広川町 社協だより

ふれあいネットワーク

2021 12月 No.103

JAふくおか八女 農産物直売所
『よらん野』様からお野菜の寄付

JA ふくおか八女農産物直売所『よらん野』様から、筑後市・八女市・広川町の社会福祉協議会に定期的にお野菜をご寄付いただく事業がスタートいたしました。

この事業は、直売所『よらん野』様の「まだ食べられる野菜を廃棄するのはもったいない。どうにか地域の福祉のために活用できないだろうか。」という思いから、社会福祉協議会への寄付事業としてご提案があり実現した取り組みです。

ご寄付いただいた野菜は、子ども食堂の運営支援やひとり親家庭の支援、生活困窮者支援など、社会福祉協議会の地域福祉事業に広く活用をさせていただきます。

◆◆ 目 次 ◆◆

P. 2　合同金婚式
　　福岡県社会福祉功労者表彰式

P. 3　赤い羽根共同募金運動

P. 4　地域支え合いだより
　　いきがいと健康づくり講座

P. 5　福祉教育「ともに生きる力を育む」
　　毎日ちょいトレ！自宅でできる介護予防

P. 6　デイサービスだより
　　管理栄養士おすすめ！今日のひとさら

P. 7　家族介護教室のご案内

P. 8　香典返し寄付へのお礼
　　心配ごと相談日のお知らせ
　　「はなやぎの里」施設利用のご案内

社会福祉法人 広川町社会福祉協議会
〒834-0115 福岡県八女郡広川町大字新代2165-1 TEL 0943-32-3768 FAX 0943-32-5530

※携帯のカメラで読み取ってください
広川町社協ホームページ
URL→https://hirokawashakyou.jp QRコード

合同金婚式を開催しました

結婚 50 周年 !! 44 組のご夫婦をお祝い

「広川町合同金婚式」を、11 月 12 日（金）料亭扇屋において開催いたしました。今年度は、44 組のご夫婦が出席され、結婚から 50 年の節目をお祝いいたしました。

今回は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、祝宴を中止し、記念写真撮影・記念品の贈呈等、式典のみ執り行いました。

出席者を代表され、御手洗信行・美代子ご夫妻様が、「結婚して 50 年喜怒哀楽はありましたが、金婚式を迎えたのは夫婦の絆があったからこそと感じています。『お前百まで、わしゃ九十九まで、ともに白髪の生えるまで』という言葉がありますが、これからもお互い支えあい、末永く人生を歩んでいきます。」と、謝辞を述べられると、会場からは大きな拍手が贈られました。

ご夫婦そろって、金婚式を迎えられました皆さまに、心からお祝い申し上げます。

令和３年度 福岡県社会福祉功労者表彰式

10 月 26 日（火）、福岡市福岡国際会議場におきまして、『令和 3 年度福岡県社会福祉功労者表彰式』が開催されました。福岡県における、社会福祉の増進に、多年にわたり貢献された方々にたいし、感謝の意を表すことを目的として開催されています。

本年度は「ボランティア等功労者」の部門で、6 行政区のサロンの皆さまへ、県知事表彰・感謝状を授与されました。

また、共同募金運動推進への功績を称え、広川町支会が「福岡県共同募金会優秀地区会長表彰」を受けました。心からお慶びと感謝申し上げます。

【ボランティア等功労者 県知事表彰】

- ●智徳区　智徳サロン「あそびにいこい」（憩）
- ●馬場区　「馬場お楽しみサロン」
- ●北新代区　「北新代区ふれあいサロン」
- ●長徳区　「長徳区ふれあい会」

【ボランティア等功労者 県知事感謝】

- ●清楽茶屋区「清茶ふれあいサロン」
- ●太田区　「太田区いきいきサロン」

【福岡県共同募金会 優秀地区 会長表彰】

- ●福岡県共同募金会広川町支会

やさしい思いやりのきもちを集める活動
赤い羽根共同募金運動 にご協力をお願いいたします

今年も10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動が展開されています。

この赤い羽根共同募金は、「じぶんの町をよくするしくみ」として、自分たちが住む町の福祉活動に役立てられるほか、県内の社会福祉の推進や近年頻発する自然災害での復興支援等にも役立てられています。

