

浦河町社協だより

# ゆうなぎ

安心して生活できる  
町づくりをめざして

2023.9 NO.41

2023 年度版浦河町限定赤い羽根寄付金ピンバッジが完成しました。10 回目となる今年は「浦河の情景シリーズ⑤」浦河の雄大な自然を背景に希少なオオワシなどを冬季限定で観察できる「イーグルウォッチング」がモチーフです。



・浦河町社会福祉協議会新役員体制／事業計画	・・・・・・・・	1
・令和4年度決算／令和5年度予算	・・・・・・・・	2
・生活支援体制整備事業”うらさん”情報局	・・・・・・・・	3
・給食ボランティア募集のお知らせ	・・・・・・・・	4
・赤い羽根共同募金の活動	・・・・・・・・	5
・職員募集のお知らせ	・・・・・・・・	6
・社会福祉事業へのご寄付/脳トレコーナー	・・・・・・・・	7

～この社協だよりは、共同募金の配分金の一部が使われています～

## 会長就任のご挨拶

浦河町社会福祉協議会 会長 松本 正美

私こと、昨年7月に、前会長の残任期間を引き継ぐ形で会長を務めて参りましたが、今年度の改選期にあたり、過日6月14日開催された理事会において再任され、引き続き会長職を務める事となりました。社会福祉全般に認識不足の点多々あり、目下勉強中の身ではありますが地域に少しでもお役に立てるよう、会長としての責務を全うすべく努力して参ります。当会もコロナの影響、介護職員不足等から、厳しい運営状況ではありますが、職員一丸となり、各種事業に取り組む中、住民の皆様からの「ご苦労さん、ありがとう」の暖かい激励の言葉が最高のご褒美となり、更なるサービスの向上に繋がっていくものと思います。2年間の任期ではありますが、関係機関のご指導、役職員、評議員等の協力を得て、微力ながら頑張って参ります。今後ともご支援、ご協力をお願い申し上げ、就任のご挨拶とさせていただきます。

### 新役員（法人体制）

役員改選に伴い、令和5年6月14日より下記のと通りの法人体制となりました。

今後とも皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

#### 【役員（理事9名・監事2名）】

会 長	松本 正美
副 会 長	高橋 政志
副 会 長	吉川 滋政
理 事	<u>一戸 良博</u>
理 事	熊野 重雄
理 事	<u>小林 美代子</u>
理 事	松居 照美
理 事	松本 トモ子
常務理事	早坂 誠
監 事	<u>徳田 正人</u>
監 事	飛山 小夜美

#### 【評議員17名】

秋山 博子	澤谷 幸弘
石田 恒子	杉山 武美
上中 正人	谷川 英樹
梶田 学	日田 隆
川村 和子	平井 絹子
神原 敏子	三浦 隆之
桐本 裕子	三島 信男
工藤 泰広	安原 良雄
佐藤 眞一郎	

