年明けましておめでとうござい
す。

皆様方におかれましては、新春を
晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶
び申し上げます。また、旧年中は御浜
町社会福祉協議会の活動に多大なる
ご支援、ご協力を賜り、厚くお礼申
し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染拡
大によりご不安に感じられた方も少
なくないと思います。幸いに私たち御浜
町では、感染が広まらず胸をなでおろ
すしだいです。

さて、わが国では今未曾有の高齡
化社会を迎えています。昨年の大河ド
ラマの主人公明智光秀の時代は、人
生50年と言われていましたが、近年で
は人生100年と言う声が盛んに聞こえ
ます。百寿者は1998年に1万人を突破

してから毎年2000～4000人のペースで増
え、現在8万人を超えています。御浜
町でも百寿者は11名おられます。

百寿者のある程度共通していること
はよく食べること、そして家の周りを
散歩したり、洗濯物をたたんで片付
けるなど、できる範囲で日常生活動
作を続けているということです。また、
精神的には幸せ感が高く、自分の人
生を肯定的に捉えています。

長生きをするための健康の秘訣は
怠惰なく日常生活を送り精神的に
も肉体的にも自立し、できることは自
分でする「自助」、そして「共助」、「公
助」の支援によって解決していくことが
必要だと考えます。当協議会としても
引き続き行政や福祉関係者、地域と
の協働・連携を図り「地域ぐるみの福
祉」を推進するため、さらなる努力を
してまいります。

結びに、本年もお互いに「誰もが安
心して暮らせる町づくり」を実現する
ため、より一層のご支援、ご協力を賜
りますようお願い申し上げますととも
に、皆様方にとってより良い年となり
ますことを、祈念いたしまして、新年の
ご挨拶とさせていただきます。

普段のつながりが最強の味方！の巻



ボランティアコーナー

ボランティア等に関する募集・案内・報告

ボランティア

活動報告

お弁当と

つながりをお届け

毎月各地区で展開されている「ふれあい型配食サービス」は、コロナ禍でも、地域のなかで高齢者を一人にさせないため、お弁当と一緒に「つながり」をお届けしてきました。

自粛中に人と会うことができず、寂しさを感じられた方も多いと思いますが、今年も顔が見える声が聞こえる「つながり」を続けていきます。



家具の固定に

行ってきました

家具固定ボランティアは、11月に引き続き、12月にも依頼のあったお宅に伺い家具の固定を行いました。

災害時、家具等で出入口が塞がれてしまうと、逃げる事が出来ません。もう一度ご自宅を見回してみたいいかがですか？

御浜町では、「家具転倒防止器具購入補助金制度」もあります。また、高齢の方など、ご自分で金具の取り付けが困難な場合は、ボランティアが取り付けに伺うこともできますので、役場総務課(3,0505)または下記連絡先までご相談下さい。

※ボランティアですので、ご連絡をいただいてからお宅に伺うまで日数がかかることもあります。ご理解下さい。



三重ボランティア基金 街頭募金のご報告

「善意の寄付とその気持ち

ありがとう」の

形にかえて」

御浜町ボランティア連絡協議会(御浜町ボランティアセンターに登録しているグループや個人で構成)は、11月26日(木)阿田和のピネシヨツピングセンターで感染対策をしながら、募金活動を行いました。

毎年6月に実施していましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、時期をずらして行いました。今回の募金額は6,657円でした。ご協力いただいた皆様、ありがとうございます。

集まった募金は、ボランティア団体への助成や、災害時のボランティアセンター緊急支援助成等に活用させていただきます。



ボランティアセンター

からのお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、ボランティア活動を自粛したり、形を変えての活動であったりと、ボランティアの皆様には今までにない対応をしていただいています。

ボランティアセンターにはボランティアコーディネーターがおりますので、活動を行うにあたり心配や悩み等がありましたら、お気軽にご相談下さい。今後も感染対策をしながら活動が継続できるよう一緒に考えましょう。

