



おみたま 社協だより



第78号

2021.1.21



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

ご家族みんなでご覧ください(°o°)

私たちの名付け親になってください 老人クラブ連合会の「愛称」募集します!

入賞者にはプレゼント(最優秀には商品券、優秀には賞品)あります

現在、小美玉市老人クラブ連合会では、約4,000名の皆さんが、スポーツや文化、社会貢献などさまざまな活動を楽しんでいます。

これからの老人クラブのイメージアップ、健康で明るく元気なクラブを想像させる愛称を募集します。ふるってご応募ください。



応募資格

小美玉市在住の方(年齢は問いません)

応募締切

令和3年3月31日(水)まで(必着)

応募方法

下記の①と②をご記入の上、応募用紙、官製はがき、FAXまたは、E-mailで応募ください。応募用紙は事務局(小美玉市社会福祉協議会本所・支所)にあります。

- ①「愛称名(よみがな)」と簡単な説明
- ② 郵便番号・住所・氏名・性別・年齢
連絡先番号

愛称の決定・発表

- ・愛称は、選考委員会で決定します。
- ・入賞者の発表は令和3年7月発行の社協だよりにて発表します。
- ・選考結果は入賞者のみ通知し、社協だよりで発表します。

その他

応募は1人1点まで。
選定された愛称に関する一切の権利は、小美玉市老人クラブ連合会に帰属します。

応募先・お問い合わせ先

<小美玉市老人クラブ連合会事務局>
社会福祉法人小美玉市社会福祉協議会
〒311-3436 小美玉市上玉里1122
(玉里保健福祉センター内)
TEL 37-1551 FAX 37-1552
E-mail omitama@omitama-shakyo.or.jp
※応募受付は、小川・美野里支所でも可

もくじ

歳末たすけあい募金の配分結果のお知らせ	P2
まごころの橋渡し～善意銀行報告～	P3
冬の思い出	P4
この指と～まれ(福祉のお知らせ)	P4～P6
ボランティアコーナー	P7
美野里ともいきプラザ営業中	P8

令和2年度 歳末たすけあい募金配分結果のお知らせ



「歳末たすけあい募金」を活用して、年末年始の時期に寒い冬に心温まる事業を実施することができました。皆さまのご協力に心から感謝します。

◆要援護世帯援護金配分事業【76世帯 配分金額984,000円】

◆地域歳末たすけあい活動へ活動費助成

地域の高齢者や子どもたち、障がい者等、誰もが安心して年末年始を過ごせる地域づくりを目的に「たすけあい活動・ささえあい活動」を実施して下さった11団体へ活動資金の一部として助成いたしました。



園児から高齢者へ Xmasカードプレゼント



一人暮らし高齢者へ手書きの年賀状



青空の下で交流会



福祉施設へ手作り座布団ラブレゼント



多胎児親子を対象にオンライン講話とクリスマスプレゼント

◆心身障がい児親子へ サンタさんから素敵なプレゼント配布

12月20日に、サンタさんや各飾り付け等のボランティアさんの協力のもとプレゼント配布事業を行いました。家庭毎の予約でしたので密になることなく有意義な時間を過ごしていただきました。22世帯57名の親子が参加くださいました。



サンタボランティアさんとパチリ



サンタさんからプレゼント、やったあ～

◆一人暮らし高齢者おせち配食

市内にお住いの65歳以上の方を対象（美野里地区407名・小川地区267名・玉里地区123名）に、あたたかい年越しを迎えていただく事を目的として、地域の福祉員・ボランティアの方々のご協力のもと「おせちセット」をお配りしました。



受け取られた方は、みなさん大変喜んでいられました。



市内の小学生に掛け紙を作成いただきました。

こんにちは!福祉員です!!

