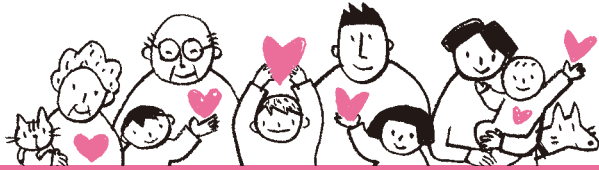


# 社協情報 ふくしのはあと



No. 95

## 主な内容

- ボランティアセンター登録団体紹介  
「南部町食生活改善推進委員会」
- お達者サロン
- 社会福祉協議会会費のご報告
- 善意の泉
- インフォ社協

2021年(令和3年) 12・1月号  
2022年(令和4年)

## 福祉の心を育む事業 ～ 南部中学校 高齢者疑似体験 ～



赤い羽根共同募金の配分金を活用している事業として、「思いやり」や「ともに助け合う心」を育むことを目的として、町内の小中学校、高等学校で福祉体験学習を実施しています。

南部中学校の3年生は毎年高齢者施設への訪問の事前授業として「高齢者疑似体験」を実施しています。今年は、高齢者施設への訪問は叶いませんでしたが、体験を通して「装具を付けていると見えづらかったり、手の感覚がわかりづらい」「声かけの仕方や工夫した方が良い点があったので、高齢者の方にもっと気遣いをしたいと思った」などの感想が聞かれました。

社協情報誌「ふくしのはあと」は、赤い羽根共同募金の配分金により発行しています。

社会福祉法人 南部町社会福祉協議会

# ボランティアセンター登録団体紹介

ボランティアセンターには、現在9団体が登録しています。今回は「南部町食生活改善推進委員会」の活動をご紹介します。

## 主な活動内容

- 設立 平成18年
- 会員 80名（令和3年度）
- 主な活動
  - ・ 町の事業やイベントでの食育・食生活改善活動
  - ・ 調理実習、試食の提供、講話等による普及活動
  - （例）小学校での食育教室  
男のための料理教室  
乳幼児健康相談 など

## 南部町食生活改善推進委員会



### 質問

団体の成り立ちとメンバーについて教えてください。

### 回答

平成18年の町村合併に伴い、旧3町村でそれぞれ組織されていた食生活改善推進委員会が合併し、「南部町食生活改善推進委員会」として設立されました。

町で開催する「食生活改善推進員養成講座」を受講し修了することで会員になります。

令和3年度の会員は80名。会員数は年々減少傾向にあるため、一緒に活動できるメンバーを募集しています。自分や家族の健康のために、お友達に誘われて、仲間づくりに、ボランティア活動に興味があってなど、きっかけはそれぞれです。



小学校での食育教室② お米のとき方の体験

### 質問

活動内容について教えてください。

### 回答

活動は不定期ですが、乳幼児から高齢者まで町の事業やイベントにおいて食育や食生活改善に関わる活動をしています。減塩や食事バランスについて調理実習や試食の提供、講話を通して普及活動を行っています。

会員向けの合同学習会を開催し、会員間で情報交換や学習する機会を設け、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに地域の皆さまの健康づくりのお手伝いができるよう、親しみやすさや手軽さを取り入れて楽しく活動できるよう工夫しています。

「食生活改善推進委員会」と聞くと、難しそうなイメージを持つ方が多いようですが、会員同士で協力しあい、できる時にできる人が、無理なく活動しています。



小学校での食育教室① 野菜の切り方の学習

質問

活動の中でのやりがいや、大変だったことがあれば教えてください。

回答

令和2年度からは、新型コロナウイルス感染症予防のため、調理実習や会食・試食を伴う活動は中止・縮小することが多くありました。事業やイベントの中止により、会員同士や町民の方と集まる機会が少なくなり、寂しさや、何かできることはないかと悩む時間があり、大変な時期が過ぎました。

今年度は、開催時間を短縮し、資料やサンプルの配布という形で活動を少しずつ再開しました。食生活改善のための普及活動の場ではありますが、住民の方とのふれあいの場になり、会員も元気をもらいながら活動しています。



