



# 社協だより

令和4年10月15日 (第144号)

発行者  
 社会福祉法人  
 高山村社会福祉協議会  
 TEL 242-1220  
 FAX 242-1222  
 印刷所  
 (株) オフセット

## 社協の福祉車両を更新しました



福祉車両安全祈願式



福祉車両の内装



更新した福祉車両

8月30日(火)、午後1時30分  
 から、デイサービスセンター  
 玄関前において、内山会長に  
 より、福祉車両安全祈願式を  
 執り行いました。

これまでデイサービスセン  
 ターで使用していた福祉車  
 両(ダイハツハイゼット)は、  
 購入から既に13年が経過して  
 おり、車椅子の昇降機が腐食  
 するなど、使用不能となつた  
 ことから、新たな福祉車両(ホ  
 ンダN-BOX)に更新しま  
 した。

新しい福祉車両は乗り心地  
 も良く、利用者さんからは、  
 「これ新車なの、具合がいい  
 ね」との声が聞かれました。

常に安全運転に心掛け、利  
 用者の皆さんをお迎えに伺い  
 ます。

### 掲載記事

- 共同募金公募配分事業…………… 2
- 健康のプチ情報 他…………… 2
- 高山村総合防災訓練…………… 3
- デイサービスセンターの敬老会 他… 3
- 社協からのお知らせ 他 …… 4



社協だよりは、赤い羽根共同募金の  
 配分金で発行されています。

## 令和5年度 共同募金公募 配分事業の募集

地域の安全・安心の暮らしをつくる活動を支援するため、令和5年度に行う次の事業に対し助成します。申請の方法や相談などお気軽に社協までお問い合わせください。なお、過去に本事業を利用された団体は対象となりません。

### 「安心安全なまちづくり」 活動支援事業

#### 対象事業

地域住民を対象として行う防災・防犯に関する活動・訓練・研修及び防災物品の整備

#### 助成金

20万円（限度額）

#### 対象団体

行政区

#### 申込期限

令和4年11月14日(月)までに社協事務局へ申請書類を提出してください。

## YOU游ランドで オリジナル商品と花の即売会を実施

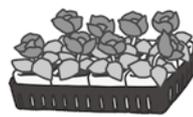
9月10日(土)、YOU游ランドで開催された「ワイワイフレッシュ祭」に、就労継続支援B型事業所の利用者の皆さんが作った、マットやぞうりなどの他、フラワーセンターで栽培したトリア等の花苗の販売を行いました。

ワイワイフレッシュ祭には、大勢の皆さんが来場され、抽選会や綿あめの無料配布等のイベントを楽しんでおられました。新型コロナウイルス感染症の防止対策によりイベントの自粛が続く中で、3年ぶりの即売会でしたが、大勢の

皆さんにアンゲロニアの花苗などを購入していただきました。

また、当日は令和4年度大雨災害義援金とウクライナ人道危機救護金の募金活動も実施しました。

ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



## 健康の ポイント情報

食欲の秋、毎日の食事を意識して、体力や筋力を維持しましょう。

高齢になると、食欲の低下や食事量の減少が心配されます。食事量が少なくなると、知らず知らずのうちに栄養不足になり、健康に影響を及ぼすことがあります。

そこで、毎日の食事について次の4つのポイントを意識して、できることから始めましょう。



### 健康的な食生活のポイント

#### ○ 一日3食食べる

1回の食事で食べられる量は、年を重ねる毎に減少します。できるだけ一日3回以上の食事に心がけ、一日の必要なエネルギーを摂取しましょう。

#### ○ 主食、主菜、副菜をそろえた食卓を

和食の基本となる「主食」「主菜」「副菜」のそろった「一汁三菜」を食事の基本にすると、必要な栄養素をバランスよくとれます。

#### ○ 10食品を毎日食べるようにすると、自然にさまざまな栄養がとれます

魚・油・肉・牛乳・野菜・海藻・いも・卵・大豆・果物  
10の食材のうち、最低でも4品以上、できれば7品以上を目指しましょう！

#### ○ 『タンパク質』を意識して

タンパク質は筋肉を作る主成分です。特に肉・魚・豆腐などのタンパク質を意識してとる必要があります。

## 福祉輸送サービス 運転手募集

高山村社会福祉協議会では、福祉輸送サービス事業の運転手を募集しています。

### 募集要件

- ・ 普通自動車第2種運転免許を取得している者
- ・ 普通自動車第1種運転免許を取得している者
- ・ 国土交通大臣認定送サービス運転者講習を修了している者

(普通自動車第1種運転免許を取得している者で、運転業務を希望される方は、高山村社会福祉協議会が受講料を負担しますので、国土交通大臣認定移送サービス運転者講習を受講していただきます。)

- ・ 運転免許証の効力が過去2年以内に停止されていない者

詳しくは、高山村社会福祉協議会事務局へお問い合わせください。

☎ 242-1220

高山村総合防災訓練

炊き出し給食訓練を実施

8月28日(日)、高山中学校体育館において、「高山村総合防災訓練」が実施され、高山村社会福祉協議会職員による炊き出し給食訓練を行いました。

炊き出し給食訓練は、熱に強いハイゼックス(強化ポリエチレンの袋)に無洗米・炊き込みご飯の素・だし汁を加え、沸騰したお湯の中で35分間煮て仕上げます。ハイゼックスを使用し



