



令和4年7月号

128号



ふくしだより

社会福祉法人 津島市社会福祉協議会

津島市上之町1-60 TEL・FAX (0567) 25-8411

津島市社会福祉協議会

検索

URL : <https://www.tsushima-shakyo.or.jp>

E-mail : info@tsushima-shakyo.or.jp



会員募集

ご協力をお願い

7月は強化月間です



津島市社会福祉協議会は『おたがいさまが当たり前の地域』を目指して地域のみなさまが安心して暮らすことができるまちづくりのお手伝いをしています。みなさまのご協力をよろしくお願いします。



みなさまからお預かりした会費で運営する主な事業です



地区社会福祉協議会
における地域事業の
ための助成



弁護士や司法書士に
よる相談



民生委員や
人権擁護委員による
心配ごと相談



子育てに関する
傾聴ボランティア

※その他、車いすの貸出や、学校における福祉教育など

子ども用車いす貸出 はじめました!!

けがや病気など、
一時的に車いす
が必要な場合に
ご利用いただけ
ます。

ご希望やご相談
があれば、お気
軽にお問い合わせ
ください。



みんな真剣!! 福祉教育

市内の小・中・高等学校の児童・生徒を
対象に、障がいのあるかたやボランティア
団体などを講師に迎え「豊かな人間性、
共に生きる力」を育てるために福祉教育を
開催しています。



2/10 神守中学校

社協ってどんなところ?



社協の事業

高齢者のために

もみじ組の旅

ひとり暮らし老人登録
をしているかた対象の
日帰り旅行

立春のつどい

市内65歳以上のかた
対象のイベント



つしま ぎんぎボランティア

65歳以上のかた対象。活動に応じてスタンプ
をためると地域振興券などに交換できます。



子どもたちのために

ふれあい子どもお楽しみ会

在園の乳幼児・障がい児者の親子家族対象



ふくしくんひろば

毎月第2金曜日午前中、総合保健福祉
センター2階世代間交流室で催しを
行っています。



わくわく体験ツアー

夏休みに福祉体験を通じて、
親子の思い出を作りませんか?



赤い羽根作品コンクール

子どもたちが描いてくれたポスターや
書道を表彰しています。力作ぞろいです。



福祉教育

学校で福祉を「体験」する貴重
な機会を提供しています。



そのほかの事業

災害支援ボランティアセンターの運営

災害時、ボランティアを受け付けて支援につなぐための重要な拠点です。

各種相談事業

心配ごとや法律に関すること、その他ご相談に対応いたします。
また各種関係機関にもおつながいたします。

車いすの貸し出し

短期(1週間)・中期(2か月)・長期(最長3年)車いすを貸し出していま
す。ご利用には条件がありますのでお問合せください。

ゆるパンダ

毎月第2・4水曜日に、総合保健福祉センター2階世代間交流室で、
傾聴ボランティアが子育ての悩みをうかがいます。



・訪問介護事業

ヘルパーが自宅を訪問し、食事・排泄・入浴・通院などの介護(身体介護)
や、掃除・洗濯・買い物・調理などの生活の支援(生活支援)をします。
在宅生活の継続や意欲の向上を目指しています。

・居宅介護支援事業

ケアマネジャーが、介護の必要なかたやご家族の相談に応じ、在宅生活
を続けるために必要なサービスを紹介します。ライフスタイルや心身の
状況などに合わせた介護サービス計画書を作成します。

・障がい者相談支援事業

相談支援専門員が様々な障がいのあるかたやご家族からの相談に応じ、
必要な情報の提供や助言を行います。また、関係機関との連絡調整や
障害福祉サービスを使うためのサービス等利用計画の作成を行います。

・生活困窮者自立支援事業

本人やご家族など、あらゆるかたが自立した生活を送るために、
相談支援員が包括的な相談支援を行います。

令和3年度事業報告

◆社会福祉協議会の基盤強化に関すること

- ①「ふくしだより」の発行(年4回)
- ②会員募集(協力件数15,137件)

◆地域福祉に関すること

- ①各小学校区コミュニティ推進協議会への協力
- ②もみじ組の旅(コロナ感染拡大防止のため中止)
- ③立春のつどい(まん延防止等重点措置発令中のため中止。参加賞のみ配付。)
- ④わくわく体験ツアー
(コロナ感染拡大防止のため中止)
- ⑤ふれあい子どもお楽しみ会(12月232人)
- ⑥車いすの貸出(39件)
- ⑦法外援護費の貸付件数(51件)
- ⑧介護者派遣事業(実利用者数30人)