役員任期:令和5年6月14日~令和7年定時評議員会まで

評議員任期:令和3年6月15日~令和7年定時評議員会まで

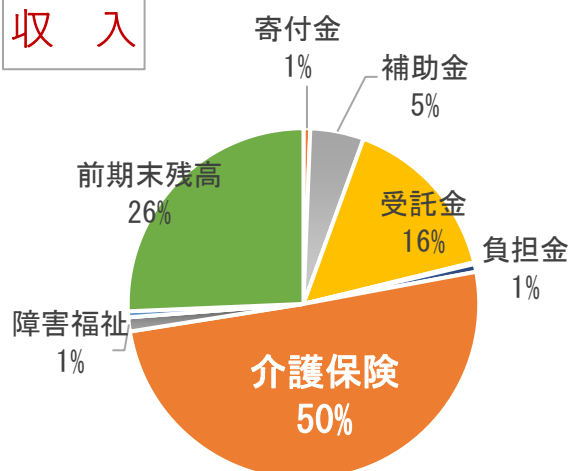
※下線は新役員

### 令和5年度事業計画

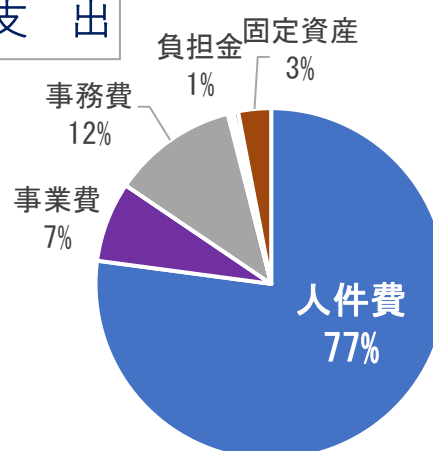
- |                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| 1 法人運営事業                  | 10 地域福祉の拠点づくり            |
| 2 要援護世帯の把握、各関係機関等との連携     | 11 ボランティア活動等の推進          |
| 3 地域福祉ネットワークづくり           | 12 地域生活支援体制整備事業の構築と推進    |
| 4 地域、在宅福祉情報の提供            | 13 託老事業「愛の会」の支援          |
| 5 心配ごと相談事業の実施             | 14 地域・在宅福祉サービスを担うマンパワー育成 |
| 6 介護保険サービス事業の実施           | 15 日常生活自立支援事業の実施         |
| 7 地域支援事業（総合事業）の実施         | 16 わかもの就労支援事業の実施         |
| 8 障がい福祉サービス事業の実施          | 17 自立と社会参加活動の推進          |
| 9 高齢者生活支援等サービス事業の実施（受託事業） | 18 その他の事業                |

# 令和4年度決算

## 収入



## 支出



(単位：円)

収入	会費収入	10,000	支出	人件費支出	116,151,011
	寄付金収入	1,172,667		事業費支出	11,095,983
	経常経費補助金収入	9,357,000		事務費支出	17,391,404
	受託金収入	29,682,867		貸付事業支出	290,000
	貸付事業収入	297,000		共同募金事業費	396,327
	事業収入	0		助成金支出	141,500
	負担金収入	1,361,190		負担金支出	607,963
	介護保険事業収入	95,697,247		固定資産取得支出	4,560,600
	障害福祉等事業収入	2,457,010			
	受取利息配当金収入	1,598			
	その他の収入	1,036,520			
	前期末支払資金残高	48,715,277			
				収入合計	189,788,376
				支出合計	150,634,788
				当期末支払資金残高	39,153,588

# 令和5年度予算

(単位：円)

収入	会費収入	10,000	支出	人件費支出	117,265,000
	寄付金収入	700,000		事業費支出	12,366,000
	経常経費補助金収入	8,762,000		事務費支出	19,631,000
	受託金収入	18,461,000		貸付事業支出	200,000
	貸付事業収入	200,000		共同募金事業費	398,000
	事業収入	10,000		助成金支出	218,000
	負担金収入	1,430,000		負担金支出	365,000
	介護保険事業収入	101,910,000		固定資産取得支出	0
	障害福祉等事業収入	2,260,000			
	受取利息配当金収入	50,000			
	その他の収入	70,000			
	前期末支払資金残高	40,223,000			
				収入合計	174,086,000
				支出合計	150,443,000
				当期末支払資金残高	23,643,000

# こちら「うらさん」情報局

## ～生活支援体制整備事業～（浦河町委託事業）

平成 30 年度より浦河町より当会に委託され、「いつまでも住み慣れた地域で生活するため」に皆さんと共に取り組んでいる生活支援体制整備事業と「フレイル予防」とは関連性があります。「社協だより ゆうなぎ 2021.9 | No.39」に引き続き、今回も“フレイル”について皆さんと共有していきたいと思います。

## 「フレイル」とは

東京大学高齢社会総合研究機構 機構長、飯島勝矢 氏によると、「年齢を重ねるうちに、心身の活力が衰え、弱々しくなった状態のことで、健康と、介護が必要な状態の中間に位置づけられます。語源は、英語で虚弱を意味する frailty（フレイルティ）。虚弱と聞くとマイナスイメージを持たれがちなので、明るく前向きな気持ちで予防意識を高めてもらうために名付けられた。」のだそうです。

## 「フレイル」の 三つの特徴

第 1 の特徴として健康と介護が必要な時期の「中間」の時期であること。年齢を重ねると誰でも「ちょっとした衰え」が出てきます。これを飯島氏は「老いの坂道」と呼んでおり、日常生活にはそれほど困らない時期ですが、5 年前、10 年前の自分と比べると「やっぱり避けられないものはあるよね」という衰えのサインを感じることがあると思うので、これを見逃さないことが大事であり、ちょっとした衰えに早く気づき、適切に対処するのが大切であるとのこと。

第 2 の特徴は、「老いの坂道」は下るだけではなく頑張れば戻ることのできる「可逆性」があることで、フレイル予防は自分次第で取り組みます。

第 3 の特徴は、「多面的」ということ。「膝が痛い」というような体の衰えを想像しがちですが、人づきあいが億劫になる心理面、経済的に困ったり孤食になったりする社会的な要因も絡んでくるとのことです。

