



おみたまま 社協だより



第36号

2014.1.30



社会福祉法人
小美玉市社会福祉協議会
 (小美玉市玉里保健福祉センター内)
 ☎311-3436 小美玉市上玉里1,122番地
 TEL 0299-37-1551 FAX 0299-37-1552
 E-mail omitama@omitama-shakyo.or.jp
 ホームページ http://www.omitama-shakyo.or.jp/
 小川支所 美野里支所
 TEL 0299-58-5102 TEL 0299-36-7330

ご家族みなでご覧ください(°)

小美玉市社協の貸出機器です!どうぞご利用ください!!



吸引器

無料(消耗品代の実費¥1,800+消費税)



無料
四点杖



¥500

かき氷機



無料(消毒代の実費¥3,000+消費税)



綿菓子機

¥500



車いす送迎車

無料(カンラン代¥10/km)



簡易冷凍庫
¥500



ポップコーン機
¥500

社協だよりの
中にホクが
いるよ!
どこかな?
探してみ
ね!!(答えはP8)



※記載の金額は、1回当たりの金額です。
台数に限りがございます。
詳しくは、お問い合わせください。
本会ホームページでもご覧いただけます。

表紙のことば

本会では、明るく元気な地域づくりや在宅生活の負担軽減のために、様々な機器類を貸し出しております。上記の他にも、クレープ機やたこ焼き機、エアマット等もございます。

これらは、皆さまからの募金や社協会費で購入させていただいた市民の財産でもあります。どうぞ活用ください。

もくじ

歳末たすけあい募金配分結果のお知らせ P2
美野里ともいきプラザ営業中! P2
まごころの橋渡し～善意銀行報告～ P3
この指と～まれ(福祉のお知らせ) P4～P8

平成25年度 歳末たすけあい募金配分結果のお知らせ

昨年12月には、歳末たすけあい募金を活用して、寒い冬に心あたたまる事業を実施することができました。
みなさまのご協力に心から感謝します。

※平成26年1月20日現在

区分	件数	金額
要介護世帯支援金配分事業	93件	1,245,287円
高齢者世帯等交流会事業	3件	207,660円
一人暮らし高齢者おせち料理配食	592件	911,242円
心身障がい児クリスマス会	1件	226,868円
地域たすけあい事業への配分	17件	565,745円

区分	件数	金額
要介護認定者のいる世帯	2件	24,000円
要保護世帯	21件	244,204円
準要保護世帯	32件	481,112円
重度障がい者のいる世帯	21件	246,513円
母子父子世帯	17件	249,458円

◆高齢者世帯等交流会事業

65歳以上の一人暮らしの高齢者、75歳以上の高齢者世帯を対象に
小川地区・玉里地区 美野里地区
(12月10日) (12月9・16日)
年越しそば会食会(94名) 餅つき交流会(71・53名)



会食会恒例のじゃんけんゲーム



臼と杵でつくたての餅つき交流会

◆平成25年度 地域たすけあい事業への配分

市民を対象に、地域の障がい者・高齢者等の見守り活動、児童育成活動、社会参加・生きがい支援活動、食事サービス、三世代交流事業などのふれあい支え合いを目的として実施する団体に助成金を配分いたしました。



倉敷いきいき健康教室 三世代交流会



社協の子育て広場お茶っこサロンほっけ 合同ですりパバもたくさん参加します

◆一人暮らし高齢者おせち料理配食

12月27日民生委員さんやボランティアさんのご協力により、市内592名の対象者におせちセットをお配りいたしました。



小学生がかけ紙を描いてくれました

◆心身障がい児クリスマス会

12月23日、四季健康館におきまして、市内の対象者と家族の方々36世帯89名が集まり、クリスマス会が行われました。



サンタから一人ずつ手渡されました

今年度新規配分団体様からの感謝の声をご紹介いたします!



おもいでサロン

歳末支援事業の配分を受けまして、子育てびんびんクラブの親子と、おもいでサロンのおばあちゃん達が一緒にうどん作りをしました。
「こね鉢、のし板、麺棒」のこをおばあちゃんたちが説明、うどんの打ち方を実演してくださり、「皆さんはラップの芯で伸ばしてね。優しく優しく」とアドバイス。ママも子供たちも真剣です。大きな包丁にもびっくり、パチパチ火をおこして、大きな釜でゆでてけんちゃんうどんにして頂きました。

寒い日でしたが笑顔いっぱい心も体もポッカポッカな日になりました。



美野里ともいきプラザ営業中!

