



社協だより

2023

No 94

令和5年1月15日

(発行所) 奈井江町社会福祉協議会 (電話 0125-65-6066 / FAX0125-65-6067)



歳末たすけあい
チャリティーバザー
&
演芸大会

歳末たすけあい演



～ おもな記事 ～

- ★年頭のご挨拶
- ★歳末たすけあいチャリティーバザー
・演芸大会の開催
- ★生活支援コーディネーターは見た！
サロン訪問記③
- ★夏だけじゃない「冬の脱水症講座」



赤い羽根共同募金
歳末たすけあい募金へ
ご協力ありがとうございました



(街頭募金より)

※“社協だより”は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています。



年頭のご挨拶

奈井江町社会福祉協議会

会長 二 口 敏次郎



新年明けましておめでとうございます。

昨年は、社会福祉協議会の各種事業の推進にあたり、ご支援ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、未だに新型コロナウイルスが収まらない中、少しずつ社会経済活動が再開されておりますが、原油価格・物価高騰などの影響もあり、依然、社会情勢は厳しい状況が続いております。

地域は、新型コロナウイルスの影響により、地域住民による支え合い活動や地域の交流活動が停滞しておりますので、本会が、サポートしていかなければならないと考えております。

事業推進にあたりましては、地域住民の皆様からの会費や寄付金など、貴重な財源として活用させていただいております。

今年は、「奈井江町地域福祉計画・地域福祉実践計画」が策定され、計画が実行される年です。基本理念であります「いくつになっても、住み慣れた地域で、誰もが安心して暮らせるまちづくり」を目指し、地域の皆様とともに邁進して参ります。

本年も皆様から変わらぬお力添えをお願い申し上げますとともに、奈井江町や民生児童委員協議会、ボランティア団体の皆様などと連携し、地域福祉の充実を目指して参ります。

最後になりますが、新しい年が皆様にとりまして、幸多い年でありますよう心からご祈念申し上げます、年頭のご挨拶いたします。



謹 賀 新 年

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます



新年のご挨拶

奈井江町共同募金委員会

会長 大 柳 哲 行

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、共同募金活動への心温かいご支援とご協力を賜り、心よりお礼申し上げます。

さて、長引くコロナの影響や物価高騰により、私たちの生活が大きく変化し、大変厳しい状況が続いておりますが、住民が地域や社会のつながりをもち、住み慣れた地域で安心して生活をしていくことが、大変重要なことと感じております。

共同募金は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を応援する「じぶんの町を良くするしくみ。」として、取り組まれております。

10月からの「赤い羽根共同募金」と12月からの「歳末たすけあい運動」では、地域住民の皆様をはじめ、町内の事業所や民生児童委員協議会、ボランティア団体の皆様などから心温まるご支援とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

皆様から寄せられました募金は、赤い羽根共同募金の約七割、歳末たすけあい募金の全額を町内で支援が必要な方や福祉団体への助成など、有効に活用させていただいております。

地域に根ざした募金運動として、皆様にわかりやすく、親しまれ、共感の得られる活動になるよう努力し、民間の福祉活動を支えて参ります。

本年も、皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げます、新年のご挨拶とさせていただきます。

心配ごと相談所を開設しております。

社会福祉協議会では、毎月第1水曜日に相談員による心配ごと相談所を開設しています。
あなたの身のまわりで起こった心配ごと(暮らし・家庭・健康・福祉・教育・苦情等)について相談員がお話し相手となり、力添えをいたします。

相談内容については秘密厳守いたしますし、相談料も無料です。また、電話によるご相談も応じますのでご利用ください。

そのほか、弁護士による30分の無料法律相談も行っておりますので、社協までご連絡ください。

場所 奈井江町文化ホール

【心配ごと相談】

午前10時から正午まで

【弁護士相談】

・中空知法律相談センター
(予約制)

