



WELFARE MINABE

福祉みなべ

笑顔と健康 ふれあう心で福祉のまちを

MONTHLY
2020

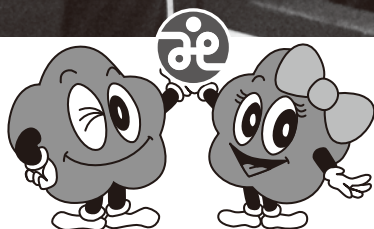
3

昔のあそび

CONTENTS

歳末たすけあい募金運動のご報告	2
サバめし	3
自宅でできるリハビリ	4
ホットな消費者見守りニュース	5
福祉カレンダー・貸出用福祉用具在庫情報	6-7
福祉お知らせ～INFORMATION～	8

写真：上南部小学校の1年生×長寿クラブ連合会
昔のあそびで世代間交流(ゴム鉄砲)



社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会

〒645-0002 和歌山県日高郡みなべ町芝 447-2 TEL：0739-72-5611 FAX：0739-72-5610
E-mail：minabeshakyo@wakayamanet.or.jp ホームページ：http://www.wakayamanet.or.jp/minabeshakyo/

南部川支所

〒645-0021 和歌山県日高郡みなべ町東本庄100 TEL：0739-74-3069 FAX：0739-74-8013

歳末たすけあい募金運動のご報告



南部仏教会様からの托鉢により、ご協力頂きました歳末たすけあい募金のご報告をさせていただきます。誠にありがとうございました。

歳末たすけあい募金 **総額179,864円**

南部仏教会 托鉢	179,864円
その他の募金(預金利息)	0円

つかいみち		
貸出用福祉用具	車いす 1台	21,500円
	車いす付属品	40,150円
	歩行器	29,000円
福祉教育事業	高齢者疑似体験グッズ	61,600円
生活困窮者現物給付用	お米 36kg	14,400円
	レトルト食材	9,626円
生活援護資金へ(生活困窮者貸付金制度)		3,588円



みなべ町生活支援体制整備事業 講演会報告

和歌山のおばちゃんがみなべ町にやってきた!!

元気講演会 ～ずっとみなべ町でともに元気で暮らしたい～

2月13日に和歌山のおばちゃんこと落語家 桂枝曾丸さんを講師に迎え「笑い・健康・支え合い・助け合い」をテーマにこれからの時代を楽しく自分らしくともに生きていく考え方についてユーモアたっぷりにお話していただきました。

参加者は約170名。ご参加いただきありがとうございました。

生活支援コーディネーター 榎本浩士



ボランティアを始める前に

令和2年度

ボランティア保険のお知らせ

ボランティア保険は日本国内におけるボランティア活動中に起こる様々な事故に対する備えとして無償で活動するボランティアの方々を補償する保険です。

●保険料

	加入プラン		基本プラン	天災・地震補償プラン
	ケガの補償	死亡保険金	1,040万円	
後遺障害保険金		1,040万円(限度額)		
入院保険金日額		6,500円		
手術保険金		入院中の手術	65,000円	
		外来の手術	32,500円	
通院保険金日額		4,000円		
	地震・噴火・津波による死傷	×	○	
賠償責任の補償	賠償責任保険金(対人・対物)		5億円(限度額)	
年間保険料		350円	500円	

補償内容

ボランティア活動中の急激かつ偶然な外来の事故によりケガをした場合に保険金をお支払します。活動場所と自宅との往復途上の事故も補償の対象となります。ボランティア自身の食中毒(O-157など)や特定感染症も補償されます。

補償期間

令和2年4月1日午前0時から令和3年3月31日午後12時までの1年間。中途加入の場合は加入手続き完了日の翌日午前0時から令和3年3月31日午後12時までとなります。

サバメシ

サバメシ(サバイバル飯)=非常時の食事もしもの時に役立つレシピを紹介します。

ポリ袋で! ポテトサラダ



レシピ
考案

野菜ソムリエプロ
いのせともこ
猪瀬朝子さん

コツ・ポイント

- ※ ポリ袋のできる、大人にも子どもにも人気のポテトサラダです。
- ※ ジャガイモは「大地のリンゴ」ともいわれ、ビタミンCやカリウムなどを含む栄養価が高い野菜です。
- ※ 湯から取り出した時にジャガイモが硬いと感じたら、加熱時間を5分追加してください。
- ※ ジャガイモをつぶす時に袋を破らないように気をつけてください。また、火傷には十分ご注意ください。
- ※ マヨネーズの量は好みで調整してください。

作り方

1. 大きめの鍋に湯を沸かし始める。ジャガイモは皮をむき1.5センチ角に切って水と塩とともに高密度ポリ袋に入れ、空気を抜いて袋の上の方でしっかりと結ぶ。
2. 湯が沸いたら「1」を浮かべ、強めの中火で15分加熱する。
3. 「2」を取っ手付きのザルで取り出し平らな台の上に置き、袋の上からゴムベラなどでジャガイモをつぶす。
4. 「3」の袋の口を開け、マヨネーズを入れて揉み混ぜる。ツナ、コーンを加えてさらに混ぜ、器に盛り付ける。あれば乾燥パセリをふりかける。