ランチ&カフェ「木もれ陽」
●営業時間 午前11時～午後5時30分
●定休日 毎週日曜日
●☎ 28-7721

手作り工房 わくわくショップのご紹介です。

日頃よりわくわくショップをご利用いただき、誠にありがとうございます。

会員一同心のごもった手作り作品をご提供いたします。お誕生日のプレゼントやお礼の一品として、ご利用のほどよろしく願いいたします。

わくわくショップでは思い出の品物をリメイクしています。ネックレスを現代風に、着物や帯をバックやタペストリーなどの小物に、世界で一つだけの品物として作ります。ぜひご相談ください。

【お知らせ】

わくわくショップでは、手作り作品の展示販売ができる方を募集しています。

お問い合わせ 美野里ともいきプラザ ☎ 28-7721

手作り工房 わくわくショップ

使って楽しい 着て嬉しい
手作り、手描き作品、スイーツなど
たくさん揃えてお待ちしております

のぞいてみませんか!!

バック、鞆、袋物

香箱工、バック

ねんどの花
アクリルキー

和装フローチ

雑器、和小物

手描きファッション
鞆、袋

和小物、バック

ミフォンケーキ
お菓子

きめこみ
バック、鞆

ピアスアクリルキー

◎心を込めた手作り
展示販売作品

ご案内

★交通
◎市内循環バスのご利用も便利です
(JR羽鳥駅下車)

★営業時間
◎午前11時～午後5時30分
★連絡先
◎0299-28-7721

まごころの橋渡し

善意銀行報告

善意銀行事業は、善意をもって寄せられる金品及び技能の預託並びにその「橋渡し」を行うことで、福祉事業やボランティア活動等の振興を図ることを目的としています。

平成25年11月11日から平成26年1月10日までに、善意の金品をお寄せいただいた方々をご紹介します。

寄付金品は、皆さまからのお気持ちに沿って活用させていただいております。ご協力ありがとうございました。

★……写真あり

(順不同、敬称略)

寄付金

合計6件 319,719円

- 2,000円
小美玉市母子寡婦福祉協会
- 300,000円
笹目 宗二
- 862円
新堀 友寛
- 1,000円
藤田 誠
- 15,000円
横尾 留吉
- 857円
わくわくショップ

寄付物品

- アルミ缶
野口 陽子
住谷 やい
久保田 雄候
幡谷 文子
押手 正雄 2回
小川ニュータウン区 8回
佐藤 憲壹 2回
羽木上老人会
伏沼老人クラブ 4回
長谷川 和子 2回
中里 淳志 3回
猪野 泰司
立村 純子
川戸老人会 2回
前原区 2回
長谷川 恵喜
恵グループ
(株)タスク
ストケシア 2回
押手 肇
(有)上田タクシー
亀山建設(株)
飯前老人クラブ
小美玉市小川公民館
(有)大形屋商店
藤崎 朋美
植田 伸子
上合老人会
服部 謙一郎 2回
西郷地ミセス5 2回
藤枝 招一郎
駅前ゆーわ 2回
近田 すえ子
山崎 誠也、千愛
澤田 文男
- 使用済み切手
恵泉キリスト教会小美玉チャペル
中村 博
根崎解体工事(株)
グラトス(株)
(株)朔治 関東第二宅配支店 茨城営業所

- なごみ会
小美玉市民課
斉藤 富子
小美玉市立竹原小学校 2回
小美玉市堅倉区女性会
石岡台地土地改良区
みのりの森のレストラン キャトル・セゾン
(株)内田化工 2回
三菱食品(株)水戸菓子DC
小美玉市立納場幼稚園
ポピー
中島 いつみ
小美玉市立堅倉幼稚園
(株)川又商会
旭百寿会
美野里町農業協同組合女性部
旅館かと家
仲屋石油店
匿名 2件