◆ボランティア活動に関すること

- ①福祉教育への協力(福祉実践教室:9校へ資材貸出及び助成、講演型福祉教育:3校実施)
- ②ボランティアに関する相談および情報の提供・登録(37団体1,182人、個人ボランティア5人)
- ③ふくししくんひろばの開催(延来場者数109人、延協力ボランティア38人)

◆相談事業に関すること

- ①心配ごと相談所の開設(相談件数13件)
- ②弁護士相談所の開設(相談件数86件)
- ③司法書士相談所の開設(相談件数14件)

◆津島市からの受託事業

- ①障がい者相談支援事業
(相談者数4,615人、実利用者数524人)
- ②障がい支援区分認定調査業務(調査件数217件)
- ③介護支援ボランティア制度運営事業
(令和3年1月1日～令和4年3月31日 登録件数215人)
- ④生活困窮者自立支援事業(相談延件数2,254件)
- ⑤生活支援コーディネーター事業
(各種会議55回、関係機関視察・研修18回)
つしま家事サポーター養成講座(登録者数14名)
- ⑥介護認定調査業務(調査件数2件)

◆共同募金活動の推進(共同募金委員会事務局活動)

- ①赤い羽根共同募金運動(10月1日～12月31日)
- ②街頭募金の実施(10月1日)
- ③歳末たすけあい運動(12月1日～12月31日)

◆介護保険制度への対応

- ①居宅介護支援事業(実利用者数136人)
- ②訪問介護事業(実利用者数21人)
- ③訪問型サービスA事業(実利用者数17人)

◆障がい福祉サービスへの対応

- ①障がい者相談支援事業(実利用者数427人)
- ②障害福祉サービス事業(実利用者数40人)
- ③移動支援事業(実利用者数11人)

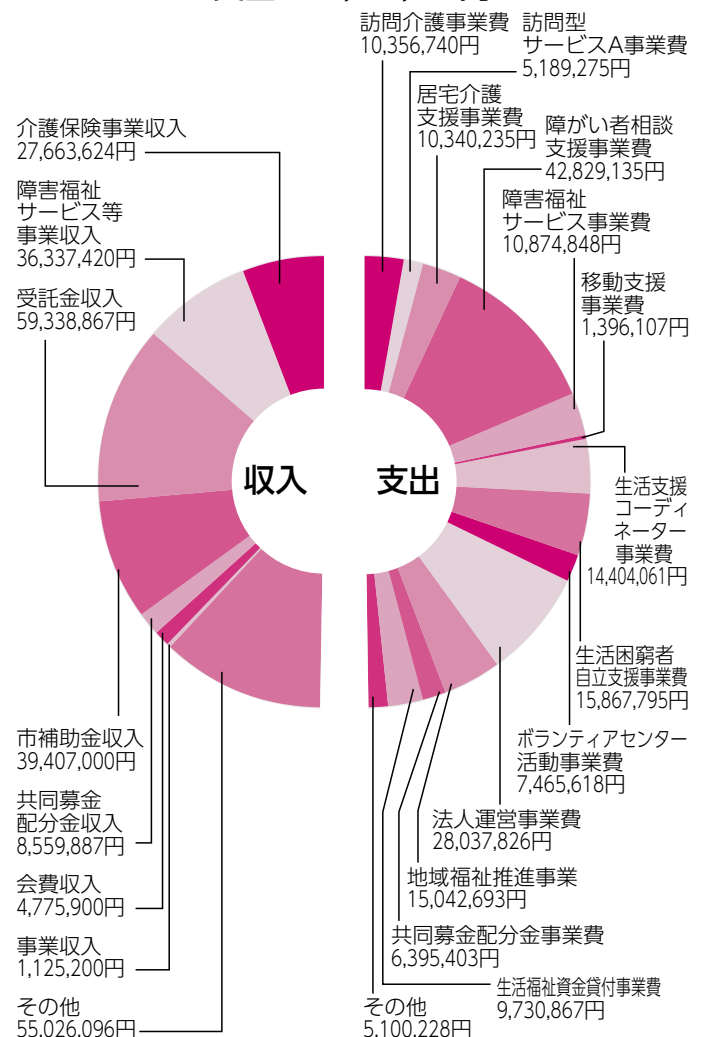
◆災害支援に関すること

- ①災害支援ボランティアセンター設置運営演習
(2回実施)
- ②南小学校区自主防災訓練および講演会に参加
- ③津島市災害支援対策会議(5回開催)
- ④災害支援ボランティアセンターの運営についての出前講座の開催