午後1時30分から

午後3時30分まで

・札幌弁護士会

午後1時から

午後3時30分まで

相談員	住 所	電 話	相談員	住 所	電 話
伊藤 義孝	北町1区	65-4077	岡崎 宮子	東町6区	65-5424
川口 進	北町2区	65-2774	沖野 順一	南町1区	65-4754
伊月 光夫	北町4区	65-3537	清野 康弘	南町6区	65-5543
堀 則文	北町5区	65-4362	森本 由利江	南町2区甲	65-5548
中村 尚子	本町3区	65-5174	本濃 幸彦	南町8区	65-3667
川股 増博	本町9区	65-5205	川浪 孝行	南町8区	65-4563
大櫛 哲行	本町6区	66-2231	鈴木 良子	宮村1区	65-2257
上嶋 幸子	本町9区	65-2528	青木 礼子	向ヶ丘	65-3130
小野 フミ	東町1区	65-3215	北山 武史	瑞穂2区	65-3503
坂下 みゆき	東町4区	65-2820	川筋 宏良	茶志内7区	65-2467
傳福 勝雄	東町5区	65-2542	和泉 貴士	高島2区	65-5710

費用は無料です。また相談内容については秘密を厳守いたします。



無料相談カレンダー

場所 文化ホール

	R5年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月
心配ごと相談 午前10時～正午	(終了)	1日	1日	5日	10日	7日	5日	2日
中空知法律相談 センター 【予約制】	18日	15日	15日	19日	17日	21日	19日	16日
札幌弁護士会 午後1時00分～3時30分								(予定) 2日



あなたの思いや願いを 聞かせてください

社会福祉協議会が提供する在宅福祉サービス等の内容に対するご希望やご不満等がありましたら、どうぞ「苦情受付担当者」または「第3者委員」にお気軽にご相談ください。

【受付窓口】

社会福祉協議会事務局(65-6066)

心温まるご厚志に感謝申し上げます。

たくさんの方々より温かい善意が社協に寄せられました。

地域福祉増進のため有効に活用させていただきます。

令和4年6月30日より令和4年12月23日まで（敬称は略させていただきます。）



住 所	氏 名	金 額	内 容
茶 志 内 4 区	笹 木 きみ子	30,000	香典返し（故・笹木実氏）
本 町 5 区	阿 部 則 子	30,000	香典返し（故・阿部正氏）
大 和 1 区	鈴 木 一 史	20,000	香典返し（故・鈴木ヨシ子氏）
北 町 4 区	戸 田 孝	50,000	香典返し（故・戸田ゆみ氏）
高 島 2 区	岩 口 直 樹	50,000	香典返し（故・岩口一氏）
南 町 8 区	石 垣 勝 幸	50,000	香典返し（故・石垣ツヨ子氏）
茶 志 内 4 区	小 林 喜美子	30,000	香典返し（故・小林邦平氏）
大 和 2 区	森 あけみ	100,000	香典返し（故・森繁雄氏）
東 町 6 区	石 垣 弘 子	200,000	香典返し（故・石垣承吉氏）
茶 志 内 7 区	佐 野 京 子	30,000	香典返し（故・佐野富雄氏）
南 町 1 区	首 藤 繁 勝	20,000	香典返し（故・首藤トヨ子氏）
大 和 1 区	林 博 美	30,000	香典返し（故・林幸子氏）

寄付金の税制優遇について

奈井江町社会福祉協議会へご寄付していただいた方は、住民税や所得税の優遇制度を利用できます。

所得税の優遇制度については、従来からの「所得控除」に加えて、「税額控除」のいずれか有利な方を選択することができるようになりました。

「税額控除」は、小口の寄付でも減税効果が大きくなることが特徴です。

社協は、地域の皆さまからのご寄付などにより、地域福祉を進めております。皆さまの温かいご寄付をお待ちしております。

歳末たすけあい募金

昨年12月20日文化ホールにて、奈井江ライオンズクラブ様より歳末たすけあい募金として5万円の贈呈が行われました。

他にも岩見沢ヤクルト販売株式会社様から募金をいただきました。

ご協力ありがとうございました。



奈井江町共同募金委員会より

～赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金～

昨年も赤い羽根共同募金運動が、10月から12月までの3カ月間展開されました。

街頭募金では、役場、民生児童委員協議会、社会福祉協議会などのご協力により、買い物へ来られた皆様へ募金を呼びかけました。

また、行政区や法人、篤志家の皆様などにより多額のご寄付が寄せられました。



(ふじアシルマート奈井江店前)