●ペットボトルキャップ

- 恵泉キリスト教会小美玉チャペル 2回
須崎 利枝
パールショップともえ石岡店 2回
府中幼稚園 2回
立村 トシ子
飯野 のぶ江
めだかサロン
玉里歯科医院
齊藤 富子
野口 陽子
中村 博
たまりメリーホーム
ルンビニー学園幼稚園
田上 ミツ子
櫻井 郁生 2回
(株)朔治 関東第二宅配支店 茨城営業所
リスクサポート 狩谷 等
渡辺 洋司
男の料理教室
百里基地準備会
なごみ会
高木 三江
(株)植田建設工業
幡谷 文子
押手 正雄 2回
猪野 佳子
羽木上老人会
川戸老人会 2回
新井 ちよ子
植田 伸子
小川ニュータウン区
岡根 せつ子
小川バレーボールスポーツ少年団
上合老人会
すずらん保育園★
小美玉市堅倉区女性会 2回
スロバラGiGa美野里店
康太郎
奈良原 恵美子
磯山 忠吾
ポピー 4回
(有)清司工務店
酒井 加代子
駅前ゆーわ
小美玉市立竹原小学校放課後子どもプラン
みのりの森のレストラン キャトル・セゾン
(株)金陽社美野里工場

- 小美玉市立竹原小学校
荻沼 愛子
三菱食品(株)水戸菓子DC
常陽銀行美野里支店
美野里菜園
小美玉市立羽鳥保育所
近田 すえ子
中島 いつみ
四季の杜保育園
茨城県立中央高等学校…★
西郷地ミセス5
小倉 孝芳
太陽保育園
納場保育園
澤田 文男
旭百寿会
ミーム保育園…★
長谷川 みち子
美野里フーズ(株)
匿名 4件

●使用済みカード

- (株)朔治 関東第二宅配支店 茨城営業所
小美玉市立竹原小学校
田口 昌

●古紙

- 恵泉キリスト教会小美玉チャペル 2回
男の料理教室 2回
渡辺 洋司 2回
玉里歯科医院
櫻井 郁生 2回
リスクサポート 狩谷 等
久保田 雄候
(株)タスク
ストケシア 2回
小美玉市やすらぎの里小川
(有)上田タクシー
亀山建設(株)
小美玉市小川図書館
上合老人会
小美玉市堅倉区女性会 3回
JA美野里町農機センター 6回
納場保育園 3回
ミーム保育園…★
近田 すえ子 2回
小美玉市四季文化館みの〜れ
小美玉市小川文化センターアピオス
澤田 文男

●アルミプルトップ

- 須崎 利枝
パールショップともえ石岡店 2回
便利屋フリーダム
小美玉市立玉里北小学校
(株)植田建設工業
倉持 来夢
康太郎
ポピー 4回
駅前ゆーわ
小美玉市立竹原小学校放課後子どもプラン
澤田 文男
匿名

●書き損じハガキ

- 小美玉市立竹原小学校
すみれの会
小美玉市立納場幼稚園

●未使用ハガキ

- 小石川工業
匿名

●ベルマーク

- なごみ会
●衣類
奈良原 恵美子 2回
- 菓子
パールショップともえ石岡店 2回
- 食品類40kg
NPO法人 フードバンク茨城
- タオル
便利屋フリーダム
- リクライニング車いす
水戸ヤクルト販売(株)…★
- タオル
須藤 幸枝
- かるた
小吹 大輝
- 帽子、おもちゃ、おくるみ、コン
ディショナー、雑貨
川崎 智美
- 干し草
廣戸 寛
- 食料品
NPO支援物資茨城中継本部 岡崎
芳彦
- ハロゲンヒーター、ファンヒーター、
電気ポット
内村 貴子
- ミシン
横尾 留吉
- サンタクロース衣装
小美玉市立羽鳥保育所
- 遊具類
香西 油香
- 車いす
藤又 玉木
- 玩具、テディベア
パールショップともえ石岡店
- 車いす、米60kg、玄米30kg、
油彩画
各匿名

☆お願い☆

福祉作業所かな・つばさでは、作業訓練の一環として、またリサイクルの観点から古紙とアルミ缶回収に取り組んでいます。

どうか、捨ててしまう前にご協力をお願いいたします。

お問い合わせ・受付

本所(玉里) ☎37-1551
(玉里保健福祉センター内)
小川支所 ☎58-5102
(小川保健相談センター内)
美野里支所 ☎36-7330
(四季健康館内)



アルミ缶回収の様子



水戸ヤクルト販売(株)様

皆さまご協力
ありがとうございました!

