

あなたは一人じゃない。



支える人がいて、支えられる人がいる。

「助け合う」という言葉は、とても温かい言葉だと思います。

そこには「人」がいて、「人」がいる。けっして一人じゃない。一人にさせない。

「困ったときはお互いさま」の精神から始まった赤い羽根の募金活動。

世の中、誰もがしんどい今こそ、そのチカラを発揮するときです。

意志あるお金、募金のチカラ。

赤い羽根共同募金



福祉ゆら

ふれあいネットワーク

令和2年
(2020) **10**月

— 広げよう 心のかよう 福祉の輪 —

第 **94** 号

福祉ゆら 第94号の主な内容

- ふれあい・いきいきサロンめぐり…………… 2
ケアマネジャーのつぶやき
高齢者サロン養成講座開催
収集活動にご協力をお願いします
- 由良中学校3年生総合学習…………… 3
由良中学校フラワーリンク活動
ふれあいデイサロン事業のご案内
- 赤い羽根共同募金にご協力をお願いします…………… 4
募集

社会福祉
法人 **由良町社会福祉協議会**

〒649-1121 和歌山県日高郡由良町吹井80-88
由良町地域福祉センター内

TEL.0738-65-3500/FAX.0738-65-3502

Email : vc-yura@naxnet.or.jp

ホームページアドレス

<http://www.shakyo.or.jp/hp/1302/>

ケアマネジャーのつぶやき

10月にちなんだ食材で、
毎日を健康に過ごしましょう

秋は「食欲の秋」と言われるほど、食欲が増す季節。そこで今回は10月の記念日にちなんだ、おいしくて体にも良い食べ物をご紹介しますと思います。

◆10月2日:豆腐の日 とうふの語呂合わせから、この日は豆腐の日。ヘルシーで栄養もあり、柔らかいので高齢の方でも食べ易い食材ですね。

◆10月4日:いわしの日 これも語呂合わせから、この日はイワシの日。脳に良いと言われ、認知症の予防に役立つと期待されているDHAや血液をサラサラにするEPAといった栄養素を豊富に含んでいますから、ぜひ積極的に摂っていききたいですね。

◆10月13日:さつまいもの日 さつまいもにはカリウムが多く含まれており、余分なナトリウムを排出して塩分のバランスを保つ働きがあるため、高血圧の予防やむくみ防止に効果があります。血圧の高い人におすすめの食材です。



南区のコスモス会は平成19年の8月に発足して、今回で13周年、151回目となります。この日は児童館内の大集会室にてサロンを開催、お誕生日会の後、記念の集合写真を撮影して、お弁当を食べた後は、ボランティアスタッフによる踊り「百歳音頭」その後は利用者やボランティアがカラオケで自慢の美声を披露して楽しいひとときを過ごしました。

南サロ
コスモス会 祝13周年

ふれあい・いきいきサロンめぐり

収集活動に
ご協力お願いします

★書き損じハガキ

年賀状などの書き損じハガキ（未投函のもの）や余ったハガキなどがありましたら、ご協力ください。

★使用済み切手

使用済み切手（消印のあるもの）は切手の周り1cm外を切り取ってください。皆様から集まった切手は業者を通じて外国の方へお土産として販売されます。

★プルタブ（プロトッパ）

缶ジュースや缶ビール、缶詰めのフタ（アルミ製のみ）も引き続き回収しています。

今年度は養成講座を残し3回開催、レクリエーション等の講座も企画しています。ボランティアさん以外の一般の方の参加も可能です。興味のある方、ぜひご参加ください。

第2回 10月7日(水)

サロンの目指すもの

～今後のあるべき姿～

和歌山大学 副学長 足立 基弘 氏

第3回 11月13日(金)

身近なレクリエーションを学ぼう
あそびの工房 もくもく屋

田川 雅規 氏

第4回 12月11日(金)

サロンで役立つレクリエーション
レクリエーションコーディネーター

尾根 敬子 氏

9月4日、中央公民館で令和2年度の高齢者サロン運営アドバイザー養成講座の第1回目を開催しました。今回は摂南大学人間科学科講師の上野山裕士氏が「新しい時代の高齢者サロンづくりに向けて」というタイトルで、社会的な変化や地域を取り巻く状況の変化、なぜ今地域福祉が必要なのかといった内容について話し、「サロンとは様々な人々が時間・空間を共有する地域の拠点となることが期待される」とまとめ、締めくくった。