高齢者を対象とした講話の様子「低栄養予防のための食事について」

質問

今後の活動について教えてください。

回答

養成講座は2年に1回開催しています。次の開催は令和5年度を予定しています。開催については、町内回覧等でお知らせします。町内在住で、健康づくりやボランティア活動に興味がある方であればどなたでも受講することができますので、ぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症の感染状況等によりませんが、コロナ禍前のように、調理実習や健康教室を通して住民の方と一緒に、料理をする楽しみや食べる楽しみを共有しながら、健康づくりのための活動をしていきたいです。

また、会員の方たちにも元気に活動していけるよう楽しく協力して活動を続けていきたいと思います。



4歳児健康相談で減塩の普及啓発



男性のための料理教室にて調理

【連絡先】

事務局 南部町健康子ども課  
TEL 0178-60-7100

## お達者サロン 健康教室（12月16日）

講師：南部町社会福祉協議会介護福祉士／遠藤和博 南部町社会福祉協議会介護福祉士／四戸 卓

午前中には雪が舞いましたが、サロン開始の時間には無事に晴れてくれ、歩いておらんど館まで来た方もおられました。

まずは、軽体操で体を温めてから、スタートです。雪で道路が滑りやすくなっているこの時期、外に出る機会が減るということで、今回は家でもできる軽体操を教えてくださいました。足の筋力を鍛える運動や、手指を動かしながら頭も動かす運動、そして舌を動かしてお口の健康を保つ運動など、日々の生活に取り入れられる運動を実践しました。

後半は、頭の体操を兼ねた「ビンゴゲーム」。お題「冬の食べ物」から連想するものをそれぞれビンゴの枠に書き入れ、お互いに発表していきます。

お題から食べ物を連想するとき、頭をフル回転させること、さらにゲームをしながら楽しく笑いあうことで、脳が活性化されました。

「帰り道も気を付けて」とお互いに気を配り合いながら帰路についた参加者のみなさんでした。



手指を動かしながら頭の体操

### 実施日

令和3年12月16日（木） 13：30～15：00

### 会場

おらんど館（南部町剣吉字中町10-8）

## 次回お達者サロン 参加者募集

～お達者サロンに参加して健康寿命を延ばしませんか～

次回の「お達者サロン」は2月に開催予定です。  
事前申込みが必要となりますので、お電話でお申込みください。

日 時 令和4年2月25日（金）

午後1時30分～3時

会 場 旧ドライフラワーセンター

（南部町下名久井字剣吉前川原1-19）

参加費 無 料

定 員 10名（先着順）

申込締切 2月18日（金）

内 容 ①作品づくり「毛糸を巻くだけ【手まりづくり】」

②軽体操「実践！介護予防に最適な軽体操！」



次回の作品（みほん）

●申込先●

デイサービスセンターあじさい

電話 0178-60-5500

（担当 坂本・久保田）

※お達者サロン推進事業は、赤い羽根共同募金配分金を活用しております。

# 令和3年度南部町社会福祉協議会会費のご報告

会費納入にご協力くださいますと、誠にありがとうございました。

町内会関係者の皆様におかれましては、納入手続きにご協力くださいましたこと、心より感謝申し上げます。納入いただきました会費は、町内の高齢者福祉、障がい者福祉、児童福祉など、地域福祉事業のために活用させていただきます。