- 茨城県社会福祉協議会へ
使用済み切手 約33,000枚
使用済みカード 150枚



ミーム保育園様



中央高校様



すずらん保育園様



この指と〜まれ (福祉のお知らせ)



案内 『小美玉市四季健康館』の料金改定について

お問い合わせ・施設設置者
小美玉市保健衛生部 健康増進課 ☎ 48-0221

本会では、指定管理者として市内の保健施設（小美玉市玉里保健福祉センター、小川保健相談センター、四季健康館）を運営管理しています。

「小美玉市四季健康館条例」及び「小美玉市小美玉温泉ことぶき条例」の一部が改正されたことに伴い「四季健康館」、「小美玉温泉ことぶき」は平成26年4月1日より、以下のとおり料金改定を行うことになりましたのでお知らせいたします。

円滑な運営とサービスの向上に一層の努力を傾けてまいりますので、利用者の皆さまのご理解とご協力のほど、何卒よろしくをお願いいたします。

1. 施行期日 - 平成26年4月1日
2. 改正内容 - 使用料（風呂、大広間）の一部改正

『小美玉市四季健康館』利用料金

【健康風呂、いきがい大広間】健康風呂、いきがい大広間のいずれか一方だけのご利用についても同額となります。

	利用者区分	現行料金	⇒	改定料金	備考
市内居住者※	70歳以上	無料	⇒	100円	-
	生活保護法による被保護者	無料	⇒	無料	-
	心身障がい児(者)	無料	⇒	無料	-
	小学生以下	無料	⇒	100円	ただし、3歳以下は無料
	一般(上記以外の方)	300円	⇒	300円	-
市外居住者	70歳以上 ※	1,000円	⇒	600円	-
	生活保護法による被保護者※	1,000円	⇒	300円	-
	心身障がい児(者)※	1,000円	⇒	300円	-
	小学生以下	1,000円	⇒	300円	ただし、3歳以下は無料
	一般(上記以外の方)	1,000円	⇒	600円	-

※印に該当の方は、身分証明書、健康保険証及び障がい者手帳、生活保護受給者証など本人を証明できるものを受付に提示してください。

ご提示がない場合は、一般料金または市外居住者料金となります。ご了承ください。

施設指定管理者	玉里保健福祉センター(本所)	〒311-3436	上玉里1122	☎ 37-1551
	小川保健相談センター(小川支所)	〒311-3423	小川2-1	☎ 58-5102
	四季健康館(美野里支所)	〒319-0132	部室1106	☎ 36-7330

案内 市民駅伝競走大会に伴う四季健康館休館について

小美玉市四季健康館（健康風呂、いきがい大広間、ターゲットバードゴルフ場）は、市民駅伝競走大会に伴い、平成26年2月2日（日）午前10時～午後1時は休館となります。

※市民駅伝競走大会が延期の場合は2月11日（火）午前10時～午後1時が休館となります。

<施設指定管理者>
小美玉市社会福祉協議会



募集 サロン・ド・おがわたまり / サロン・ド・みのり



©中央共同募金会
社協会費・共同募金配分事業

市内在住で外出可能な90才以上の高齢者の方々に、お昼をはさんでおしゃべりやアトラクションを楽しんでいただいています。90才以上の方で参加してみたい方は、お問い合わせください。

サロン・ド・おがわたまり

場所 玉里保健福祉センター

日時 2月3日（月）午前11時～午後1時
3月3日（月）午前11時～午後1時

サロン・ド・みのり

場所 四季健康館

日時 2月24日（月）午前11時～午後1時
3月24日（月）午前11時～午後1時

新会員の紹介



片岡 ミキ様(羽鳥) T13.1.23生まれ

お問い合わせ

本所(玉里) ☎37-1551
小川支所 ☎58-5102
美野里支所 ☎36-7330

知恵や知識、技術をお持ちの方に講師として登録していただき、市民の皆さまが希望される内容・日時・会場に合わせて出前講座を行っています。地区での敬老会などの行事や学校の学習会など、お気軽にご利用ください。また、新たに講師となっただけの方も募集しています。