Vol 5 ～福祉員活動報告～

社協だより及び個別通知（小川地区福祉員へ）にて、小川地区のおせち配達及び障がい児へのクリスマスプレゼント配布ボランティアを募集しましたところ、多くの福祉員さんにお引き受けいただきました。

これをご縁に、今後共本会各種事業にご協力をいただきたいと存じます。ありがとうございました。



地域の方のご協力により、各お宅へお配りしました。

「～福祉員の役割④ひろめる～」は次号に掲載します(^ ^)/

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。

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。★印 写真あり

令和2年11月1日から令和2年12月31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。(順不同、敬称略)

寄付金

- 合計 7件 145,030円
- 笹目 宗二 100,000円
- 久米 泰明 21,526円
- そばよし本店 3,604円
- 匿名 4件 19,900円

寄付物品

- アルミ缶
 - グループホームたまり
 - 高梨 芳郎
 - 後藤 敏彦
 - 太田 一己
 - 夢田 由美
 - ハートフルハンド玉里
 - 田口 君子 2回
 - 青木 テル子
 - 橋向老人クラブ
 - ㈱アートフィールド
 - 伊藤 正廣
 - 佐川 文子
 - 加藤 佳子
 - 長谷川 和子
 - 清水頭老人会若がえり会
 - 中根老人会
 - 与沢区
 - 赤津書店
 - 内田 昭子
 - 駅前ゆーわ
 - 押手 清美
 - 小美玉市小川公民館 2回
 - 小美玉市生涯学習センターコスモス 2回
 - 小美玉市役所玉里総合支所 4回
 - 小美玉市老人クラブ連合会女性委員会 2回
 - ㈱柳川探種研究会
 - 狩谷 等 2回
 - 川戸老人会
 - 君山 弥生
 - 倉敷川前火の吠地区
 - 小仁所 美江 2回
 - 西郷地 ミセス5 2回
 - 鈴木 文子
 - 谷内 澄幸 2回
 - 長谷川 恵喜
 - 東平いきいきクラブ
 - 東平女性会
 - 前原区
 - 南大形屋商店 2回
 - ㈱石崎製作所
 - 近田 すえ子
 - ㈱恵グループ
 - 修善院
 - 橋本旅館
 - 匿名 2件
- 切手(未使用、使用済み)
 - 齋藤 富子
 - 後藤 敏彦
 - 昭和鶏卵㈱
 - 小美玉市更生保護女性会
 - ヨコハマモールド(株)
 - やまぐち医院
 - 上吉小学校区コミュニティ
 - ステケシア
 - 折笠 こう
 - 加藤 佳子
 - JA新ひたち野美野里支部女性部 2回
 - 石塚 規子
 - かすみ草 2回
 - ㈱内田化工
 - 栗原紙材㈱美野里事業所
 - くるーふ風
 - 修善院 2回
 - スポーツ吹き矢エアポート小美玉支部
 - 谷内 澄幸
 - 中條 八重子
 - 小美玉市四季文化館みの〜れ
 - 三島 昌晴
 - 小川南病院
 - 井坂文具店
 - 太陽保育園
 - 仲屋石油店
 - 旅館 かと家
 - 匿名 2件
- 古紙
 - 高梨 芳郎
 - 後藤 敏彦
 - 野村田池区ホサナ常会
 - 橋向老人クラブ 2回
 - 世楽地区会
 - 佐川 文子
 - 清水頭老人会若がえり会
 - 中根老人会