材料 (4 個分)

ジャガイモ	1 個 (130g くらいのもの)
ツナ	40g
コーン (缶詰など)	大さじ 2
マヨネーズ	大さじ 2
乾燥パセリ (あれば)	適宜
水	小さじ 1
塩	少々

昔の遊びで世代間交流

～長寿クラブ連合会～

2月3日(月)に南部小学校の1年生、2月18日(火)には上南部小学校の1年生と長寿クラブの会員が昔の遊びを通し、交流を行いました。

上南部小学校とこの事業を行うのは初めて。核家族化や少子高齢化が進む中で、ふれあうことが少ない世代間の交流を行っています。

子ども達は「お手玉、竹鉄砲・ゴム鉄砲、けん玉、こま回し、おはじき、けん、リム回し、かるた」を長寿クラブ会員から教わりながら体験。初めて体験する遊びもあり、子ども達は大はしゃぎで、楽しんでいました。





自宅でできるリハビリ

【脳卒中後遺症編】
 <嚥下及び構音障害に対するリハビリ パート1の巻>

1月号では、嚥下及び構音障害の症状について紹介させて頂きましたが、今回は嚥下及び構音障害に対するリハビリについて紹介させて頂きたいと思います。

飲み込む力をつけるトレーニング

ストローを使ったトレーニング①

- ①ストローの先を指でふたをする。(図1)
 - ②ストローの先を指でふたをしたまま、3~4回程度ストローを吸って、ストローがつぶれた状態にする。(図2)
 - ③ストローから口をはなしてストローを元の状態にする。
- ※①~③の行程をあごの下やのどの奥に少し疲れた感じが出てくるまで行う。



ストローを使ったトレーニング②

- ①ストローの途中を洗濯ばさみでつぶした状態にする。
 - ②洗濯ばさみでつぶしたストローでトロミの付いた水を吸い上げ飲み込む。
- ※難易度はトロミの濃度や洗濯ばさみのしめ具合で調整する。
 (とろみを強くしたり、洗濯ばさみを強くしめると難易度が上がります。)



注意点

このトレーニングは、実際にトロミの付いた水を飲みこむので、誤嚥が疑われる場合は行わないようにしましょう。

洗濯ばさみでストローをつぶし、トロミの付いた水を吸っているところ

今回は【脳卒中後遺症編】の<嚥下及び構音障害に対するリハビリについて パート2の巻>ですので、来月もぜひ読んでくださいね。

みなべ町訪問看護ステーション 理学療法士 大原一哉

デイサービスだより

ゆうゆう館 (北谷好史)

2か月ぶりに「ひろみっちょ」さんのライブがゆうゆう館で行われました。

最近は様々な場所でご活躍され多忙のお二人ですが、今回もオリジナルソングや懐かしい歌、紙芝居とさらにパワーアップしたステージを披露してくださいました。

また、別の日には、田辺梅林へ観梅ドライブに出かけました。ご利用者さんの中には初めて訪れるという方もあり、普段とは違う景色に皆さん目をキラキラ輝かせておられました。

久しぶりの遠出ということもあり、帰ってきた時には少しお疲れの方もいましたが、皆さん「今日はきれいなもの見れてよかったよ」と喜ばれていました。



ふれ愛 (泰地大和)

ふれ愛デイサービスでは2月3日に、レクリエーションで鬼にボールを投げて鬼退治をするゲームを行いました。「鬼は外!」と言いながらボールを投げいただき、厄払いを行いました。みなさん、最初は遠慮がちに「鬼は外」と言われていましたが、いくつもボールを投げているうちに「鬼は外!!」とどんどん大きな声になり、鬼退治をされていました。

消費者



ホットな見守りニュース

役所を名乗る還付金詐欺にご注意！の巻



還付金を受け取るには今日中の手続きが必要ですよ！

銀行は混雑するので今すぐスーパーかコンビニのATMに行ってください！



見守りポイント

- ◎ 還付金詐欺では、銀行などの金融機関ではなく、スーパーやコンビニなど監視の目が届きにくいATMに行くよう指示されることがあります。
- ◎ 携帯電話で話しながらATMを操作している高齢者を見かけたときは、「どうされましたか」と尋ねてみてください。

対処方法

- ◆ ATMで還付金を受け取ることはできません。役所や年金事務所など公的機関をかたり、ATMで還付金を受け取れるという電話は詐欺です。相手にせず、すぐに電話を切ってください。
- ◆ 不審な電話がよくかかってくる場合は、留守番電話機能を設定したり、迷惑電話防止機能を利用するなど、対策しましょう。

和歌山県消費生活センター

〒640-8319
和歌山市手平2丁目1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛8F
073-433-1551

和歌山県消費生活センター紀南支所

〒646-0027
田辺市朝日ヶ丘23番1号 県西牟婁総合庁舎内
0739-24-0999

※消費者ホットライン☎188でもお近くの相談窓口につながります。

2020年 2月発行 ホットな見守りニュース35号より

傾聴ボランティアについて

みなべ町社会福祉協議会では、傾聴ボランティア活動の企画・事業運営の検討を行っています。傾聴ボランティアの担い手の養成、登録、依頼者の方への紹介を兼ねたマッチングなどを行い、住民さん同士の支え合い・助け合いの体制整備を整えていきます。