令和3年度は、「あつまれば 大きなちから 赤い羽根…」をキャッチフレーズに、募金活動に取り組んでまいりますので、引き続き、皆さまからのあたたかいご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

昨年皆さまからお寄せいただきました5,113,508円の募金は、今年度このような活動に活用させていただきます。

高齢者の福祉活動に

1,380,000円

ふれあいいきいきサロン支援事業
ひとり暮し高齢者のつどい事業
合同金婚式事業
老人クラブ活動推進費

児童・青少年の福祉活動に

420,000円

青少年健全育成事業
児童青少年福祉活動推進事業
母子寡婦福祉会活動推進費

県内の福祉施設や団体の活動に

408,483円

共同募金活動の推進に

314,520円

障害児・者の福祉活動に

310,000円

身体障害者活動推進費
聴覚障害者支援事業
心身障害児者父母の会活動推進費

地域福祉・ボランティアの活動に

2,127,100円

福祉情報発信事業
ボランティア活動センター事業
ボランティア活動事業
福祉団体車代助成事業
愛のネットワーク事業
民児協活動推進費

自然災害が発生した場合の災害等準備金に

153,405円

※今年度から“赤い羽根”の世帯配布を控えさせていただいております。
必要な方は、福岡県共同募金会広川町支会（☎0943-32-3768）までお問合わせください。

地域支え合いだより

いきがいと健康づくり講座を開催しました！

テーマ「おうち時間を楽しく過ごそう」

講座①【10月6日 会場・オンライン同時開催】

「物の捨て方活かし方 人を家に呼びたくなる片付け講座」

講師：暮らし美人化計画ハウスキーピングSan
代表　里館友子　氏

参加者からの「写真は思いでが詰まっているから捨てられない…」「親から譲り受けた着物をどうしたらいいかわからない…」との質問に、「写真は、自分の子ども時代から10枚、自分の家族の時代で10枚等、ルールを決めて整理していくと、ベストアルバムが出来上がります。」「着物等、家に眠っている宝物を、回していくという視点も大切です。捨てること＝片付けではなく、誰かに譲る、リサイクルに出す等も選択肢にいれておきましょう。」と、具体例をあげながら、わかりやすく答えていただきました。

「今日からできる！片付けのヒント」をご紹介

①捨てることより、まず物を増やさない工夫
（お箸や紙袋等、不要な物は受け取らない）
②物を楽しく活かす視点
（着物を解いてテーブルクロスやタペストリーとして活用する等）
③使い切るアイデア
（食品は購入日を記入して保存する、自分が使い切れる量を買う時から意識する等）

参加者からの声

▶お弁当に付いてきた割り箸を、カトラリーケースに入れて食卓に置いたり、着られなくなったTシャツを切って掃除の時に使ったりしています。今ある物を、捨てずに上手く活用していきたいと思いました。
▶早速、戸棚の引き出しの整理から始めました。講話の内容が身につまされることばかりで、とても参考になり、これからの生き方が前向きになりました。

講座②【10月20日 会場開催】

「睡眠の質を高める リラックスヨガとアロマ講座」

講師：ototsumugi株式会社
代表　倉地摩紀子　氏

睡眠は、脳の疲労を回復するために必要不可欠なものであり、そのカギを握るのが「自律神経」です。自律神経は、過剰なストレスがかかることで、バランスをとることが困難になってしまします。
ストレスは人それぞれ感じ方が違い、現代社会において、ストレスを感じない様にすることは、とても難しいことです。大切なことは、「発散する術」を身に着けておくことだと考えます。アロマテラピーは、嗅覚を通じて脳の視床下部に働きかけ、香ることで「落ち込み」や「不安」等をコントロールする力があると言われています。

心地よい睡眠に導くリラックス作用のある香り

・ラベンダー…自律神経を整える
・オレンジ…心身をリラックスさせ循環を促す
・ローズ…高いリラックス効果と安眠の効能
・ヒノキ…入眠時間が短くなり、睡眠時間も長く