- JA新ひたち野美野里センター玉里営業所 2回
- JA新ひたち野美野里支店 2回
- JA新ひたち野美野里農機センター 2回
- 赤津書店 2回
- 内田 昭子
- 小川南病院 6回
- 押手 清美
- 小美玉市小川公民館 2回
- 小美玉市小川図書館 2回
- 小美玉市生涯学習センターコスモス 2回
- 小美玉市役所玉里総合支所 4回
- 小美玉市老人クラブ連合会女性委員会 2回
- ㈱柳川探種研究会 2回
- 狩谷 等 2回
- 恵泉キリスト教会小美玉チャペル 2回
- 小仁所 美江
- 近藤 隆 2回
- 修善院 2回
- 鈴木 文子 2回
- 谷内 澄幸 2回
- 納場保育園 2回
- 羽上老人会 2回
- 長谷川 恵喜 2回
- ミーム保育園 2回
- 近田 すえ子
- ㈱セントラルエステート
- 菅谷 昭次
- 横尾 幸子
- 小美玉市やすらぎの里小川
- 柴田 愛子
- 坂本 武彦
- 橋本旅館 2件
- ペットボトルキャップ
 - 小美玉市更生保護女性会
 - 山村 富子
 - ばんびーにトレーニング館
 - 富田 君江
 - 清司 結愛
 - 高梨 芳郎
 - 玉里第二保育園
 - ルンビニー学園幼稚園 2回
 - おはなしテルテル
 - 昭和鶏卵㈱
 - とんぼ工房G.A.D
 - 千葉 歩美
 - 小美玉市母子寡婦福祉会
 - 忍足 淳子
 - みつばちサロン
 - 山口 美江
 - 恵泉キリスト教会小美玉チャペル 2回
 - ヨコハマモールド(株)
 - パールショップともえ石岡店
 - 夢田 由美
 - 山口 美佐子
 - やまぐち医院
 - ハートフルハンド玉里
 - 小美玉市立玉里中学校…★
 - 中村 博
 - 鬼澤 勝市
 - 橋向老人クラブ
 - ㈱内藤工務店
 - ステケシア
 - 小美玉市小川公民館 2回
 - 小美玉市役所小川総合支所 2回
 - 田口 君子
 - タスパンジャパンミート パーク
 - 今 千代司
 - 伊野 さと
 - 百里サンハウス
 - いしばし自動車
 - 小美玉市立小川南中学校…★
 - フォルム㈱
 - さくら保育園…★
 - 伊藤 正廣
 - 堀米 せつ子 2回
 - 佐川 文子
 - 村山 フヂ
 - 加藤 佳子
 - 川崎 たま子
 - 世楽地区会
 - 清水頭老人会若がえり会
 - フォルム㈱
 - JA新ひたち野美野里支部女性部
 - JA新ひたち野美野里農機センター 2回
 - 赤津書店
 - 池上 陽太郎、池上 空太
 - 井坂 敦子
 - 石塚 規子
 - 駅前ゆーわ
 - 江戸住宅いきいきクラブ「爨々」 2回

- 江戸笑遊会
- 小川南病院 2回
- 押手 清美
- 小美玉市役所玉里総合支所 2回
- 小美玉市老人クラブ連合会女性委員会 2回
- かすみ草
- ㈱柳川探種研究会 2回
- 狩谷 等 2回
- 川戸老人会
- 君山 弥生
- 君山自動車(株)
- 西郷地 ミセス5 2回
- 四季の社保育園
- 修善院
- 十二所友の会
- スポーツ吹き矢エアポート小美玉支部
- 立木けんた・ゆうた
- 谷内 澄幸
- 納場保育園 2回
- 橋本 協二
- 長谷川 みち子
- 東平女性会
- ミーム保育園
- 柳田 恵子
- ㈱石崎製作所
- 近田 すえ子
- 十二所体操クラブ
- 阿部 正子
- 優建社
- ㈱清司工務店
- 清司 綾子
- 酒井 加代子
- 郡司 久美子
- 菅谷 昭次
- ㈱恵グループ
- JA新ひたち野美野里センター玉里営業所
- こうたろう
- 間中 一男
- 横尾 幸子
- さくらや小美玉店
- 太陽保育園
- 希望ヶ丘サロン
- 旅館 かと家
- 美野里タイヤ(有)
- 小林運輸㈱茨城営業所
- 三箇老人会
- ㈱鬼澤商事
- 穂坂 律子
- 山下 勉
- 酒井 理志
- 匿名 6件
- アルミフルトップ
 - 小美玉市更生保護女性会
 - そばよし本店
 - 今 千代司
 - 伊藤 正廣
 - 清水頭老人会若がえり会
 - 塚田運輸㈱ 塚田 準
 - 江戸笑遊会
 - 押手 清美
 - かすみ草
 - 立木けんた・ゆうた
 - ミニバンド日本の歌
 - 十二所体操クラブ
 - 石塚 規子
 - 景山 勇吉
 - 西郷地 ミセス5
 - 希望ヶ丘サロン
 - ㈱鬼澤商事
- はがき(未使用・書き損じ)
 - 小美玉市更生保護女性会
 - 三島 昌晴
- 衣類
 - 小松崎 由美子
 - 菊地 和夫