米と具の袋詰め作業



包装食の完成

た炊き出しは、加熱するだけで簡単に作れる非常食として、災害時に大変便利な食糧で、今回は30食の包装食を作りました。

本年度の訓練は、新型コロナウイルス感染症防止の観点から、参加機関を限定した訓練でしたが、来年度は高山村赤十字奉仕団の皆さんによる炊き出し給食訓練を実施したいと思っております。

デイサービスセンターの壁画づくり

9月3日(日)、デイサービスセンターでは、午後3時から30分間レクリエーションの時間帯に壁画作りを行いました。

この壁画作りの目的は、手作業を通じて機能訓練の向上を目指すものです。

今回は、秋をテーマにお花紙を使って「菊」と「コスモス」の作品にチャレンジしました。

利用者の皆さんは、お花紙で菊やコスモスの花作りが上手にできた人や、中々上手に出来ずに苦労してい



菊の花作りに取り組む利用者の皆さん

る人には、職員が手伝いながら花作りを完成させました。

一定数の花を作ったところで、動作訓練室の壁に茎の絵を描いた模造紙を貼り付け、そこに利用者の皆さんが



壁画の完成

作った菊やコスモスのお花紙を一つひとつ丁寧に貼り付けました。

利用者の皆さんからは「細かい作業で大変だった」「とてもきれいな花に仕上がった」などの声が聞かれました。

デイサービスセンターの敬老会

9月13日(火)から19日(月)までの一週間デイサービスセンターにおいて敬老会を開催しました。

コロナ禍前は、ボランティアの皆さんによる歌や踊り、和太鼓やバンド演奏等を楽しんでいただいていたことが、3年連続でボランティアの皆さんに来訪していただくことができなかったので、本年度は、お茶の時間帯に

麦茶、緑茶、紅茶、コーヒーのメニューから飲み物を選んでいただいたり、季節に合わせた和菓子を味わっていただいていた敬老会となりました。

利用者の皆さんからは「ちょっとしたメニューなどの工夫でも楽しい気分になる」「普段飲めないし、食べられないからうれしかった」などの喜びの声がかれました。



和菓子を味わう利用者の皆さん

# ながの結婚マッチングシステムを ご利用ください

長野県婚活支援センターと県内の市町村や社協など、47の公共団体等をネットワークで結ぶ「ながの結婚マッチングシステム」をご利用ください。

好きな時間帯にスマートフォン又はタブレットやパソコンでお相手を探せます。ただし、NAGANO iMATCHキャンペーン実施中です。(令和4年10月1日～令和5年3月31日まで)

○女性3,000円で1年間利用できます。

○男性10,000円で2年間利用できます。

(高山村に住所、または勤務地がある方は、年齢を問わず高山村社協が登録料を負担するため通年無料です。)

結婚相手をお探しの独身の皆さんは、お気軽にマッチングシステムを利用し、出会いの機会を広げましょう。

詳しくは高山村社会福祉協議会までお問い合わせください。

☎242-1220

## 赤い羽根共同募金にご協力をお願いします

今年も10月1日から12月31日まで、全国一斉に赤い羽根共同募金が始まりました。

お寄せいただく募金は、共同募金中央会に集約された後、翌年度にその内の約7割が市町村社協に配分され、福祉活動に活用されます。

本年度の目標額は、昨年度と同様に一世帯あたり550円とさせていただきます。

区長さんを通じて取りまとめをお願いしますので、村民の皆様の温かいご支援ご協力をお願いします。

## 社協会費の御礼

高山村社協会費は、「誰もが住みなれた地域で、安心して暮らし続けるために」各種の福祉事業活動の大切な財源として役立たせていただいています。

本年度も、区長さんを通じて社協会費の取りまとめをお願いしたところ、村民の皆様から212万6千円を納入していただきました。大変ありがとうございました。



## 社協ふれあい祭り

### 中止のお知らせ

毎年11月上旬の日曜日に、デイサービスセンターを開放し、介護サービスの紹介や介護体験を通じて、ふれあいを深め楽しんでいただくための体験型イベント「社協ふれあい祭り」を開催していましたが、本年度も新型コロナウイルス感染症防止のため、中止とさせていただきます。

## 社協からのお知らせ

### 独り暮らし高齢者料理教室

高山村社協では、独り暮らし高齢者の皆さんを対象に、今年度2回目のシルバークッキングを開催します。

高山村社協では、独り暮らし高齢者の皆さんを対象に、今年度2回目のシルバークッキングを開催します。

日時 12月2日(金) 午前10時～正午

場所 保健福祉総合センター

申込みお問い合わせは社協事務局まで

☎242-1220



グループ毎に調理開始

## ご考志

ご寄付に対し、心より御礼申し上げます。

### 匿名希望様

- 口腔ケア スポンジ 16枚
- 紙パンツ 2袋
- 紙パット 3袋

本誌掲載の記事についてのお問い合わせ・申込先は、高山村社会福祉協議会  
☎242-1220 まで