これらを押さえたうえで自分自身でフレイル予防に努めたいですね。

右の「イレブンチェック表」等を使用するとフレイル度がチェックできます。赤欄の丸の数が 6 つ以上になるとフレイルのリスクは高まり丸が 1 つ増えるとリスクも 2 倍になっていくことが判明しています。

栄養	1. ほぼ同じ年齢の同性と比較して健康に気をつけた食事を心がけていますか	はい	いいえ
	2. 野菜料理と主菜（お肉またはお魚）を両方とも毎日 2 回以上は食べていますか	はい	いいえ
口腔	3. 「さきいか」、「たくあん」くらいの固さの食品を普通に噛みきれますか	はい	いいえ
	4. お茶や汁物でむせることがありますか	いいえ	はい
運動	5. 1 回 30 分以上の汗をかく運動を週 2 日以上、1 年以上実施していますか	はい	いいえ
	6. 日常生活において歩行または同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施していますか	はい	いいえ
	7. ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いと思いますか	はい	いいえ
社会性・こころ	8. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	いいえ	はい
	9. 1 日に 1 回以上は、誰かと一緒に食事をしますか	はい	いいえ
	10. 自分が活気に溢れていると思いますか	はい	いいえ
	11. 何よりもまず、物忘れが気になりますか	いいえ	はい



ボラセンより  
お知らせ

# 給食配食 ボランティアさん募集中!



浦河町ボランティアセンター（浦河町社協）では、「給食サービス」の活動をサポートして  
くださるボランティアさんを募集しています。

○ 活動日：火曜日／金曜日（祝日、お盆、年末年始を除く）

※ひと月に1回程度、無理なく活動いただけるよう調整しています。

○ 時 間：午後2時30分～午後4時45分

○ 内 容：社協の軽自動車に乗り、運転する方とお届けする方、2名で利用者（高齢者）宅に



お弁当をお届けする活動です。浦河町内を東部と西部の2コースに分けてお届けします。

1回につき各コース往復約50kmの走行距離になります。海に山に、日高の四季折々や  
季節の移ろいをお楽しみいただけるかも。



「ボランティア体験」、「お試し活動」も可能です！

興味・関心をお持ちの方は、右記へお気軽にご連絡ください。

ご登録いただいた方は、活動中の事故に備えて社協でボランティア  
保険に加入させていただきます。

電話：ボラセン直通／0146-22-9099

浦河町社協／0146-22-6800



（伏字当ではめ言葉）間1おしほ・間2い・間3たじき  
【えのびの答え】アサ・イカ・ウツ・エン・オラ  
（穴埋めクイズ）アサ・イカ・ウツ・エン・オラ

# 赤い羽根共同募金

## ■■■共同募金について■■■

共同募金運動は、厚生労働大臣の告示により、毎年 10 月 1 日から行われますが、年間を通じ寄付金を受け入れています。



## ■■■募金目標額(助成計画額)について■■■

共同募金は、集まった寄付金を特定の配分先などに単純に助成しているのではなく、事前に地域内の社会福祉施設や団体、ボランティア・市民活動団体等の各種福祉活動に必要とされる資金ニーズを勘案し、使い道の計画を立ててから募金を行う「計画募金」です(この募金方法は、法律で定められています)。

赤い羽根共同募金運動は、都道府県ごとに行われており、災害時など例外を除き、集まった寄付金はその地域内で使い道が決められます。つまり、「北海道で集められた寄付金は道内で使われる」ということです。

様々な団体から社会福祉活動の充実、多様な社会福祉の課題に取り組む事業要望等を取りまとめ、その内容について、必要性、緊急性などを考慮し、寄付者の方々に納得いただけるような助成計画を立て、その事業を実施するため必要な金額を「寄付期待額(あくまで目標額であり、強制ではありません)」として運動します。ですから、期待額に達しなかった場合、何かしらの事業実施ができなくなります。今後とも、北海道及び浦河町の民間福祉推進のため、ご理解とご協力をお願いいたします。

浦河町目標額／募金実績額 (過去分含む)			
	浦河町共募目標額	募金実績額	状 況
30 年度	1,442,500 円	<b>1,329,515 円</b>	△
R 元年度	1,320,500 円	<b>1,248,714 円</b>	△
R2 年度	1,239,500 円	<b>721,558 円</b>	—
R3 年度	1,105,100 円	<b>1,105,500 円</b>	○
<b>R4 年度</b>	<b>1,094,500 円</b>	<b>1,147,270 円</b>	◎
R5 年度	1,127,300 円		