- 青木 テル子
- 清水頭老人会若がえり会
- 優建社 2回
- 浅野 彩葉、碧葉、雫葉
- 酒井 理志
- 匿名 5件
- 手作りマスク
 - 加藤 美穂
 - 脇山 憲子 2回
- 使用済みプリペイドカード
 - ファミリーマート石岡正上内店
 - 立原 彬光
 - 中條 八重子
- 米
 - 横田 佳夫
 - 匿名 2件
- 座布団
 - 沼尻 富貴子
 - 玉里生活学校
- タオル
 - 菊地 和夫
 - (有)笹目工務店協力店共栄会
- 牛乳パック
 - 高梨 芳郎
 - 阿部 正子
- ヘルマック
 - 阿部 正子
 - かすみ草
 - 匿名
- 炊飯器
 - 沼尻 富貴子
- サラシ、雑貨
 - 小松崎 由美子
- シーツ、タオルケット類
 - 須崎 孝一
- アマビエお守り
 - 小美玉市更生保護女性会…★
- お菓子
 - パールショップともえ石岡店
- ランチョンマット、巾着袋
 - 小美玉市老人クラブ連合会女性委員
 - 小美玉市母子寡婦福祉会 …★
- 自転車、レコード、マフラー、ポシット
 - 押手 清美
- お茶碗
 - 修善院
- オムツ
 - 柳田 恵子
- 食品、容器、鉄鍋、スープ、調味料
 - タマラマデリカ㈱美野里工場
- 小説
 - 萱場 良江
- 洗剤、味のり
 - 石塚 規子
- 歯ブラシ、ごみ入れ
 - (有)笹目工務店協力店共栄会
- サントール
 - 八文字 善一
- 靴
 - 押手 清美
 - 優建社
- 掃除機、子供用歩行者、野菜(レンコン、かぼちゃ、さつまいも等)、紙おむつ、マスク、子供用食卓台、介護ベッド
 - 各匿名



小美玉市更生保護女性会



小美玉市立玉里中学校



さくら保育園



小美玉市老人クラブ連合会女性委員会・小美玉市母子寡婦福祉会



小美玉市立小川南中学校

冬の思い出

地域活動支援センターがんな

保護者会合同レクリエーション大会を実施しました♪

今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、イベントや行事の中止が続きました。

地域活動支援センターがんなでは、感染防止対策を徹底して保護者会の皆さまと、「ミニ運動会」や「秋祭り」を実施しました。通所者の楽しそうな笑顔とキラキラした瞳をみて、保護者会の皆さまも職員も「やってよかった」と心から思える1日となりました。



お問い合わせ
お申し込み 美野里支所 ☎36-7330



この指と〜まれ (福祉のお知らせ)

募集

サロン・ド・おがわたまり
サロン・ド・みのり



新型コロナウイルスの感染状況により中止する場合があります。詳細はお問い合わせください。

市内在住で外出可能な90歳以上の高齢者の方々に、月1回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。参加してみたい方は、お問い合わせください。

開催日

サロン・ド・おがわたまり 2月8日(月)、3月8日(月)
サロン・ド・みのり 2月8日(月)、3月8日(月)

