

社協だより

1.15

2017 No.66

〒876-0844 大分県
佐伯市向島1-1-3
社協会館「きずな」
TEL0972-24-2956
FAX0972-22-9031

SAIKI SHAKYO 編集・発行 社会福祉法人 佐伯市社会福祉協議会
E-mail/sashakyo@saiki.tv HP/http://www.sashakyo.or.jp

地域の皆さん、ありがとうございます！



佐伯
児童館

おいしい!
ぺったん!
ママ、おもしろ〜。



中学生ボランティアが大活躍!
いつもありがとうございます

上浦
児童館

粉を手につけ、
優しくまるまる..



浦江
児童館

年末に児童館（佐伯・上浦・蒲江）で餅つきが行われました。参加した子どもたちは、大人の力強い杵の振り上げに、感心しきり！地域の方やボランティアの協力もあり、とってもおいしい丸餅が出来上がりました。今年も児童館では様々な行事が予定されています。一度、遊びに来てみませんか？

目次

餅つき	表紙	香典返し	3	作業療法士の目から	4
会長あいさつ	2	心配ごと・法律相談	3	寄付のお礼	4
厚労大臣の感謝状	2	社会福祉大会	3	生活困窮者自立支援	4
おでかけカメラ	2	大きな市の小さな物語	3	生活福祉資金	4

田中生代様 家庭倫理の会佐伯市様

おめでとうございます！

長年のボランティア活動に対して、厚生労働大臣より感謝状が授与されました。

田中生代さんは「大関婦人会」の代表として地域の活性化を目的にボランティア活動に取り組んでおります。

家庭倫理の会佐伯市（浅倉カヨ子代表）は環境美化活動や児童育成健全活動に積極的に取り組んでおります。



家庭倫理の会佐伯市
岡川さん・浅倉さん

田中さん



新年のごあいさつ

佐伯市社会福祉協議会

会長 三浦 政信



あけましておめでとうございます。
皆様には、健やかに清々しい新年をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。
今年も職員一丸となり、地域福祉の向上に全力で取り組んで

まいりたいと思えます。
新しい年が、皆様にとりまして素晴らしい年となりますように、心からお祈り申し上げます。新年のごあいさついたします。

西浦小学校6年生 6人
「福祉もりあげ隊」結成！

～地元の高齢者とのふれあいを通して～



おどかけ
カメラ
No.16



きっかけは、仲川原集会所のふれあいサロンを見学したことから始まりました。

私たちは参加しているおじいちゃんおばあちゃんの生き生きした姿を見て「サロンに行くとこんなに元気になるんだ！」「自分たちの考えたゲームでサロンを盛りあげてみたい！」という気持ち生まれ、『福祉もりあげ隊』を結成しました。

隊員みんなで考え、高齢者が楽しめる「ゲーム」や「出し物」を披露しました。さらに高齢者の気持ちや接し方を理解しようと、社協の福祉体験プログラム「高齢者疑似体験」にも取り組みました。

「高齢者の大変なところも、すごいところもわかった」「高齢者に優しい世の中にしたい」など、たくさんの気づきがありました。

蒲江地域の小学校統合に伴い、3月末で閉校する西浦小学校ですが、最後の6年生で福祉もりあげ隊を結成したことで、地元を知り身近に感じる事ができました。



学んだことをまとめてみました！

香典返し

寄附のお礼

次の方々から、ご寄附をいただきました。
紙面掲載にてご報告のうえ、心より厚くお礼申し上げます。

(受付期間：平成28年10月21日から12月10日)