※【メニュー名】所要時間

♪楽しみメニュー

- 【マジックまじ楽しい!】30分
- 【マジックまじ楽しく教えます!】60分
- 【笛の音楽隊】30分
- 【手話で遊ぼう!】60分 (ハートフルハンド玉里)
- 【手話って楽しいよ!】120分 (ストケシア)
- 【手話を楽しもう!】60分 (ポップリ)
- 【粘土で器づくりを楽しもう!】150分
- 【点字で名刺づくり】90分程度
- 【ハーモニカで楽しく歌いましょう!】30分
- 【楽しいニットソーイング】120分
- 【エコブローチを作ろう】120分
- 【歌に合わせて楽しい手遊びと折り紙】60分
- 【本格派!歌のお届け隊】60分
- 【フラワーアレンジメント お花でリフレッシュ!】60分
- 【オカリナと演奏と歌を楽しむ】
- 【押し花】
- 【思い出のナツメロを楽しみましょう】60分
- 【舞踊の披露 一緒に踊りましょう】40分
- 【ぬり絵 切り紙 出来上がったらどんなかな?】90分
- 【なつかしのメロディ演奏】60分



♪ホットと安心メニュー

- 【上手な介護保険サービスのつかい方】30分~
- 【おはなしは心のビタミン】何分でも
- 【ゆめのパネルシアター】40分
- 【心に残るお話をお聞かせます】120分
- 【心あったか!手づくり紙芝居】60分
- 【パネルシアター 消費生活センターってどんなところ?】15分
- 【ホットらくらくマッサージ】要望により何分でも



♪元気メニュー

- 【自助・共助 (救命のはじめの一歩)】要望により何分でも
- 【親と子・夫婦の愛と絆】40分~要望により
- 【シルバーリハビリ体操】60分
- 【キムチで元気!キムチの素づくり】180分
- 【リズムに乗ってコミュニケーションダンス】30分~
- 【エコライフ!牛乳パックで小物づくり】120分~
- 【かつおぶしで健康、元気に!】40分
- 【フラダンスを楽しもう】40分



♪学習メニュー

- 【高齢者疑似体験】90分
- 【車いす体験・アイマスク体験】60分
- 【よく分かる社協のお仕事】45分
- 【いっしょに考えよう!私にもできるボランティア!】45分
- 【共同募金のつかいみち~赤い羽根サポーター~】30分
- 【困ったときの地域福祉サービス】30分
- 【地域福祉活動計画とは...】60分
- 【知っておきたい在宅介護の基礎知識】30分~
- 【福祉用具のつかい方教えます】30分~
- 【地域福祉を支える「福祉員さん」】30分
- 【健康維持 (アンチエイジング)】60分
- 【おしゃべりしながら、楽しくハンゲルを学ぼう】60分



内容・開催要件・講師料等の詳細については、お問い合わせください。本会ホームページでもご覧いただけます。

お問い合わせ

本所(玉里)
小川支所
美野里支所

☎37-1551
☎58-5102
☎36-7330

募集 かいごの知恵袋教室を開催します!

参加費 無料



©中央共同募金会
社協会費・共同募金配分事業

テーマ 『在宅介護』

家族や自分のために、社会資源を利用しながら在宅介護ができるよう教室を開催します。

教室1 在宅介護を始めるための心構え

- 日時** 平成26年2月27日(木) 午前10時～11時30分
場所 四季健康館 ヘルシーカルチャールーム
内容 講話 ・在宅介護とはなにか?どのような準備が必要か?
 ・家族介護、シングル介護、老老介護それぞれの気持ちを知る。
講師 小美玉市地域包括支援センター職員

教室2 在宅介護と無理なく向き合う方法

- 日時** 平成26年3月5日(水) 午後1時30分～3時30分
場所 玉里保健福祉センター 集団検診室
内容 ・介護者の経験談
 ・福祉用具の展示、説明
講師 市内在住の在宅介護経験者
 住環境福祉コーディネーター

教室3 介護の仕方を学びましょう!

- 日時** 平成26年3月17日(月) 午前9時30分～12時
場所 四季健康館 ヘルシーカルチャールーム
内容 在宅介護の知識と技術
講師 日本赤十字社

受講対象 市内に居住・在勤の方ならどなたでも参加できます。

定員 各教室25名

受付締切 平成26年2月21日(金)
 教室ごとの申し込みも可能です。

参加手段にお困りの方はご相談ください。送迎いたします。



お申し込み
お問い合わせ
本所(玉里)
小川支所
美野里支所
☎37-1551
☎58-5102
☎36-7330

案内 福祉・介護職場就職相談会のご案内

相談料 無料

福祉・介護職場への就労を希望する方を対象に、次のとおり就職相談会を実施します。

相談内容

求職、求人、福祉の仕事・資格等に関する相談(介護職、看護職、保育士、相談・支援員、ホームヘルパー等)

相談員

茨城県社会福祉協議会のキャリア支援専門員

日時 相談時間午後1時30分～3時30分

玉里保健福祉センター ボランティア室	四季健康館 相談室
平成26年3月18日(火)	平成26年2月18日(火)

お申し込み
お問い合わせ
茨城県福祉人材センター
(無料職業紹介所)
※要事前予約
☎ 029-244-4544
FAX 029-244-4543

【主催】 社会福祉法人茨城県社会福祉協議会
【協力】 社会福祉法人小美玉市社会福祉協議会

案内 不要になった「入れ歯」をご寄付ください!