※2月8日(月)は中止になりました。

開催時間 午前11時～午後1時 参加費 300円

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

案内 心配ごと相談所のご案内

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 原則水曜日 午後1時30分～4時30分

相談料 無料 ☆印…法律相談

2月	3日	10日☆	24日☆
	本所(玉里)	小川支所	美野里支所
3月	3日	10日☆	24日☆
	美野里支所	本所(玉里)	小川支所

お問い合わせ 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)
予約・相談 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。

案内 お任せください!金銭管理や書類預かり~日常生活自立支援事業~

あなたが住み慣れた地域で、安心した生活を送れるようにお手伝いいたします。

- 福祉サービスの使い方がわからない
- 通帳などの大事な書類の管理が心配
- 手紙が来たけれど内容が分からない
- お金の支払いでいつも迷ってしまう

お困りの方は、
ご相談ください。

どんな支援が受けられるの?

- ・福祉サービスを安心して利用できるように、情報提供や利用の手続きのお手伝いをします。
 - ・公共料金の支払いや、日常生活に欠かせないお金の管理のお手伝いをします。
 - ・日常生活に必要な事務手続きのお手伝いをします。
 - ・通帳や証書など大切な書類、実印などを安全な場所でお預かりします。
- ※宝石・貴金属類などはお預かりできません。

利用料金はどれくらいかかるの?

- ・相談、支援計画の作成、契約を結ぶことは無料です。
- ・サービスについては、下記のとおり有料となります。

福祉サービス利用の手続きや金銭管理などのサービス	1時間あたり 1,100円
通帳や証書、印鑑などを預かる書類預かりサービス	1ヶ月あたり 500円

- ※生活保護を受けている方は、利用料が免除となります。
- ※支援に伴う交通費について実費負担をしていただくことがあります。

お問い合わせ 小川支所 ☎58-5102

どんな人が利用できるの?

- ・認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者などで、判断能力が不十分な方となります。
- ※施設や病院に入所・入院している場合でも利用できます。

ご利用までの流れ

- 相談の受付
 - 打ち合せ
 - 支援計画の作成
 - 契約
 - サービスの開始
- ①社会福祉協議会にご連絡ください
ご本人以外でも家族などの身近な方、民生委員などを通じてのお問い合わせにも対応します。
- ②担当者が相談内容を伺います
ご相談にあたっては、プライバシーに配慮し、秘密は必ず守ります。
- ③お困りなことを一緒に考え、支援計画を作ります
お困りごとや、ご希望を伺い、契約内容・支援計画をご提案します。
- ④利用契約を結びます
ご利用者と社会福祉協議会で利用契約を結びます。
- ⑤サービスが開始されます
支援計画に沿って、担当職員がサービスを提供します。

※サービスの利用開始までに2ヶ月程要します。

介護認定を受けるタイミング(申請しないと始まりません)

介護保険は一定の年齢になったら、申請の書類が送られてくる仕組みではありませんので、介護保険を利用するには、自分たちで申請しなければなりません。

そのうえで、介護サービスが受けられるか、どの程度まで利用できるかが決まります。申請からサービスを開始するまで、おおむね30日かかります。

要介護度	要介護度の目安
要支援1	日常生活の動作について、ほぼ自分で行うことができる。一部に何らかの支援を必要とする状態。
要支援2	要支援1の状態と比べると、自分でできることが少なくなり、支援と共に一部介護が必要な状態。
要介護1	立ち上りや歩行が不安定で、日常生活において部分的に介護が必要な状態。
要介護2	立ち上がりや歩行が自分でできないことが多く、日常生活全般に部分的に介護が必要な状態。
要介護3	立ち上りや歩行が自分では困難で、日常生活全般に全介助が必要な状態。 日常生活に影響がある認知症の症状があることもある。
要介護4	立ち上りや歩行が自分ではほとんどできない。食事などの日常生活が、介護がないと行えない状態。 コミュニケーションの部分でも、理解力の低下があり、意思疎通がやや難しい状態。
要介護5	寝たきりの状態で、日常生活全般ですべて介助が必要な状態で、理解力低下が進み、意思疎通が困難な状態。