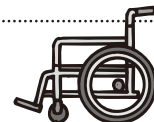
現在、企画・検討段階ですが、傾聴ボランティアに興味を持たれている方からのお問合せも同時に行っております。ご興味がある方はお気軽にお問合せください。

▶ お問い合わせ先 はあと館 生活支援コーディネーター 榎本浩士 TEL72-5611



土曜日 Saturday	日曜日 Sunday
	1 ■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
7 ○断酒会 (9:30~10:30 はあとカフェ)	8 ■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
14 ■給食サービス 南部 虹 南部川 ふれ愛	15 ■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
21 ■給食サービス 南部 虹 南部川 ふれ愛	22 ■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
28 ■給食サービス 南部 虹 南部川 ふれ愛	29 ■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛

貸出用福祉用具在庫状況



はあと館

令和2年2月20日現在

●ベッド(電動)	0	●杖	5
●ベッド(手動)	1	●松葉杖	8
●車いす	10	●ポータブルトイレ	4
●車いす(ふれ愛センター)	3	●シャワーチェアー	3
●エアーマット	12	●吸引器	1
●体位変換マット	3		

※貸出期間は原則3ヶ月です。

貸出用チャイルド・ベビーシート在庫状況

チャイルドシート(0歳~4歳対応)	1
ベビーシート(0歳~1歳対応)	2

※貸出期間は原則1年間です。

数字でみるみなべ町の福祉

(令和2年1月末現在(前月比))

みなべ町人口 (外国人含めた集計)	12,555人 (-30人)
65歳以上の高齢者	4,013人 (+1人)
高齢化率	32% (+0.1%)
ボランティア保険加入者数	496人 (±0人)

ボランティア保険とは?

国内の様々なボランティア活動に対応した保険です。

3月までのプラン ※天災プランは地震・噴火・津波に対応した保険です。

	保険料(掛金)	
	基本プラン	天災プラン
Aプラン	350円	500円
Bプラン	510円	710円

4月以降のプラン ※天災プランは地震・噴火・津波に対応した保険です。

保険料	保険料(掛金)	
	基本プラン	天災プラン
	350円	500円

社協各事業所連絡先

■はあと館 芝447番地2

事務所・ヘルパー・ケアマネージャー

TEL.72-5611・FAX.72-5610

訪問看護ステーション

TEL.72-1377・FAX.72-5610

■ゆうゆう館 埴田1444-1

TEL.72-5900・FAX.72-5901

■南部川支所(ふれ愛センター内)

事務所・ケアマネージャー・デイサービス

TEL.74-3069・FAX.74-8013

福祉カレンダー 2020 3月

月曜日 Monday 火曜日 Tuesday 水曜日 Wednesday 木曜日 Thursday 金曜日 Friday

令和元年度 生活支援体制整備事業 地域づくり講演会 延期のお知らせ



新型コロナウイルス感染症への対応としまして、
3月7日開催予定の地域づくり講演会は延期となります。
すでにお申込み等いただきました方には、急遽変更となり、
誠に申し訳ございません。

<p>2</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>3</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>4</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>5</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>6</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>9</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>10</p> <p>○おれんじの日 (13:30~15:00 ふれ愛センター)</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>11</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>12</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>13</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>16</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>17</p> <p>○気候教室(長寿クラブ) (9:30~ はあと館)</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>18</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>19</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>20 春分の日</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>休み</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	休み																							
南部川	ふれ愛																							
<p>23</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>24</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>25</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>26</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>27</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>30</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>31</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							

3月 ふくし トピックス

あいあいKIDSルーム



< 片町 > ^{いとかわ} 糸川 ^{さく} 朔夾 くん (2歳)

おばあちゃんからひとこと：元気に遊んでください。お友達を作ってネ。

今月の福祉キーワード

弁護士による 無料法律相談

中松村夫 弁護士



と き **3月18日(水)**

13:30~15:00

と ころ 社会福祉センターはあと館

受付人数 6人程度

● 電話で予約ができます(TEL.72-5611)

善意銀行だより

令和2年1月1日〜31日まで
了承を頂いた方を掲載しています。

次の方々から善意のご寄付を頂きました。

【満中陰に際し】

伊藤 博 様	留場 道博 様	芝 幸子 様	尾崎 弘 様	入場 敏和 様	那須 正樹 様	岡崎 和也 様	森坂定子様親族一同
谷 口	西本庄	東吉田	気佐藤	山 内	熊 岡	東神野	谷 口
亡母…タケノ	亡母…カヤ	亡夫…紀一	亡父…盛雄	亡母…好子	亡父…淳一	亡父…義明	故…森坂定子

【善意の寄付】

山本 義明 様
匿名 1件
晩稲

皆さまから頂いた温かいご寄付は、地域福祉に役立させて頂きます。誠にありがとうございました。