(住所)	(寄付者)	(故人)	(住所)	(寄付者)	(故人)
【佐伯】			【宇目】		
川原区	高島 俊郎 様	秀雄 様	南田原	田邊 信子 様	清子 様
津志河内区	御手洗庄一郎 様	仲江 様	千束	高橋 泰広 様	彪夫 様
荒網代浦	清家 五生 様	勝彦 様	【直川】		
田の浦町	吉川 賢一 様	洋治郎 様	下直見	曾宮 陽一 様	慶子 様
城下西町	御手洗 修 様	誠 様	赤木	安藤 秀明 様	ヒナ子 様
棚野区	内田 和江 様	隆 様	仁田原	久保田康彦 様	誠 様
木立	山崎 和成 様	睦子 様	【米水津】		
西野区	疋田 雅士 様	友幸 様	浦代浦	戸高 皓爾 様	禧 様
鶴岡町	三浦ハツエ 様	千秋 様	宮野浦	小畑 国広 様	甚男 様
西野区	疋田 盛三 様	武 様	色利浦	長船 長茂 様	英美 様
【上浦】			色利浦	御手洗カズヨ 様	久利 様
浅海井浦	森崎大八郎 様	和子 様	【蒲江】		
浅海井浦	兒玉ヤエ子 様	西野 武美 様	竹野浦	谷川 享宏 様	豊 様
【弥生】			物品寄付		
門田	石澤 鶴子 様	美佐子 様	城東町	渡邊 照代 様	おむつ 介護用歯ブラシ
江良	吉川日出子 様	高覧 様			
江良	出口 好幸 様	チヨ子 様			
細田	緒方 保友 様	常子 様			
【本匠】					
波寄	品矢ます系 様	健二 様			

第6回

佐伯市社会福祉大会開催

佐伯市の福祉意識の高揚と長年にわたり福祉の向上に尽力された方を顕彰するため第6回佐伯市社会福祉大会を開催します。

と き 平成29年2月8日(水) 12時30分から受付

と ころ 佐伯市「和楽」1階 大研修室

内 容 表彰 寸劇 講演

講 演 「生活困窮者の社会的孤立解消とフードバンク」
講師 川村岳人氏 大分大学福祉健康科学部講師

フードドライブ

当日の受付時に、生活困窮者への食料支援を行う「フードバンクおおいた事業」に協力して、家庭で余っている賞味期限が1か月以上の食料品を募集します。

問い合わせ 佐伯市社会福祉協議会 ☎24-2956

無料

民生委員による 心配ごと相談会

日頃の生活の中で起こる些細な出来事の相談等、内容は問いません。お気軽にお越しください。

担当支部	日付	時間	会場
佐伯	2/1(水)	13:30~16:00	社協会館「きずな」
	3/1(水)		
蒲江	2/15(水)	9:00~12:00	蒲江地区公民館

要予約

弁護士の法律相談会

日付	時間	弁護士	会場
2/16(木)	13:30~16:00	渡辺法律事務所	社協会館 「きずな」
3/3(金)	13:30~15:30	三井嘉雄	
3/16(木)	13:30~16:00	西山 巖	

※弁護士費用は、社会福祉協議会が負担いたしますので、無料です。
■お問い合わせ：社協会館「きずな」(TEL.23-7450 担当/渡辺)

読者のみなさんの投稿で作るコーナー！
たくさんのお便りをお待ちしています。

「大きな市の小さな物語」

市報の「ゆずりますコーナー」にワニのはく製を出した。ほどなくして、希望者が現れた。既に一匹のはく製のワニを持っているとのことだったが、ペアを望んでいたようで、とても喜んでくれた。お礼にと、大きなブリをいただいた。家族二人ではとても食べきれなかったため、知人の老人ホームの方に相談すると快く受け入れてくれた。お礼にと「母が漬けたものですが・・・」とたくあんを沢山いただいた。

ワニのはく製が立派なブリに変わり、ブリがたくあんに姿を変えて私の手元に残った。

その甘口のたくあんを家族でおいしくいただいた。



日の出町 木本邦勝さん



投稿募集

感動物語、かわいい物語、うれしい物語、大笑いする物語、悲しい物語など、身のまわりで起きた出来事を聞かせてください。

「大きな市の小さな物語」

おハガキ、封書、メール何でもOK
(住所・氏名・TELをお忘れなく)

プレゼント!