令和3年度決算報告

収入:232,233,994円

支出:183,030,831円



※収支差額については令和4年度へ繰越します

つしま家事サポーター養成講座

「つしま家事サポーター（有償ボランティア）」は利用者が地域で自分らしく安心して生活が送れるように、利用されるかたのお住いの場所と一緒に家事のお手伝いを行います。サポーターとして活動するには養成講座を受けていただく必要があります。活動に興味があり、18歳以上の健康でささえあいの気持ちがあるかたは、ぜひお問い合わせください。

通常サポーター

洗濯・調理・掃除・買い物代行・ゴミ出しなどの活動です。

サポーターとして活動できるかたは、全日程修了後サポーター登録をお願いしています。やむをえず欠席される日がある場合は補講にて対応します。

会場：津島市役所 入札室		
1日目	7月25日 (月曜日) 午後2時～午後4時	開講オリエンテーション 高齢者福祉の現状と施策 介護保険サービスの申請から利用まで 地域で高齢者の生活を支える制度 介護予防・日常生活支援総合事業とは？
2日目	8月1日 (月曜日) 午後2時～午後4時	つしま家事サポーターについて どんな活動するのかな？ コミュニケーション『話を聴く』 活動に際してのここがまえ
3日目	8月8日 (月曜日) 午後2時～午後4時	認知症について 認知症の早期発見 コミュニケーション『自分を知る』 ストレス・うつを学びストレスをためないようにしましょう
4日目	8月15日 (月曜日) 午後2時～午後4時	つしま家事サポーター交流会 実際に活動している方の話を聞いてみよう 講座ふりかえり・修了証交付 サポーター登録

短時間サポーター

ゴミ出しのみの活動です。
講座は1日の完結型です。

会場：津島市総合保健福祉センター 福祉活動室	
8月23日(火曜日) 午後2時～午後3時30分	開講オリエンテーション
8月25日(木曜日) 午後2時～午後3時30分	地域で高齢者の生活を支える制度 介護予防・日常生活支援総合事業とは？
8月26日(金曜日) 午前9時30分～午前11時	つしま家事サポーターについて どんな活動するのかな？
8月29日(月曜日) 午前9時30分～午前11時	講座ふりかえり・修了証交付 サポーター登録

つしま家事サポーター養成講座は事前予約が**必須**となっておりますので、必ずお電話にてお申込みください。

通常サポーターは前日まで、
短時間サポーターは開催日の
1週間前を目安にお願いいたします。

お問合せ ☎090-4730-6854



社協くらしサポート

介護保険ではできないこと、
お手伝いします！そのお困りごと、
私たちに相談ください

介護保険制度では「草取り・庭そうじ」「通院の付添い」など、法で定められお手伝いできないことがあります。それでも、毎日の生活の中で、大そうじや買い物など、大きな負担になる家事はありますよね。

「介護保険ではヘルパーさんに頼めない…でも手伝って欲しい！」そんな時はぜひ「社協くらしサポート」をご活用ください。(ご利用には条件がありますので、お気軽にご相談ください。)

【対象】津島市社会福祉協議会で介護保険・障がい福祉サービス等をご利用中のかた。

できること(例) ・ご家族分の洗濯、調理、そうじ ・通院、散髪のつきそい ・買い物代行 ・庭掃除、草取り、水やり など

	30分未満	30分～1時間未満	1時間～1時間31分未満	1時間30分～2時間未満
料金	1,400円	2,100円	3,101円	4,100円

※医療行為、金銭管理など、出来ないこともありますので、ご相談ください。※消費税は別途いただきます。

わくわく体験ツアー

- 実施日** 令和4年8月3日（水）午前8時30分集合 午後4時解散（予定）
- 行き先** 名古屋市港防災センター 中部盲導犬協会（予定）
- 対象者** 市内小・中学生とその保護者※兄弟・姉妹で園児が同行する場合は4歳以上に限ります。
- 定員** 30名 ※応募多数の場合は抽選となります。結果は7月中旬に郵送します。
- 受付期間** ①窓口・電話：7月4日（月）～7月11日（月）のうち平日の午前8時30分～午後5時まで
- 募集方法** ②メール：7月4日（月）午前8時30分～7月11日（月）午後5時まで
- ※郵送による受付はいたしません。