(エーコープないえ店前)



集まった共同募金は福祉施設の整備や高齢者団体、ボランティア団体及び社会福祉協議会に配分されております。

年2回配布しております「社協だより」も共同募金配分金により作成されております。

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金





チャリティーバザー・演芸大会へのご協力ありがとうございました。

- ★赤十字奉仕団
- ★ウクレレサークル
- ★更生保護女性会
- ★民舞踊 愛麗会
- ★しらゆり会
- ★奈井江歌謡会
- ★奈々窯会
- ★レイ・ナニフラサークル
- ★ないえ福祉会
- ★山本ナツコ社中
- ★江口農園
- ★土梨夢
- ★三原商事

老人クラブや各団体、町民の皆様からたくさんのバザー品をいただきました。ご協力ありがとうございました。

歳末たすけあい募金へのご協力ありがとうございます

12月から1カ月間行われました歳末たすけあい募金運動でも、行政区や篤志家の皆様などのご協力をいただき重ねてお礼申し上げます。

同月4日には文化ホールにて、例年通りの規模とはいきませんでした、「歳末たすけあいチャリティーバザー・演芸大会」を実施しました。

期間中大変厳しい経済情勢にも関わらずご協力いただきましたことを心から感謝申し上げます。

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



歳末たすけあい チャリティーバザー 演芸大会



地域の福祉に役立っています

歳末たすけあい募金は、町内の福祉施設や準要保護世帯等に見舞金などとして活用させていただきました。

今後とも募金運動の推進にあたり、町民の皆様の格段なるご理解、ご協力を賜りますようお願いいたします。



じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



共同募金チャリティーパークゴルフ大会開催!!

毎年スポーツを通じて共同募金活動の普及とご理解をいただくため、共同募金委員会主催の「第24回チャリティーパークゴルフ大会」が、昨年の10月6日に寿公園パークゴルフ場で開催されました。

今回の大会は、男性9名・女性7名の合計16名の参加があり、受付の際には皆さま快く共同募金へご協力していただきました。

◎大会結果（敬称略）

男性の部

- 1位・長内 武美
2位・川口 進
3位・梅原 逞男

女性の部

- 1位・工藤ユキ子
2位・桃澤千鶴枝
3位・大沼 昌子



大会募金額・・・5,250円



大会を全面的にご支援いただきました奈井江町パークゴルフ協会の方々をはじめ、当日参加されました選手の皆さまに厚くお礼を申し上げます。

◎令和4度奈井江町の実績

【赤い羽根共同募金】

区 分	実 績 額 (12月15日現在)	R3年度実績額
行 政 区 募 金	384,800円	395,200円
街 頭 募 金	26,875円	44,104円
法 人・大 口 募 金	531,000円	534,600円
職 域 募 金	24,617円	14,858円
チャリティーパーク ゴルフ大会募金 他	9,489円	44,417円
合 計	976,781円	1,033,179円

【歳末たすけあい募金】

区 分	実 績 額 (12月15日現在)	R3年度実績額
行 政 区 募 金	349,800円	399,400円
個 人・団 体	38,000円	113,835円
チャリティーパーク ゴルフ大会募金 他	79,887円	34,408円
合 計	467,687円	547,643円



コーディネーターは見た！

～サロン訪問記③～

今回ご紹介するのは本町で活動中のサロン『本町ラジオ体操会』です。年々参加者が増えており、昨年の参加者数が「延べ1,263人（47回実施）」と聞いてビックリ！現在は本町だけでなく別の地域からも参加される方がいると聞きます。