※上の表に示した状態は平均的な状態です。したがって、実際に認定を受けた人の状態がこの表に示した状態と一致しないことがあります。

●認知症の度合いによっても介護度が変わります。問題行動・理解力の低下が基準となりますが、調査員やお医者さんの前ではしっかり受け答えできるので困ってしまうという話をよく聞きます。介護者が正確に事実を伝えることが肝要かと思えます。

介護予防・日常生活支援総合事業

市では65歳以上の人を対象とした「介護予防・日常生活支援総合事業」を行っています。この事業では介護保険の要介護(要支援)の認定を受けていなくても、一人ひとりの生活に合わせた柔軟な介護予防のためのサービスを利用することができます。



困ったときは社協まで

新型コロナウイルスのため…自宅にこもりがちで困っていることはありませんか？

小美玉社協にご相談ください



通いの場などがお休みになって運動不足になった。楽しみがなくて刺激がない。

⇒お話を聞き、希望があれば 体操や脳トレなどのプリントをお届けします。

子ども達が、お出かけできなくて退屈・・・ゲームばかりになってしまう。
自宅遊びのアドバイスがほしいな。

⇒ぬりえや工作などのプリントをお届けします。



自宅でできるボランティア活動はないかな・・・誰かの力になりたい。

⇒社協では、手づくりマスクや使用済み切手・ペットボトルキャップ・古紙などを集めています。
その他さまざまな活動をご紹介します。

なんとなく不安・心配という感じも誰かに話せば少しでも楽になるかもしれません。
お気軽にお電話ください。

お問い合わせ

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)

案内

お買い物バスツアー (生きがい外出サポート事業) ～来て・観て・食べて・健康づくり～



新型コロナウイルスの感染状況により中止または予定を変更する場合があります。実施状況は電話予約日にお問い合わせください。

規模を縮小し、感染予防に注意して実施します。日頃、買い物に不便を感じているご高齢の方々にご利用いただけます。
※検温、マスク着用、手指消毒にご協力をお願いします。

2月	開催日	2/4(木)	2/18(木)	2/25(木)
	電話予約	1/25午前9時～	2/8午前9時～	2/15午前9時～
	地区	玉里	小川	美野里
3月	開催日	3/4(木)	3/11(木)	3/18(木)
	電話予約	2/22午前9時～	3/1午前9時～	3/8午前9時～
	地区	玉里	小川	美野里

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 10名

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

案内

気軽に集える地域の居場所「ふれあい・いきいきサロン」



サロンとは、地域の皆さんが運営する、仲間づくり・居場所づくり・生きがいづくりのための通いの場です。

現在、市内には60カ所以上のサロンがあります。みなでお茶を飲んだり、おしゃべりしたりできる場所です。コロナ禍においても様々な工夫やアイデアで活動するサロンが増えてきています。

サロンを立ち上げたい、サロンに参加したい方は、お気軽にご相談ください。

体操DVD・CD貸し出します(無料)

「立ってする体操」「椅子に座ってする体操」のDVD及び体操用の音楽CDを貸し出します。

サロンや老人クラブ等の活動にご活用ください。

お気軽にお問い合わせください。

※貸出期間：2週間程度



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

今回ご紹介するサロンはこちら!