本会では、不要入れ歯に含まれている貴金属を精製した益金が、ユニセフや回収ボックスを設置した地域(小美玉市内)の福祉に寄付されるという活動を支援するために、「不要入れ歯回収ボックス」を設置しております。歯にかがせた金属、歯に詰めた金属、歯と歯をつないだ金属も貴重な資源に生まれ変わります。

引き続きご協力をお願いいたします。

*金属のついていない入れ歯は回収できません。

お問い合わせ 本所(玉里) ☎ 37-1551 (玉里保健福祉センター内)



～高齢者・障がい者・子育て中の方の仲間づくり～

ふれあい・いきいきサロンとは、在宅高齢者をはじめとする地域の皆さまが、住み慣れた地域で生きがいを持ち健康で楽しい生活を送っていただくことを目的として、地域住民とボランティアと一緒に仲間づくりや交流の場づくりをするものです。

みんなで、アイデアを出し合い個性豊かなサロンをやってみたいかがですか？

～社協が支援します!!～

1. 立ち上げ、運営に関する相談

「サロンをはじめたいのだけど」「活動のいいアイデアが浮かばない」「こんなことをやってみたのだけど」「サロンで困ったことがあった」・・・

そんな時はご連絡ください!

2. 活動費の助成(上限5年)

活動人数・回数によってサロン活動への助成を行っています。

※サロンは小地域における高齢者や障がい者、子育て中の親子等を対象とする事業であり、特定の団体会員のみを対象としている事業ではありません。

3. 各種保険の充実

サロン活動中の万が一の事故に備えるためのふれあいサロン傷害補償に加入いたします。(保険料は社協負担)

詳しくは、本会にお気軽にご相談ください!

お問い合わせ	本所(玉里)	☎37-1551
	小川支所	☎58-5102
	美野里支所	☎36-7330

★★活動開始までの流れ★★

- 相談** ・いつ、どこで、開催頻度は?
・どんな内容で?
- 準備** ・拠点の確保、運営体制は?
・高齢者、地域住民への呼びかけ
- 活動開始** ・活動開始前の書類提出
・広報や活動のPR

サロンを開設したいのだけど...



定期的な活動へ



社協へ相談
他サロンとの
交流情報交換

プログラムが浮かばない...
困ったことがあった...



ご自分の地域にもサロンを立ち上げたいという方は、2月21日(金)に開催される、「サロン交流会」に参加されてみてはいかがでしょうか?

- テーマ** サロンの魅力再発見!!～みんなで語ろうサロンのあれこれ～
- 日時** 2月21日(金) 午前10時～午後3時
- 場所** 玉里保健福祉センター
※詳細は本会ホームページをご覧ください

サロンボランティア交流会報告

12月3日、市内のサロン実施地区の交流と情報交換を目的に交流会を行い、他市町村で行われているサロン活動の見学会を実施しました。

見学会では、様々な催し物で楽しいサロンを行っている筑西市の「たまり・場たろう」におじゃましました。代表の小松崎登美子さんから「いきいきサロンの活動は、身近な人材や社会資源などを生かしそれぞれの地域にあった活動を取り入れるのが一番です!!」とのご助言をいただきました。

今回参加した協力者の皆さまには、これからの小美玉市内のサロン活動に役立てていただきたいと思います。本会はこれからもいきいきサロン活動を応援します。



この集まりは、寝たきりや認知症の高齢者を自宅で介護されている皆さん同士の交流を深め、心豊かに介護生活をお過ごしいただく「リフレッシュ」活動です。

“ほっ”とサロン

3月12日(水)

午前10時30分～午後2時
玉里保健福祉センター(和室)
かつおぶして健康!元気に!
(茶話会)

“ほっ”とサロンのお問い合わせ		
堀越	美枝子さん	☎58-3513
古渡	勝子さん	☎58-0689

介護者のつどい

2月14日(金)

午前10時～午後2時
四季健康館
ヨガで心とからだのリフレッシュ!
(食事会&介護講話)

介護者のつどいのお問い合わせ		
本所(玉里)		☎37-1551
小川支所		☎58-5102
美野里支所		☎36-7330

ちょっと詳しくご紹介...