## 令和3年度 南部町社会福祉協議会会費納入集計表

令和3年12月2日現在

名川地区						南部地区						福地地区					
行政区	住民	賛助	その他	会員数	納入金額	行政区	住民	賛助	その他	会員数	納入金額	行政区	住民	賛助	その他	会員数	納入金額
上川原	48		1	49	53,000	二又	21			21	21,000	苫米地上	40			40	40,000
高瀬	86	1		87	88,000	古町	35	1		36	37,000	苫米地中	43			43	43,000
上名久井上町	89	1		90	91,000	馬場	17			17	17,000	苫米地後	61			61	61,000
上名久井下町	139	2		141	143,000	正寿寺	33	1	1	35	40,000	苫米地下	66	1		67	68,000
平	161			161	161,000	小向	24			24	24,000	苫米地駅前	8			8	8,000
広場	67		2	69	77,000	5区	48			48	48,000	片岸	61	1		62	63,000
赤沼団地	2			2	2,000	6区	80		1	81	85,000	高橋	77	1		78	79,000
五日市	132			132	132,000	7区	79			79	79,000	小泉	49			49	49,000
下名久井	140	1		141	142,000	8区	65			65	65,000	麦沢	46	1		47	48,000
助川	16			16	16,000	9区	8			8	8,000	福田	156	1		157	158,000
横沢	17			17	17,000	10区	35			35	35,000	あかね1区	181	5		186	191,000
野場	25			25	25,000	11区	35	1		36	37,000	あかね2区	156			156	156,000
法光寺	23			23	23,000	小波田第1	77			77	77,000	中央地区	56	1	9	66	62,500
鳥舌内	80			80	80,000	小波田第2	67			67	67,000	塚渡	67			67	67,000
沢田	20			20	20,000	門前	156	6		162	168,000	杉沢	87			87	87,000
鳥谷	114			114	114,000	沖田面	139			139	139,000	あけぼの	132			132	132,000
虎渡	74			74	74,000	赤石	68			68	68,000	桜木	30			30	30,000
上中町	137			137	137,000	玉掛	48	1		49	50,000	法師岡	57	1	2	60	60,000
荒町	88			88	88,000	諏訪ノ平	82	4	1	87	90,500	東あかね	144	1	1	146	146,100
桜町	57	1		58	59,000	相内	152			152	152,000	板橋	65			65	65,000
桜本町	107			107	107,000												
新開地	38	1		39	40,000												
上斗賀	95	1		96	97,000												
下斗賀	130		1	131	130,500												
森越	107			107	107,000												
森林・向山	59		1	60	59,500												
計	2,051	7	6	2,064	2,083,000	計	1,269	14	3	1,286	1,307,500	計	1,582	13	12	1,607	1,613,600
												合計	4,902	34	21	4,957	5,004,100
												特別会費					375,000
												合計					5,379,100

## 令和3年度 南部町社会福祉協議会特別会員（順不同・敬称略）

- |  |  |   |
|--|--|---|
| (株) 松本工務店<br>青森県信用組合名川支店<br>(株) 青森銀行剣吉支店<br>南部町商工会<br>(社福) 清慈会 指定障害者支援施設 清岳園<br>(社福) ファミリー 特別養護老人ホーム ハビネスながわ<br>(社福) 恵生会 特別養護老人ホーム 三戸老人ホーム<br>三戸マツダ自動車 株式会社<br>社会医療法人 博進会 南部病院<br>医療法人 湘洋会 ナンブクリニック<br>株式会社 三戸日産<br>株式会社 二本木油店ラバス南部ステーション<br>若野ホンダ販売 株式会社<br>(有) 山金<br>三信包装 株式会社 福地工場<br>(社福) 水鏡会 介護老人保健施設 孔明荘<br>(有) 桜沢モーター商会<br>株式会社 村井農事商会<br>(有) タカハシデザイン<br>有限会社 掛端呉服店<br>岩間仕出し店<br>倉石ハーネス(株) 名川事業所「グループホームながわ荘」<br>医療法人 はらだクリニック | (有) 幾久屋建材<br>共同清掃 株式会社<br>川守田外科胃腸科<br>デイサービス 福田湯っこ<br>松尾商店(酒)<br>かわむら内科クリニック<br>社会福祉法人 福生会<br>(有) サンライズ「グループホームふくち」<br>(有) 芙蓉商事<br>(有) 浅坂モーターズ<br>(有) 赤ずきん「グループホーム赤ずきん」<br>(株) 東自動車商会<br>(有) 三戸清掃社<br>株式会社 ヤマイシ<br>有限会社 サン・ケア南部薬局<br>(有) 八戸三京<br>八戸事務機販売 株式会社<br>青森県火災共済協同組合 八戸事務所<br>株式会社 トヨタレンタリース青森<br>ジェー・シー・アイ 八戸支店<br>(株) サトー防災<br>特定非営利活動法人 アシスト<br>株式会社 金入 | 有限会社 東興技術メンテナンス<br>(株) サンアメニティ<br>アメニティ・ライフ<br>青森コロニー印刷<br>太平ビルサービス 株式会社<br>三晃システム 株式会社<br>(株) 中野グループダスキン八戸<br>丸石運輸(有)<br>助川商店<br>工甚印刷<br>南部町民生委員児童委員協議会<br>南部町老人クラブ連合会<br>南部町身体障害者福祉会<br>南部町遺族会<br>工藤 幸子<br>坂本 瑞男<br>有谷 隆<br>新井山 美智子<br>坂本 勝二<br>山本 郁子<br>中野 昌宏<br>立花 才<br>三上 裕子 |
|--|--|---|