- 必要事項** 参加保護者の氏名・年齢・住所・電話番号（自宅・携帯）
参加小・中学生の氏名・学校名・年齢・性別
同行園児の氏名・生年月日・年齢・性別
※メールの場合は件名に、必ず「わくわく体験ツアー申込」と記載し必要事項を入力して下さい。
誤送信等の確認のため、折り返しメールを送信いたします。返信が無い場合はご連絡ください。

- 参加費** 大人・中学生2,200円、4歳～小学生1,500円
（昼食代を含む）

※アレルギーに関しましては、参加者にて対応をお願いします。

※状況により中止となる場合がありますので、ご了承ください。

お問合せ・申込先

地域福祉グループ ☎ 25-8411

E-mail: info@tsushima-shakyo.or.jp

地区社協代表者会を開催しました

6月13日（月）に津島市総合保健福祉センターにて各小学校区の地区社協代表のかたに出席していただき、昨年度実施してきた行事や今年度予定している代表的な事業の報告をしていただきました。また、市社協と地区社協がともに取り組むべき事業計画について検討を行いました。

つづいて、愛知県リクリエーション協会副理事長さんをお招きし、楽しく地区社協活動を行うために参考となる講演会を行い、日ごろの活動内容を再考する良い機会となりました。



津島市社会資源リストができました!!

津島市社会資源リストとは、インフォーマルサービス・介護保険外サービスを集めたものです。

誰もが住み慣れた地域で、自分らしく安心して生活が送れることを目的に作成しました。

この冊子がみなさまの日々の暮らしに役立てば幸いです。

当会、津島市役所高齢介護課の窓口や各コミュニティセンターに設置してありますので、お近くにお越しの際は是非お手に取ってご覧ください♪

また、当会や津島市のホームページにも掲載されています。



ふくししゅん広場のご案内

【日時】毎月第2金曜日
午前10時から正午まで
【場所】総合保健福祉センター
2階 世代間交流室
【対象】市内在住で子育て中の親子など



【次回予告】

7月8日 クラウン“が〜こ”と遊ぼう
(午前10時30分～午前11時30分)
8月19日 ヤクルトさん出前講座(お腹の健康について)
(午前10時30分～午前11時30分)
9月9日 親子でリトミック
(午前10時30分～午前11時30分)

welcome

お母さんの休憩処
「ゆるパンダ」

やってます♡

開催は 毎月第2・4(水) 午前10時～正午

赤ちゃんから高校生まで、お母さんの悩みは様々ですね。
心配しすぎて疲れてしまい、イライラしたり・・・モヤモヤしたり・・・
そんなとき、誰かに聴いてもらったら、気持ちが少しゆるみます。
傾聴ボランティアがおまちしています。ぜひお立ち寄りください♡

【次回予告】

7月13日 7月27日
8月10日 8月24日
9月14日 9月28日



お父さんや
おじいちゃん
おばあちゃんも
お気軽におこし
ください

今の生活に不安を抱えているかたへ

生活についての困りごとや将来への不安などについての相談窓口です。

「就職や家計管理に不安はありませんか？」

自分や親、子ども、近所の人のことなど、困っていることを何でもお話し下さい。本人の意思を尊重し、課題解決に取り組みます。

一人で抱え込まず、一緒に解決策を考えましょう。内容によっては専門的な関係機関を紹介します。

生活支援相談窓口 (津島市役所 1F 宿直室隣り)

☎(0567)24-1111 内線2136(津島市役所内)
✉t-shakyo@lilac.ocn.ne.jp
月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
午前8時30分～正午、午後1時～午後5時15分

まずはご連絡下さい



つしま✿げんきボランティア随時募集中!!