びーんず room ～オンラインでサロン活動～

びーんず room は、今年度は活動休止状態で皆寂しく感じていました。そこで12月12日にオンラインクリスマス会を開催。講師による子育て講話を聴き、双子ちゃんママの喜びや苦労を共感しました。リモートでも繋がれることを実感できた1日となりました。

日時 第1・3火曜日 **場所** 玉里保健福祉センター
参加費 無料(実費負担) **連絡先** 遠藤



いきいきサロン花館

食べたり、観たり、歌ったり、体操したり、ゲームをしたり楽しい時間を過ごしています。

例年、春には筍ごはんを、夏には流しそうめんを、秋には栗ご飯を、そして冬には手打ちそばを、みんなで調理して昼食を楽しんでいました。しかし、今年度はコロナウイルス感染リスク軽減のため、すべての食事を我慢してマスク着用のままできる内容に変更しました。

12月はクリスマス飾り物などを折り紙で制作しました。

日時 毎月第3水曜日 午前10時～午後1時又は午後1時30分～4時
場所 羽鳥花館区コミュニティセンター **参加費** 200円/回 **連絡先** 黒田 ☎ 46-1272



坂上さろん

小川地区の坂上区にあるサロンです。毎回、喜ばれる催しを企画し和気あいあいと楽しんでいます。現在はコロナウイルス感染防止の為に消毒や換気等に気を配りながらの活動ですが、参加してくれる方々の笑い声と笑顔が一番のワクチンです。

これからも、ここちよい時間をすごせる場所にしていきいたいと思っています。

日時 毎月第3月曜日 午前10時～午後1時 **場所** 坂上公民館
参加費 100円/回(実費負担あり) **連絡先** 加瀬 ☎ 58-1189



ボランティアコーナー



ボランティアに関する
お問い合わせ
本所(小川・玉里) ☎37-1551
美野里支所 ☎36-7330

紹介

コロナ禍でもできる地域貢献 <使用済み切手・ハガキ収集>

本会では、様々な寄付物品をお預かりし、支援を必要とする施設や団体などへお届けしています。物品収集は、コロナ禍でも取り組めるボランティア活動です。

今回は、使用済み切手・書き損じハガキ収集についてご紹介します。

切手の活用方法

- ご寄付いただいた切手は、茨城県社会福祉協議会で整理し、回収業者を通して換金し、県内のボランティアサークル、NPO 団体、任意団体等の活動費として活用されます。

収集方法

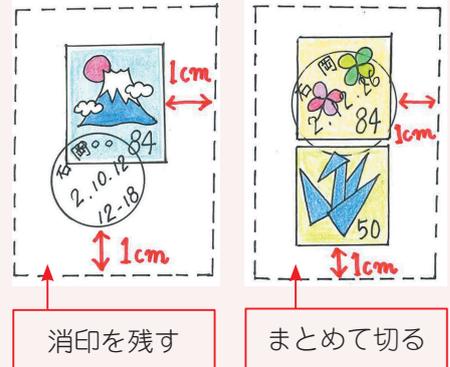
- 切手の周囲に5ミリ～1センチの余白を残して、台紙ごと切り取る。
- ※目打ち（ギザギザ）が1つでも欠けると、価値がなくなります。
- 消印がはっきり残っている場合は、消印を残し切り取ります。
- 台紙付き切手・台紙からはがれてしまった切手・外国切手に分別する。
- 郵便局の消印（メータースタンプ）のもの、郵便料金計器で印字されたもの、ハガキの金額部分、レターパックなど、切手の貼っていないものは対象外です。

書き損じハガキの活用方法

- ご寄付いただいたハガキは、茨城県社会福祉協議会で整理し、回収業者を通して換金し、県内のボランティアサークル、NPO 団体、任意団体等の活動費として活用されます。

収集方法

- 未使用ハガキと、書き損じハガキに分けた後、金額ごとに分別します。



募集

運転ボランティア募集

本会では、高齢者を対象に、「介護予防」、「孤独感の解消」を目的に「会食会」を実施しています。参加者の自宅と会場間を送迎して下さる運転ボランティアを募集しています。地域に役立つちょっといいこと、始めませんか？（本会の車両利用可）