日常の中に、心身ともにリラックスできる時間をつくっていくことは、ストレスを貯めない＝質のよい睡眠へとつながっていきます。

今回の講座が、参加された皆さまにとって、快適な暮らしづくりにつながっていければと思っております。

ともに生きる力を育む～小学校で福祉教育を実施～

上広川小学校4年生　アイマスク体験･車いす体験（11月9日実施）

児童の皆様から感想文を寄せていただきましたので、ご紹介させていただきます！

【アイマスク体験】
・何も見えずに、ふだん書き慣れている名前もまっすぐに書くことが難しかった。
・暗くてちょっとだけ怖かったけど、友達が声をかけてくれたり教えてくれたりして安心した。

【車いす体験】
・体験を通して、車いす操作の難しさがわかりました。習ったことを思い出して大切に使いたいと思います。
・友達に車いすを押してもらったら、思うように進むことができました。
・みんなが楽しくくらすためには、色々な工夫があるといいんだなと思いました。

体験を通して、様々な人の暮らしを想像し、それぞれの目線で障がいや福祉について考えを深めるきっかけになればと思います。個々の多様性を認め合いながら、“みんなとともに、それぞれが自分らしく生きること”が尊重される地域づくりをめざして、今後も福祉教育に取り組んでまいりたいと思います。

毎日ちょいトレ！自宅でできる介護予防体操

股関節の外側を鍛える運動

①椅子の後ろに立ちます。
②背もたれ（中央部分）をつかみ、つま先は正面を向けます。上体をまっすぐに保ちます。
③足を真横にあげます。左右 10 回ずつ行います。

【ポイント】
・つま先が外を向かないようにしましょう。
・体が横に傾かないようにしましょう。

【効果】
歩行時のバランスや、立位保持に重要である筋肉「中殿筋」が鍛えられます。
支えている側の中殿筋が収縮することで、骨盤を水平に保つことができ、歩行や立ち上がりが安定します。

自宅で楽しく介護予防ができる「広川まち子ちゃん元気アップ体操」の DVD も貸し出し可能です！お気軽にご相談下さい。

デイサービスだより

敬老会を開催しました！

利用者様への日頃の感謝を込めて、敬老会を開催いたしました。

職員による演芸披露では、仮装した職員の顔を、嬉しそうに覗き込まれる姿がとても印象的でした。また、お謡い披露の場面では、皆さま真剣な表情で謡われました。

限られた時間ではありましたが、楽しいひとときを過ごすことができました。

皆さまのますますのご健勝を職員一同、心からお祈り申し上げます。

▲デイサービス職員による演芸

体験利用・見学
随時受付ております！
お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】
通所介護事業所
☎ 0943-32-7072

管理栄養士おすすめレシピ

今日のひとさら

寒い冬の季節には、体を温めたり、抵抗力を高める食事を心がけましょう。

寒い時期は、体を温めようとエネルギーを消費しやすくなります。毎日きちんと食事をとることが、健康的に過ごすポイントです!!

クラムチャウダー

［材料・４人分］（１人分158kcal,食塩相当量1.2ｇ）

- あさりむき身 …… 80 ｇ
- ベーコン …… 20g（1 枚）
- じゃが芋 …… 130g（中 1 個）
- 人参 …… 40g（3cm）
- 玉葱 …… 90g（中 1/2 個）
- パセリ …… 適量
- バター …… 大さじ 1 と 1/2
- 薄力粉 …… 大さじ 2
- 牛乳 …… 200 ｃｃ
- A
  - 湯 …… 250 ｃｃ
  - コンソメ …… 1 個
- 塩 …… ひとつまみ
- こしょう …… 適量

［作り方］

①玉葱･人参はせん切り､じゃが芋はいちょう切りにする。
②鍋にバターを焦がさないように溶かし、玉葱･人参･ベーコンを炒める。
③②に薄力粉を加えて炒め、コンソメスープ（A）をダマにならないよう、少しずつ加えて煮る。
④じゃが芋・牛乳を加え、具材に火が通ったら、最後にあさりを加えて煮る。
⑤ 塩・こしょうを加えて味を整え、刻みパセリを盛り付ける。