活動量に応じて貯まったポイント数で、地域振興券に交換することができます。ボランティア活動に興味のあるかたはぜひご登録ください!! お休みされていて更新がまだお済みでないかたも、手続きは随時行っています。ぜひ窓口にお越しください! ご不明な点はお気軽にお問い合わせ下さい。

【募集対象】

市内在住の65歳以上のかた

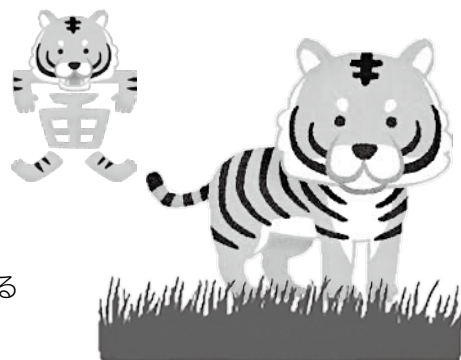
【活動内容】

受入施設等で行うボランティア活動(イベントのお手伝い等)

【申し込み】

社会福祉協議会の窓口にて、介護保険被保険者証とボランティア保険料(400円)をお持ちください。

※ボランティアの受け入れを希望している施設、地域振興券を利用できるお店も募集しています!



わたしのまちの民生さん!!

今回は南地区民生児童委員協議会からの活動報告です

民生委員の担当町内での個々の対応活動に加え、南地区としての活動を紹介します。民生委員とかかわりが強い、「南地区社会福祉協議会」の旗を南コミュニティセンターに常時、掲げています。民生委員は地区社協を通してコミュニティと連携、協力関係にあります。その会議は毎月、「南地区社会福祉協議会連絡会議」として開催しております。メンバーは新・旧の民生委員やコミュニティ役員、社協、包括支援センターも参加します。地域の福祉施設の方、住民の方も幅広く参加できます。具体的なコミュニティ福祉事業はそれぞれの民生委員の得意分野を生かして実行、支援して事業をすすめています。

毎月一回開催の事業としては、すでに5年以上になる「つどい」を開催し、季節に応じたメニューで「炊き出し試食」を実験的にしています。さらに、高齢者の自立目的のお金の勉強会「経済新聞の読み聞かせ」、ふくしだより4月号の「ウォークをしよう」の記事を具現化した「正しい姿勢でウォーク講習」も今年度からはじめました。

その他、地域美化活動、通学時の見守り活動、子どもや高齢者を対象にしたセミナー等も開催しています。

これら日常活動を支えるのは毎月発行、全戸配布の「かわら版」です。さらにかわら版では地域民生委員の会議、活動情報を都度に流しています。

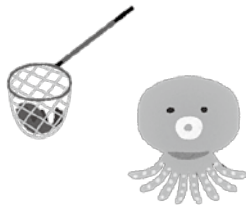
まだまだ全員参加の活動にはなっておりませんが、今後、さらに各民生委員の得意・専門分野(民生委員専門部会)を生かして、南地域全体を対象にした活動にも力を注いでいければと願っています。



解いてスッキリ! クロスワードパズル

たてのかぎ

- ①アジア東部にある、私たちの住む国。
- ②福祉の体験するツアー。〇〇わく体験ツアー(ヒント5ページ)
- ③歌唱・演奏などを一人で行うこと。独唱。独奏。単独。
- ④鉄道車両・自動車などが、速度を落としてゆっくりと進むこと。
- ⑦釣り上げた魚を救う網。
- ⑧はっきりしないある時を表す言葉。
- ⑨都市の中心となる場所。
- ⑩水が動いて水面に高低ができる現象。
- ⑫どんぐりの仲間。〇〇の実。

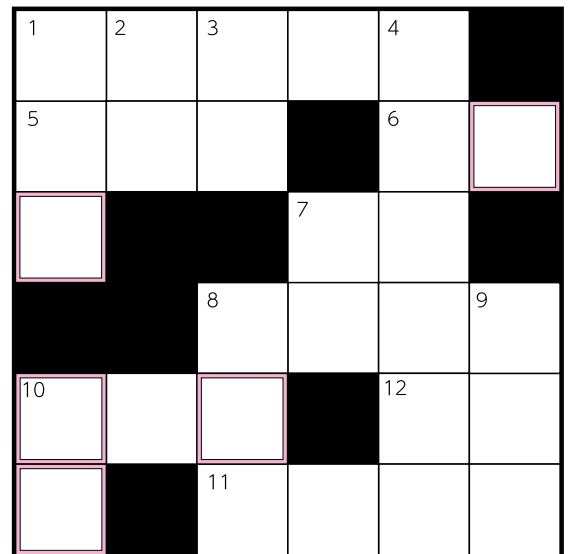


よこのかぎ

- ①家の敷地内の落ち葉やゴミを拾ったり草むしりをします。
- ⑤皮膚にできる小さな黒いはん点。
- ⑥仕事の合間のひま。仕事を離れて自由に使える時間。
- ⑦軟体動物の一つで八本の足がある。足には二列の吸盤がある。
- ⑧年下の女のきょうだい。
- ⑩六つの次、八つの前の自然数。
- ⑪7月が強化月間です。〇〇募集。(ヒント1ページ)
- ⑫当会のイメージキャラクター名札を付けてるよ。ふく〇〇くん。