会場（四季健康館 玉里保健福祉センター） 送迎 高齢者自宅



案内

ボランティア活動保険

ボランティア活動中のさまざまな事故による「ケガ」や「損害賠償責任」を補償します。

補償期間は、4月1日～3月31日（年度毎）です。中途加入の場合は、加入申込日の翌日からになります。令和3年度の活動保険の加入については、令和3年3月から本会において加入手続きができません。パンフレットが必要な方は本会へご連絡ください。

保険金額等についてはこちら▶



加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
保険料 (1名あたり)	350円	500円

報告

地域みんなでひとり親世帯を応援

小美玉市老人クラブ連合会女性委員会、小美玉市母子寡婦福祉会の皆さんをはじめ、地域のボランティアさんが、ひとり親世帯で小学校に入学する子ども達のために、学校で使うランチマットと巾着袋を手作りし、寄付してくださいました。

小美玉市子ども課をとおり、希望する家庭に配布させていただきます。皆さまの善意に心より感謝申し上げます。





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 土、日曜、祝日
(定休日でも予約営業します)
- 電話番号 ☎28-7721

＊ランチ&カフェ木もれ陽＊ ～免疫力向上メニューのご紹介 (Vol.4)～

新型コロナウイルス感染症に負けるな!!

◎具たくさん旨鶏塩鍋 (2人分)



材 料	鶏モモ肉	300g	★水	650cc
	長芋	600g	★酒・みりん	(各大さじ1)
	長ネギ	(1/2本)	★塩	適量
	しいたけ	(2枚)	★鶏ガラスープの素	(小さじ2)
	ニンニク	(2かけ)	★ごま油	お好み
	生姜	(1かけ)		

作り方

- ① 材料を切る：鶏肉は1口大、しいたけ・ニンニクは薄く切る、長ネギは斜め薄切り、長芋は1cm幅の半月切り、生姜は千切りにする。
- ② 鍋に出汁の材料を入れる。煮立ったら鶏肉を入れる。
- ③ ②に長ネギ・しいたけ・長芋を加えて出来上がり。(お好みでごま油)

期待できる効果

- ☆ニンニク…疲労回復・風邪予防
- ☆鶏肉…食欲不振・虚弱体質に
- ☆生姜…新陳代謝を高める
- ☆長芋…滋養強壮・老化防止

＊『子育て広場』＊

クリスマスイベントを開催しました



今年はコロナ禍の開催のため、規模を縮小し、家族単位で「サンタのお部屋で楽しもう!!」としたイベント開催となりました。ほんの少しの時間にも関わらず19組63名の親子の参加がありました。感染予防対策にも協力して頂き、楽しく開催できたことに深く感謝申し上げます。



参加者と指導員を募集します。

- 開催日 毎週土曜・日曜 *1日5組まで
(祝日・年末年始は除く)
- 対象 未就学児の親子・家族
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 場所 美野里ともいきプラザ(羽鳥駅西口)
- 指導員募集 若干名
- 人数・給与 (月2～3回の勤務、保育士・保健師)
時給900円
令和3年4月から勤務
※詳細はお問い合わせ下さい。

お問い合わせ 美野里ともいきプラザ ☎28-7721 (担当:長谷川)

＊オレンジカフェ(認知症カフェ)通信＊

- 開催日 2月18日(木)、3月10日(水)
- 時間 午後2時～4時(出入り自由)
- 場所 美野里ともいきプラザ
ランチ&カフェ木もれ陽

認知症の人とその家族のためのカフェです。専門職が常駐しておりますので、認知症について知りたい方、相談したい方の参加も歓迎します。
*毎月1回開催しています。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、状況に応じて中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

お問い合わせ 美野里ともいきプラザ ☎28-7721 (担当:長谷川)

社協会員募集中!!

～あなたも、おみたまの福祉を支える一員に～

会員になっていただくことで、小美玉市の福祉を支え、活動に参加することにつながります。

年会費 ☆福祉のまちづくりのための財源となる定額の協力金です。

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