また、何か始めたい方や、「こんなことが出来るけど」と特技をお持ちの方などのご相談も受け付けています。

◎自分だけでもできる

「ことを見つけよう」

コロナ禍の中で、集まって何かをする事に抵抗があるかもしれません。そんな時は、自分だけで出来るボランティア活動を探してみるのもいいでしょう。

例えば、「散歩コースのごみを拾いながら歩く」や、「使用済みの

切手を集める」など、身近なことから始めてみませんか？ 無理のない活動で、細く長く続けられることがいいですね！



※使用済みの切手は、消印を残して封筒から切り取って下さい。集まった切手は、社協から三重ボランティア基金に届けることで募金となります。



【お申込み・お問合せ先】

☆TEL (2)3813

☆FAX (2)3812

☆E-mail

volunteer@mihama-fukushi.com

詳しい情報は社協の

ホームページをご覧ください！

御浜社協

検索

みはま社協 「掲示板」



ちびっランド・だるま ランドからのお知らせ

社協では、未入園児と保護者が気軽に集まれる場として、毎月「ちびっランド」と「だるまランド」を開催しています。参加申込みは不要ですので、お気軽にご参加下さい。ただし、1月の「ちびっランドしほら」はお休みとなります。ご注意ください。

場所

☆ちびっランドしほら

志原公民館 第2火曜日

※1月はお休みです。

☆だるまランド

下市木公民館 第4火曜日

時間

10時～11時30分

参加費

100円（保険代含む）



【担当：和田】

カフェ「1 go 1 笑」 からのお知らせ

カフェ「1 go 1 笑」（いちごいちえ）は、どなたでも気軽にお越しいただける「コミュニティカフェ」を目指しています。また、介護や医療の専門職のほか、地域に根ざした様々な専門家が講師をつとめ、日々の暮らしに役立つ講座や認知症に関する勉強会なども予定しています。

営業日

☆毎週火曜日

10時～15時30分

（ランチタイム 11時～13時）

☆毎月第2木曜日

13時～15時

（ランチはありません）

※年明けは1月5日から営業いたします。
【担当：長田】

「小さな集いの場」の 活動が広がっています

2人からでも、おしゃべり
だけでも、拠点がなくても…
「集いの場」

皆さんが「気軽に」「無理なく」「楽しく」集う場所であれば、その場所はすでに『集いの場』です。住み慣れた地域の住民同士が「集い」「しゃべり」「笑い」、一緒に時間を過ごすことで、年齢を重ねても変わらない一人ひとりの「居場所」となります。高齢者に限らず地域の様々な世代が参加して楽しむ場が増えると、もともと地域が元気になると思います。

皆さんが仲間とともに楽しく、地域のなかで暮らしていくための仲間づくり、生きがいづくりの場は、すでに身近にあるのかもしれない。なかつたとしても一緒につくっていくことも可能です。