☆ ☐ のついたマスの文字を並び替えて、言葉を作ってください。

☆ ヒント: 4月から5月で収穫されて夏にかけて食べられる。夏橙とも呼ばれる。



<応募方法> ハガキにクロスワードの答え、住所、氏名、年齢、電話番号と、「ふくしだより」への感想・意見等をお書きの上、下記までお送りください。正解者の中から抽選で5名様にクオカードをプレゼントします。ご応募お待ちしております。

■〒496-0863 津島市上之町1丁目60番地 津島市社会福祉協議会 「ふくしだより」担当者行き

応募締め切り 令和4年7月31日(日)当日消印有効

なお、当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

※応募に関わる個人情報については、当選者への発送以外には使用しません。

4月号の答えは、「シンネンド」でした。多数ご応募いただきありがとうございました。4月末で締切り抽選を行い、5名様にクオカードをお送りいたしました。抽選に外れたかたも、またぜひ挑戦してくださいね！お待ちしております。

脱水症予防について



●脱水症とは

体内の水分と電解質（ナトリウム・カリウムなど）が減少することで、身体に不調（めまい・頭痛・意識障害など）をきたした状態です。水分摂取量の減少や発汗・嘔吐・下痢などにより、体外へ出ていく水分量が増加した場合に脱水症が起こります。

●脱水症予防のポイント

① 温度・湿度の調整を行う

（温度：夏 25～28℃、冬 18～22℃ 湿度：夏 55～65%、冬 45～60%）

クーラーや扇風機、加湿器を用いて適度な温度・湿度を保ちましょう。



② 日頃からこまめな水分補給を行う

のどの渇きを感じる前に水分を摂ることが大切です。

また、野菜や果物は水分やミネラルを豊富に含むため、積極的に料理に取り入れましょう。

③ 電解質（ナトリウムなど）と糖質（ブドウ糖）を含んだ水分補給が効率的

日常の水分補給であれば水やお茶で十分ですが、大量の汗をかいた後は体内の電解質を保つためにスポーツ飲料がおすすめです。また、嘔吐・下痢・発熱などで脱水状態になりやすくなっている場合や、脱水状態になってしまったときは、経口補水液が適しています。

●脱水症状徴候チェック

- ✓ 親指の爪を押す ⇒ 離してもすぐに色が戻らない
- ✓ 手の甲の皮膚を引っ張る ⇒ シワができて戻らない
- ✓ 汗をかかない
- ✓ 口の中が乾く・唾液が出ない

左記の症状がある方は水分が不足している可能性があります。こまめな水分補給や経口補水液の活用を検討しましょう。



たっぷり夏野菜のまろやかカレー



材料（2人分）

・押麦ご飯	320g	・豚ひき肉	100g
（白米：押麦＝3：1）		・植物油	小さじ1
・玉ねぎ	1個	・トマト缶（カット）	200g
★なす	小1本（60g）	◎カレールウ	1個
★ししとうがらし	4本	◎ウスターソース	小さじ1
★ヤングコーン	2本	・牛乳	100ml
★ミニトマト	4個	・パセリ（乾）	少々

栄養価（1人分）

エネルギー：510kcal たんぱく質：18.1g 脂 質：17.0g 炭 水 化 物：80.5g 食 塩：1.4g

日本食品標準成分表 2020 年版（八訂）

作り方

下準備 ・なすは縦に4等分して飾り包丁を入れ、ししとうがらしはフォークで数箇所穴をあける。
熱したフライパンに★を並べ、火が通るまで素焼きする。

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、油をひいた鍋できつね色になるまで炒める。
- ② ひき肉を加え、色が変わったらトマト缶を加えてひと煮立ちさせる。
- ③ 火を止めて◎を溶かし入れたら、牛乳を加えて沸騰させないように弱火で10分煮込む。
- ④ 皿にご飯とルウをよそい、★を添えて最後にパセリをちらして完成。

ポイント

・豚肉には炭水化物をエネルギーに変える働きのあるビタミン B1 を含みます。
さらに、玉ねぎに含まれるアリシンは、ビタミン B1 の吸収を高めます。