令和３年度広川町家族介護教室

～元気に介護を続けるために～

知っ得！！みんなのくらし講座を開催します

【講座内容】 第１回　令和３年１２月８日（水）１３：３０～１５：００

知って得する！！家族介護編『食欲低下時の対応のコツ』

第２回　令和３年１２月２４日（金）１３：３０～１５：００

知って得する！！介護予防編『タオル体操・ボディパーカッション』

※タオルの持参をお願いします

【講　　師】 九州大谷短期大学

【会　　場】 広川町保健・福祉センターはなやぎの里　３階　多目的ホール

【参 加 費】 無　料

【申し込み】 ①電話による申込み　TEL　0943-32-3768（広川町社会福祉協議会）

②Ｇｏｏｇｌｅフォームによる申込み

スマホ・タブレット端末等でＱＲコードを読み取りお申込みください。

※単日でのご参加、当日参加も可能です。

求人情報

介護予防教室（いきいき元気教室）スタッフ募集！！

【勤務地】 広川町保健・福祉センターはなやぎの里

【給　与】 日給 7,400 円

【時　間】 8：30 ～ 17：15（実働 7 時間 45 分）

【休　日】 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

【待　遇】 各種保険完備

【資　格】 普通自動車運転免許（ＡＴ限定可）

【期　間】 令和４年１月から３月末まで　※原則、年度更新採用あり

【応　募】 まずはお気軽にお電話ください。（受付／平日 8：30 ～ 17：15）

【問合せ】 社会福祉法人　広川町社会福祉協議会
TEL　0943-32-3768（採用担当まで）

寄付へのお礼

令和3年8月～10月受付分

社会福祉協議会へのご寄付をいただきました。ご厚意に深く感謝申し上げます。

〈香典返し寄付〉

ご芳名をご紹介させていただき、故人のご冥福を心からお祈りいたします。

行政区	親族	故人
鬼ノ渕	原野　敏弘様	ヒロミ様
古賀	國武のぶ子様	喜次郎様
久泉	馬場　健作様	紀子様
智徳	山下喜次郎様	芳香様
長延下	中川原勝代様	昌様
太原	田橋　和彦様	丸山クミヱ様
吉常	重松　正臣様	サキノ様
一條	渡邉　栄子様	正夫様
一條	中嶋久美子様	弘子様
太原	丸山　和幸様	十時キリエ様
吉常	萩尾　幸宏様	シゲノ様
内田	林田　正男様	坂田フヨ子様
吉常	親族一同様	中村　敏子様

心配ごと相談日のお知らせ

地域の皆さまの暮らしの困りごとや、日常生活の様々な悩みごとについて、相談員が丁寧に相談に応じます。

相談日

令和３年 12月　８日（水）・12月22日（水）
令和４年　１月　５日（水）・　１月19日（水）
　　２月　２日（水）・　２月16日（水）
　　３月　２日（水）・　３月16日（水）
　　３月30日（水）

時　間　９時00分～15時00分
場　所　広川町保健・福祉センターはなやぎの里２階相談室
利用料　無料

・急を要される場合や、受付時間外のご相談は、下記事務局までご連絡ください。
・プライバシーに配慮し、相談内容の秘密は守ります。
・お電話での相談も可能です。

【問合わせ先】
広川町社会福祉協議会 総務係
☎0943-32-3768
※土曜日、日曜日、祝日、年末年始除く

「はなやぎの里」の施設使用料

★入館料金（開館時間は9時00分～17時00分です）

町内の方	100円	町外の方	200円

※就学前のお子さまについては入館無料です。

はなやぎの里では、ご入浴のほか、マッサージチェア、休憩室もご利用いただけます。
※休憩室の利用時間は９時00分～16時00分です。
※入浴時間は10時00分～16時00分です。

★各部屋料金表

はなやぎの里では以下のお部屋をご利用いただけます。予約状況はお電話でご確認いただけます。

施設区分	施設使用料（1時間）		冷暖房使用料（1時間）
	町内者	町外者	
多目的ホール	1,200円	2,400円	1,000円
調理実習室※	700円	1,400円	600円
会議室（和室）	300円	600円	200円
会議室（洋室）	300円	600円	200円

※利用時間は9時00分～22時00分です。
（調理実習室の利用時間は9時00分～17時00分です。）

【問合わせ先】
広川町社会福祉協議会
☎0943-32-3768

印刷所　株式会社　佐賀印刷社