## 寄付金

- 青森県市町村職員年金者連盟 三八支部 様  
5,000円
- 手づくり趣味の会やすらぎ 様 50,000円
- 匿名希望 様 100,000円
- 立正佼成会八戸教会 三戸支部 様 10,000円
- 南部地区婦人会 21,272円
- 有限会社大坊建設 大友会 様 50,000円



手づくり趣味の会やすらぎ 様

## 物品

- 匿名希望 様  
紙おむつ 2袋  
紙パンツ 1袋  
尿取りパッド 2袋
- イナムラ歯科医院 様 義歯洗浄剤 70個
- 手づくり趣味の会 やすらぎ 様  
手作りエコバッグ 30個
- 株式会社トヨタレンタリース青森 様  
(青森県善意銀行経由) 車いす 3台
- 高橋 トシ 様 女性用ズボン 2着  
セーター 1着  
ベスト 1着
- 立正佼成会八戸教会 三戸支部 様  
お米 30kg (3kg×10袋)
- 三戸ライオンズクラブ 様 緊急食糧一式



手作りエコバッグ



南部地区婦人会 様



有限会社大坊建設 大友会 様

### 有限会社大坊建設 大友会 様 からのメッセージ

大友会は、三八管内の建築全般に関わる業務を主とした会員により構成された会です。クレーム産業といわれる建築業界を自分たちで変えようという志のもと、2003年に発足いたしました。

会の活動はお客様向けの活動が中心でしたが、コロナ禍で中止となり、出来る事はないかと考えたとき、高齢者の生活困窮者がすくなくらいというニュースを知りました。気持ちばかりの寄付ですが、有効に使っていただければ幸いです。



イナムラ歯科医院 様



株式会社トヨタレンタリース青森 様



立正佼成会八戸教会 三戸支部様



三戸ライオンズクラブ 様

## プルタブ

- サポートセンターあさひ 様 10.21kg
- 新開地町内会 様 28kg
- (株) 夏堀組 様 2.5kg
- 南部町立杉沢小学校 様 45kg
- 福地婦人会 様 4.7kg
- 風間 正勝 様 3.0kg
- ゆとりあ (回収ボックス) 24.4kg



南部町立杉沢小学校 様



## ご寄付エピソード

こちらは、ゆとりあの回収ボックスに入っていたプルタブ。心のコもったメッセージがあり、気持ちがほっこりしました。  
町内の皆様に無料で利用いただける車いすを購入するため、活用させていただきます。  
匿名希望様、ありがとうございました。

皆様からのご寄付は、地域福祉事業のために大切に活用させていただきます。  
(介護保険事業には充当しておりません。)

# クリスマスプレゼントボランティア



名川地区



名川地区



福地区



南部地区

12月のクリスマスの時期に合わせて、民生委員児童委員のみなさんが80歳以上のお一人暮らしの方にクリスマスカードを届けました。赤十字奉仕団の活動の一環として毎年行われており、町内の小中学生が書いてくれたクリスマスカードは、高齢者の皆さんにとっても喜ばれています。



小中学生から贈られたクリスマスカード

## インフォ社協

information

### 無料法律相談のお知らせ

南部町民を対象とした弁護士による無料法律相談を下記のとおり開催します。土地、借金、財産相続等の法律問題を専門家に相談できるこの機会をぜひご活用ください。

**日時** 2月15日(火) 13時30分～

**場所** 南部町健康センター

(南部町大字下名久井字白山91-1)

1人あたり30分程度の相談となります。  
事前予約が必要となりますので、お気軽にご連絡ください。



【申込先】 社会福祉法人 南部町社会福祉協議会

電話 0178-76-2662