大人も子供も夏休みじゃなくても！実施期間中楽しく一緒にラジオ体操しませんか？

『朝日を浴びて、みんなで体操しましょう！』



◇ 本町ラジオ体操会からのお知らせ ◇

令和5年度のラジオ体操は
奈井江町役場駐車場にて
4月11日（火）～9月30日（土）
朝7時より（雨天・悪天候中止）



◆ サロン活動のお知らせ ◆

地域	サ ロ ン 名	開 催 場 所
本町	みんなのラジオ体操会 (夏は元気ラジオ体操)	夏期：役場前・冬期：保健センター2階 夏/火・土曜7:00 冬/本年度は休止
南町	Caféさくら&しゃべり婆 (楽しく美味しい、おしゃべりの場)	桜ヶ丘団地高齢者相談室 木曜10:30～14:00 (日程等問合せください。)
東町	なないろサロン (手芸やレク・軽食など、幅の広い集いの場)	東町生活館 第3土曜10:30～14:00 (短縮で実施中)
南町	サロンみなみ (ふまネット・体操・茶話会等で楽しく健康に！)	南町コミュニティ会館 第2水曜13:30～16:00
北町	いきいきおしゃべりサロン (しらかば運動教室に参加後、楽しく茶話会)	北町コミュニティ会館 第3金曜13:30～12:30頃

令和4年度 小地域ネットワーク 研修会



小地域ネットワーク研修会が昨年11月15日に開催しました。

この度の講演会テーマが『防災』という事で、美唄市社会福祉協議会会長であり北海道の防災アドバイザーの越前谷賢一氏をお迎えし、「防災を通じて地域の見守りを考える～地域コミュニティと防災～」と題して講演していただきました。

参加者は、お話を聞くだけでなく大地震発生後を想定したグループワークを行い、大判の地図にペンやシールを使い避難経路や避難困難者の確認作業、避難の際に持つて出る物をお互いに考えを出し合うなど、各グループでオリジナルの避難見取り図の作成を行いました。



受講された方の中には、「思っていたよりも図や表にして見ることによって、多くの発見と気づきがあった」と話されていた方や、「各家庭で備えるだけでなく、地域で備える大切さを実感したので自身の地域でも活動に繋げたい」と言って帰られた方もいました。



令和4年度 第1回 介護予防サポーター交流会

昨年の6月29日に、介護予防サポーター交流会を開催しました。

1年ぶりの開催となった交流会へ多数の方が参加され、元気にレクリエーションや体操などを楽しまれました。

講話は、夏間近という事もあり「脱水症」をテーマとして行われ、高齢者が陥りやすい脱水症や危険性や日常的に水分補給をする大切さを、参加者全員で実感されていました。

レクリエーションは、チームに分かれ『イライラ風船シュート』という単純ですがとても白熱する楽しいゲームが行われ、最後まで笑顔の溢れる交流会となりました。



そこで・・・

夏だけじゃない!冬の脱水の恐怖

冬の脱水症講座



冬場は湿度が低く、空気が乾燥する季節です。その上、室内では暖房器具を使用するため、さらに乾燥が進み、汗をかかなくても自然に体から水分が失われやすい状態にあります。

特に高齢の方やコロナ禍で外出を控えている方は室内で過ごされる時間が比較的多い傾向にあるため、注意が必要です。

他にも幾つかの冬の脱水注意点をご紹介します。



冬の脱水予防おすすめの飲み物

- ・常温に近いノンアルコール、ノンカフェインの飲み物
- ・30～40 前後の白湯
- ・スポーツドリンク
- ・あたたかいお茶やスープ、味噌汁、梅昆布茶、野菜ジュース、ゼリー・他

冬の脱水注意点

加齢に伴い、身体に蓄えられる水分量が低下しているかもしれません。
こまめな水分補給が効果的です!

冬は冷えと相まって「トイレが近くなるから...」と言って水分を敬遠しがちに。

カラダ水分の循環は大事です。
水分をとって老廃物を出しましょう。

「こたつ」や「お布団の中」はとても暖かくて良いのですがカラダの水分が蒸発しやすい環境です
就寝前や起床時に水分補給が必要です。

この時期、脱水状態で除雪作業を行うと脳梗塞や心筋梗塞の危険性が高まります。

作業前後にしっかり水分補給しましょう。暖かい飲み物が効果的!