やってみたい、やってみただけ、どうやって始めらいいかわからないなど、ご興味がある方は、ぜひ社協までお問合せ下さい。



◆各地区のふれあいサロン

開催場所・時間

・阿田和地区 オレンジの会

阿田和公民館 11時から

・上地地区 よつばの会

上地地区会館 9時30分から

・山地地区 うぐいすの会

山地コミュニティセンター 11時から

・柿原、引作地区 くすの木の会

引作集会所 11時から

・尾呂志地区 さざり会

尾呂志公民館 11時から

・上市木地区 てまりの会

上市木公民館 11時から

・下市木地区 だるまランド

下市木公民館 10時から

・萩内地区 萩の会

萩内団地集会所 11時から

・神木地区 ひよこの会

神木ほのぼの館 9時30分から

・志原地区 えがお友の会

東平見集会所 11時から

・ちびっランドしほら

志原公民館 10時から



あたたかい ご寄付

11月16日～12月15日分

●匿名 2件

●東地 邦一様（多額）
故母 はなゑ 様が生前お世話になり、ご供養と町福祉向上のために役立ててほしい、と寄付していただきました。



皆様から寄せられた善意は、貴重な財源のひとつとして、ボランティア事業や地域内のささえあい事業など、御浜町の地域福祉事業推進のために活用させていただきます。

報告

コーナー



災害ボラコ訓練を

行いました

11月26日(木)町福祉健康センターで、災害ボランティアネットワーク(以下災害ボラコ)訓練を行いました。

災害が発生した場合、発災直後は各個人の備蓄品であつたり、数日後には炊き出しが行われるなど様々な形で食の確保がなされます。発災時には大きなストレスがかかることから、それを解消し精神状態をコントロールする『糖』が大変重要で欠かせないものとなります。

今回の訓練では、『糖』の大切さやその重要性を学ぶことを目的に、調理実習(スイーツづくり)を行いました。



調理方法は、災害時を想定して紙コップを使用し、水やガスの利用も最小限で行いました。



災害ボラコ訓練では、このように災害に関連した様々な訓練を毎月行っています。災害ボラコ以外の方でもご参加いただけますので、少しでもご興味のある方は、お気軽にお問合せ下さい。

11月訓練

日時・場所

1月28日(木)19時

町福祉健康センター研修室

クリスマススワッグ

作りを体験しました

12月5日(土)阿田和公民館で、みはまっこ体験クラブを開催し「クリスマススワッグ作り」を行いました。

参加した児童は、講師の濱畑さんと一緒に、ユーカリやのばらの実を使って可愛らしいスワッグを作りました。



合同クリスマス会を

開催しました

12月8日(火)児童家庭支援センターきしゅう(旧市木保育所)で、だるまランドとちびっこランドはらが合同で「クリスマス会」を開催しました。

参加者は、クリスマスソングを歌ったりマジックを楽しみ、すっかり気分はクリスマス。最後に2人のサンタが登場し、お菓子のプレゼントが手渡されました。



育児用品リユースを

開催しました

12月14日(月)子育て支援室おひさままで「プレリユース」を、15日(火)「育児用品リユース」を開催しました。

お母さん達が育児用品を見ている間、子ども達はサポート会員と遊びました。



御浜町社会福祉協議会 1月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
各種講座のお申込みや福祉に関する ご相談など電話・FAX・メールなどで どうぞお気軽にお問い合わせ下さい。		年末年始は 12月 29日～1月3日 ま でお休みさせてい たきます。	☆毎週火・木曜日 「神木よりみち広場」	行事につきましては、 新型コロナウイルス の感染状況により、 中止・変更となる場合 があります。	1	2
					元日	
3	4	5	6	7	8	9
	●まちかどチェアエクササイズ	●まちかどチェアエクササイズ ●サロン さぎり会 (尾呂志)		●サロン えがお友の会 (志原)	●サロン ひよこの会(神木)	
10	11	12	13	14	15	16
	成人の日 ●まちかどチェアエクササイズ	●まちかどチェアエクササイズ ●Vo おもちや修理	●Vo ひまわり(下市木配食)	●フレンドの会 ●Vo ほほえみかい (阿田和配食)	●サロン オレンジの会 (阿田和) ●サロン 萩の会(萩内団地) ●Voお話し会「ピノキオ」	
17	18	19	20	21	22	23
	●まちかどチェアエクササイズ ●Vo まめな会(志原配食)	●まちかどチェアエクササイズ ●サロン さぎり会 (尾呂志) ●手話sオレンジ活動日		●サロン うぐいすの会(山地) ●Voお話し会「ピノキオ」 ●Vo ほほえみかい (阿田和配食)	●サロン てまりの会(上市木)	
24/31	25	26	27	28	29	30
	●まちかどチェアエクササイズ ●Vo あやとり(上市木配食) ●Vo しあわせ会(神木配食)	●まちかどチェアエクササイズ ●🍷サロン だるまランド ●手話sオレンジ活動日	●Vo れんげ草(尾呂志配食)	●サロン くすの木の会 (柿原・引作) ●Vo ブックスタート	●サロン よつばの会(上地)	