- ①身体も心も元気になる! ヨガ体操
午前10時～10時45分
- ②マンガでよくわかる! 介護力アップ
はなまる介護
午前11時～12時
- ③美味食を堪能! in キャトルセゾン
仲間とおしゃべり!
午後0時15分～2時 満腹

参加対象者...市内在宅で要介護1以上の認知症や寝たきり高齢者等を介護している方、介護を援助している方
参加費...1,000円

案内 お買い物バスツアー(生きがい外出サポート事業)



©中央共同募金会
社協会費・共同募金配分事業

高齢者の買い物を支援するとともに、参加者同士の交流や閉じこもり防止をねらいに毎月運行しています。ぜひご参加ください。

2月	開催日	13日(木)	20日(木)	27日(木)
	電話予約	2/3 9時~	2/10 9時~	2/17 9時~
	地区	玉里	小川	美野里
3月	開催日	6日(木)	13日(木)	20日(木)
	電話予約	2/24 9時~	3/3 9時~	3/10 9時~
	地区	玉里	小川	美野里

参加費 無料 (昼食代 1,000円)

対象者 外出可能な市内在住の高齢者等

募集人員 17名



このツアーでココロはずむたのしいお買物をしてみませんか!

2月は、こんなところに行きます!

パン、干し芋、クッキー、洋服屋さんやスーパーマーケットなど

3月は、こんなところに行きます!

茨城空港内の売店、煎餅屋さんやスーパーマーケットなど



※天候や道路工事、その他の事情により、コースや予定時間の変更がありますので予めご了承ください。

☆お買い物は実費にてお願いいたします。(お買い物袋持参)
☆「ご自宅⇄四季健康館・小川保健相談センター・玉里保健福祉センター」間の送迎をいたします。(希望者)

お問い合わせ 本所(玉里) ☎ 37-1551 (玉里保健福祉センター内)
お申し込み 小川支所 ☎ 58-5102 (小川保健相談センター内)
美野里支所 ☎ 36-7330 (四季健康館内)

案内 心配ごと相談所のご案内

相談料
無
料

市民の皆さまの心配ごとに対し、心配ごと相談所を開設しています。秘密厳守で、問題解決のためのお力添えをいたします。

相談内容 一般相談 / ☆法律相談
☆法律相談は、事前予約制です。

相談日 第1~4水曜日 午後1時30分~4時30分

相談時間が限られておりますので、要点(いつ、どこで、誰が、どうしたか等)の整理と、必要な書類等のご持参をお願いいたします。

キャンセルの際にはお早めにご連絡ください。

予約人数には限りがございます。

(1人約20分)

☆印…法律相談

2月	5日	12日☆	19日	26日☆
	小川支所	美野里支所	本所(玉里)	小川支所
3月	5日	12日☆	19日	26日☆
	美野里支所	本所(玉里)	小川支所	美野里支所
4月	2日	9日☆	16日	23日☆
	本所(玉里)	小川支所	美野里支所	本所(玉里)

お問い合わせ 本所(玉里) ☎ 37-1551 (玉里保健福祉センター内)
予約・相談場所 小川支所 ☎ 58-5102 (小川保健相談センター内)
美野里支所 ☎ 36-7330 (四季健康館内)
※予約は相談場所以外の本支所でも承ります。



社会福祉法人

社協会員章

小美玉市社会福祉協議会

社協会員会費募集中!!

~あなたも、おみたまの福祉を支える一員に~

世帯会員	年額 1,000円
個人会員	年額 1,000円以上
法人団体会員	年額 10,000円以上

お問い合わせ 本所(玉里) ☎ 37-1551
小川支所 ☎ 58-5102
美野里支所 ☎ 36-7330

年間を通じて募集しております。
ご理解とご協力をお願いいたします。

P5左のイラストの中



ホクは
ここにいますよー

会費とは?…寄付とは異なり、本会の趣旨に賛同していただける方にご協力をいただく協賛金です。
ご協力いただきました会費は、市内の福祉活動に広く活用させていただきます。
詳しくは、社協会員会費募集のチラシまたはホームページをご覧ください。