高齢者サロン養成講座開催

由良中学校3年生総合学習

みんなの住む町由良町の福祉

8月20日、由良中学校の総合学習「地域に生きる」をテーマに、社協より塩谷がお話しさせていただきました。社協とは何をしているのか、地域福祉やボランティア活動等についてお話ししました。

話の最後に「二人ひとりの気付きが町を少しずつ良くします。自分にか出来ない気付を大切に」と呼びかけました。生徒の皆さんが成長するなかで、地域の福祉を見つめてもらう機会となってくれればと思います。



由良中学校フラワーリンク活動

例年7月末に行っている81才以上の一人暮らしの方にお花をお届けするフラワーリンク活動ですが、今年は新型コロナウイルスの感染予防のため、今年は日々草を押し花にしてメッセージを添えましたしおりと手紙を対象者に郵送しました。来年はコロナウイルスが終息し、お花をお届け出来る事を願うばかりです。



ふれあいデイサロン事業のご案内

65歳以上で介護保険非該当の方がご利用できます



参加費は
1回につき
500円
(昼食代を含む)

ふれあいデイサロンは、町内の高齢者が心身ともにいつでも元気に過ごしていただけるよう町からの委託を受けて進めている事業です。

レクリエーションでは軽い体の体操や頭の体操、お誕生日会や町内外へのドライブ、またバス旅行など年間を通じ計画しています。

1日の流れ

9:00	各地域までお迎えに行きます 到着後、健康チェック、検温・血圧測定など
10:00	レクリエーション
12:00	昼食 (休憩)
13:30	レクリエーションなど
15:00	おやつ
15:45	送り



ふれあいデイサロンを「見学してみたい」「参加したい」などのご希望の方は、右記までご連絡ください。

由良町社会福祉協議会
(TEL65-3500)

赤い羽根共同募金運動に ご協力をお願いします！

じぶんの町を良くするしくみをスローガンに



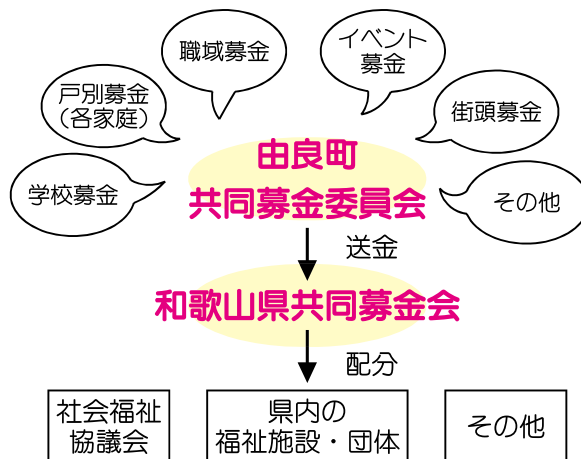
今年も10月1日から、全国一斉に「赤い羽根共同募金運動」が始まります。

毎年、皆様方には温かいご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

赤い羽根共同募金は、民間社会福祉事業や地域福祉活動を行うための貴重な財源として活用されるほか、災害時の被災者救援活動を支援するための資金としても積み立てられます。

町民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

共同募金のしくみ



募 集

ホームヘルパー募集

仕事の内容は、利用者の身体のお世話、家事のお手伝いなど。

また、より一層の在宅福祉充実のため日曜・祝祭日・夜間に従事出来る方も同時に募集しています。あなたも利用者の方が笑顔になれる仕事を一緒にしませんか？



ホームヘルパー2級(介護初任者研修)の資格をお持ちで普通免許(AT可)をお持ちの方はぜひ登録をお願いします。

広報テープの録音の お手伝いをお願いします！！

由良町の朗読ボランティアグループでは、高齢者や目の不自由な方に、町の広報や社協の広報を読んで、カセットテープに録音し、希望者にお届けする活動をしています。そのテープ編集をしてくださるボランティアさんを募集しています。毎月、月初めの週で3～4時間程度、特に技術や知識は必要ありません。興味のある方は社会福祉協議会までご連絡ください。



※詳しいことは、由良町社会福祉協議会 TEL65-3500 までお問い合わせください