【宛先】〒876-0844 佐伯市向島1-1-3
佐伯市社会福祉協議会内 広報係
TEL: 24-2956 Eメール sashakyo@saiki.tv
【募集期間】 2月1日必着
【応募作品について】 厳正なる審査のうえ社協だより3月1日号に掲載予定です。尚、採用された方には佐伯市社協イメージキャラクター「ひとしずくちゃん」のエコバッグをプレゼント。

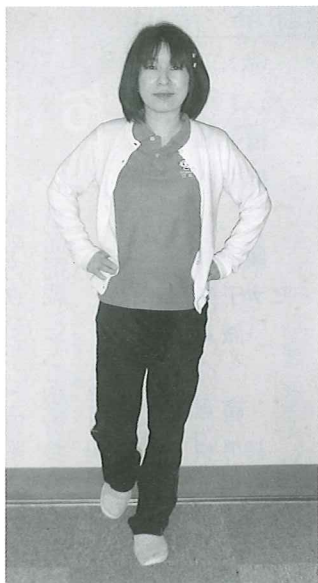
作業療法士の目から

「すてきな片脚立ち」

「疲れた体をリセット!!」

年末年始はいかがお過ごしでしたか。食べ過ぎ、飲み過ぎで体調がイマイチという方もいるのではないのでしょうか？

食べ過ぎや飲み過ぎが続くと胃腸が圧迫され、垂れ下がってしまします。この状態が続くと胃腸を支えている骨盤にも負担がかかり、歪みが生じます。骨盤が歪んでしまうと姿勢が悪くなり、血流も悪くなって疲れやすくなります。そんな年末年始の疲れた体をリセットする方法の一つとして、いつでも簡単にできる片脚立ちがおすすです。



このように、片脚立ちにはたくさんの効果があります。いつでも手軽にできる片脚立ちを始めて年末年始の疲れた体をリセット。そして今年も明るく元気な年にしましょう！

片脚立ちの方法

- ① 姿勢を正して両足を腰幅に開き、両手は軽く腰に当てておきます。
- ② 片脚を床から5〜10cm程挙げます。

※左右ともに1分間を目標にやってみましょう!!

※転倒防止のため、壁やテーブルの近くで行いましょう。

☆片脚立ちの効果☆

- 歪んだ骨盤を矯正することで姿勢やバランスが改善
- 胃腸の働きが改善
- 血流が良くなり新陳代謝が上がる
- 老廃物が除去されて疲労改善
- 体幹や脚の筋力が上がる

寄附のお礼

明治安田生命保険相互会社大分支社様より、車いす2台の寄贈がありました。

地域への貸出や学校等で行われる福祉体験に活用させていただきます。

ありがとうございました。



南海看護専門学校同窓会（川野順子代表、山内照子さん、菅貴子さん）より、熊本・大分地震へ1,349,122円の寄付がありました。

この義援金は、大分県共同募金会を通じて、熊本・大分への被災者へ届けられました。

ご支援ありがとうございました。



生活困窮者自立支援事業

暮らしのことや仕事のことなどで不安や困りごとがある場合、相談してください。相談は無料です

相談から自立まで継続して支援します

～ひとりで悩まないで～

一緒に暮らす息子が引きこもっている。自分も高齢な為、将来が不安。

仕事をしたいけど働けるか心配。自分に合った仕事が見つからない。

家計のやりくりがうまくできず、保険料や公共料金が払えない。

母親の介護のことが気になって仕事を続けられるか不安。



【問い合わせ】佐伯市くらしサポートセンター「きずな」
(佐伯市社協内) 電話 23-7450

生活福祉資金（教育支援金）お知らせ

この制度は低所得世帯・生活保護世帯の方の高等学校以上の修学・入学に際して必要な費用を対象にしています。貸付には、各種要件がございますので、詳しくはお近くの佐伯市社会福祉協議会各支部までお問い合わせください。

資金の種類	教育支援費	就学支度費
貸付限度額	高校 月35,000円以内 高専 月60,000円以内 短大 月60,000円以内 大学 月65,000円以内	500,000円以内
交付方法	分割交付（6ヶ月単位）	一括交付
据置期間	卒業後6ヶ月以内	卒業後6ヶ月以内
貸付利率	無利子	無利子
償還期間	20年以内（貸付額で異なります）	20年以内（貸付額で異なります）
使用目的	授業料、学校納入諸経費、参考書、学用品、交通費、下宿・アパート代（食費は除く）	入学金、制服、靴、鞆、体育着、教科書・参考書等入学時に一括購入するもの、下宿の敷金等