# 職

# 員

# 募

# 集

## ヘルパー(パート)

**仕事内容** ・ 身体介護(通院・外出援助・入浴介助など)  
・ 家事援助(食事の支度・掃除・洗濯など)

**応募資格** ・ 60歳まで希望(要相談)  
・ 介護福祉士、ホームヘルパー2級又は介護初任者研修修了者等  
・ 普通自動車運転免許所有者(AT 限定可)

**賃 金** ・ 時給 1,050円 (介護福祉士 1,150円)

## 介護員(パート)

**仕事内容** ・ 通所介護利用者の送迎・入浴・食事介助  
・ 通所介護利用者の日常動作訓練援助  
・ 訪問入浴介護

**応募資格** ・ 60歳まで希望(要相談)  
・ 資格要件なし(有資格者優遇)

**賃 金** ・ 時給 920円 (ホームヘルパー等有資格者 1,050円) (介護福祉士 1,150円)

## 移送運転手(パート・常勤)

**仕事内容** ・ 通院・外出援助利用者送迎、乗降補助  
**応募資格** ・ 60歳まで希望(要相談)  
・ 普通自動車運転免許所有者(AT 限定可)

**賃 金** ・ 時給 950円 (パート)  
・ 月給 154,000円 (常勤)

## デイサービス運転手(パート)

**応募資格** ・ 利用者送迎、乗降補助  
**仕事内容** ・ 60歳まで希望(要相談)  
・ 普通自動車運転免許所有者(AT 限定可)

**賃 金** ・ 時給 950円 (パート)

**提出書類** ・ 履歴書 ・ 資格の写し ・ ハローワーク紹介状

## お問い合わせ

浦河町社会福祉協議会

〒057-0024 浦河郡浦河町築地1丁目4番38号

**☎ 0146-22-6800**

お気軽に、  
ご相談ください！



## ご寄付をいただきました皆様に厚くお礼申し上げます

(令和4年4月～令和5年3月受付分)

筑紫 章 様

木下 澄子 様

徳田 正人 様

栗田 守雄 様

信岡 晴子 様

本巢 昌弘 様

中村 達秀 様

小松 義春 様

小原 幸男 様

宮内 俊朗 様

伊藤 勇 様

杵臼長生会 様

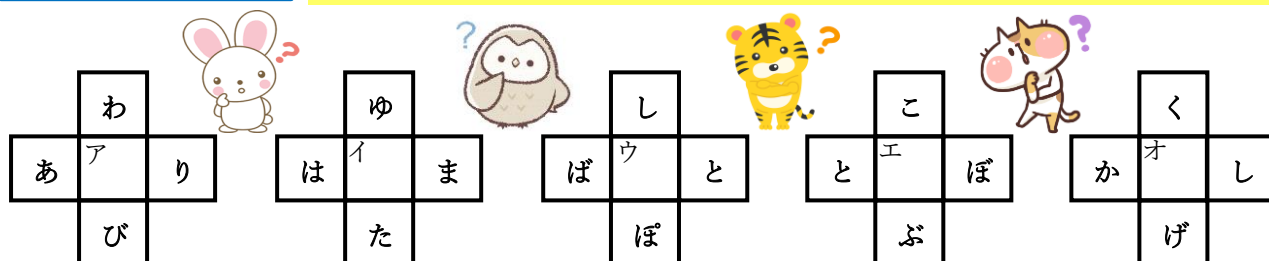
Mコネクト実行委員会 様

浦河町商店街連合会 様

※報道機関への周知をご了承頂いて  
いる方のみご掲載しております。

### 穴埋めクイズ

2つの単語が完成するように、中央の口ひらがなを入れて下さい。



### 伏せ字当てはめ言葉



①～③又は①～④には、穴が空いた言葉が書かれています。各言葉の穴には、それぞれ同じ平仮名が入ります。その平仮名を推測し、順序よく並べて、ヒントに関する言葉を答えましょう。

問1

- ① 〇み〇しゅう
- ② 〇い〇いけいやく
- ③ ちら〇ず〇

ヒント

甘い物の食べすぎ

答え

問2

- ① 〇ま〇
- ② い〇んでん〇ん
- ③ 〇ら〇にん

ヒント

包丁の切れをよくする

答え

問3

- ① 〇ようとくたい〇
- ② むらさ〇し〇ぶ
- ③ 〇きゅう〇そく
- ④ 〇つ〇あげ

ヒント

筆記用具

答え