脱水が原因で子供も大人も便秘の恐れあり。『冬の脱水』が引き金になっている可能性もあります。

1日の水分摂取量を気をつけましょう。
(必要水分量目安/3食+約1500mlといわれています。)



令和4年度 地域のつながり支え合い 講演会・ミニ交流会

「地域のつながり支え合い講演会」を昨年10月20日に開催しました。

講演会は、砂川市立病院認知症疾患医療センター副センター長の大辻誠司氏を講師にお招きし「地域で支える認知症」をテーマに講演していただきました。

はじめに、人口減少や孤独死、交通事故など高齢者に関する生活実態・認知症の理解についてお話しいただきました。

後半では、前半の話を基に「認知症は本人やご家族だけが負担を負うのではなく、地域の医療や社会資源そして地域住民等で支える病気」とご講演いただきました。

講演会終了後は、講師の大辻誠司氏にも参加いただき、ミニ交流会として簡単な脳トレゲームと奈井江町社会福祉協議会オリジナルの体操を参加者全員で行いました。

赤十字安全法講習会開催

～災害時高齢者生活支援講習会～

昨年10月26日に文化ホールにて、旭川赤十字病院健康生活支援講習指導員の阿部昌江氏と住吉恵美子氏をお迎えして、『災害時高齢者生活講習』が開催されました。

赤十字奉仕団より19名が参加され災害についての講義、風呂敷や毛布を使い災害時に役立つ技術の実技などを、ご指導いただきました。



介護予防サポーターに13名の 新しい仲間が来ました。

介護予防サポーター養成講座 2期生が受講修了

令和4年9月30日から11月9日の期間で「介護予防サポーター養成講座」が全4回で行われ、新たに2期生として13名の方が介護予防サポーターの仲間に加わりました。今後、交流会などの活動が楽しみです。



講習以外にも、レクリエーションに体操、南町の「サロンみなみ」や「講演会」に参加するなど、充実した養成講座となりました。



ちょこっとボランティア

～ 支えあいの心、大切に ～



対象は、
65 歳以上の方で、
一人暮らしや日中
独居・高齢者のみ
の世帯です。

困ったなあ、自分ではできないし一般業者やシルバーを依頼するまでもないかあ…、
知人には気を使うし…。そんな時に！『ちょこっとボランティア』はどうでしょうか？

奈井江町社会福祉協議会では、ちょっとした困りごとのある高齢者世帯に対し、
『ちょこっとボランティア』を派遣する事でみなさまの生活を（ちょこっと）支援させ
ていただく事業を行っています。

利用時間

基本時間 30分
※最大1時間まで

利用料金

30分以内 ⇒ 300円
1時間以内 ⇒ 500円

サービス内容

- ・軽作業 ～ ごみの分別、荷物の移動、茶の間の電球交換他
- ・家事援助 ～ 食器洗い、掃除、洗濯ものの干し他
- ・傾聴 ～ ちょっとしたお話し相手他

※ボランティアさんが作業するには危険と思われる作業や、簡単な作業でも、ご依頼の時間帯に対応できるボランティアさんがいない場合は、お断りさせていただきます。



一緒に『シルバーセンター』で 活動しませんか？！

あなたも会員に
なりませんか？

年会費
1,000円

知識・経験・技能 を活かす

- ◆作業単価（報酬）/1時間あたり
 - ・草取り～ 900円 ・除雪～ 1,200円 など
 - ・草刈り～ 1,000円
- ◆機械の貸出、燃料の支給もあります。
- ◆作業中の事故には、保険が適用されます。
- ◆交通費；1作業場/300円



詳しくは、事務局よりご説明させていただきます。ご連絡ください！



奈井江町シルバーセンター

奈井江町本町2区（文化ホール内）

☎0125-65-6066

『在宅高齢者給食サービス』 ご存じですか？

奈井江町に居住する独居高齢者（概ね65歳以上）や
高齢者世帯の方が日常の生活に著しく困難をきたしている
場合、給食サービスを受けることができます。



毎週2回（火曜日・金曜日の夕食）

※12月31日～1月5日を除く

負担金 1食300円

