つ社協だより

～笑顔 輝く いきいきと～

平成22年1月1日
新春号
NO.21

もくじ

- 新年ごあいさつ、ふくし標語 ・・・・・・ 1
- ふくしまつり報告 ・・・・・・・・・・・・・ 2
- サロンのつどい、福祉豆知識コーナー ・・ 3
- 認知症を予防しましょう!! ・・・・・・・ 4
- 社協事業紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
- 津市ボランティアセンター ・・・・・・・ 6
- 寄付のお礼／心配ごと相談所 ・・・・・・ 7

つ社協だよりは共同募金配分金を財源の一部とし発行しています。

再生紙を使用しています。

おかあさんといっしょに（ふくしまつりにて）

2010年 **年頭所感**

新年あけまして おめでとうございます

津市社会福祉協議会
会長 川本 敬信

皆さまには、輝かしい新年をお迎えのことと心からお喜び申し上げます。

旧年中は、皆さまのあたたかいご支援、ご協力を賜り心から厚く御礼申し上げます。

津市社協は、「地域」と「絆」を大切にしながら、誰もが安心して暮らせる地域福祉の実現を目指して各種事業の推進に努めているところでございます。

今日では、介護や子育て、障がい者に関することなど社会福祉に対するニーズも複雑かつ多様化し、めまぐるしく変化する社会情勢に対応すべく、ますますの地域福祉の推進がより重要となってまいりました。

そうした中、本年も市民相互のふれあいや絆を育む事業を実施し、市民の皆さまとともに各種事業を全力で取り組んでまいりたいと、決意を新たにしておりますので、より一層のご支援・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

最後に、本年が皆さまにとって充実した年となりますようお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

「ふくしの標語」入選作品が決まりました

夏休みの期間、子どもたちに福祉に関心をもってもらおうと、「ふくしの標語」を募集しましたところ、市内の小・中学校24校より、786作品もの応募をいただき、ありがとうございました。

選考の結果、小学生の部、中学生の部で下記のとおり決定しました。どの作品も力作ぞろいで、あらためて子どもたちの福祉への関心の高さがうかがえました。

入選された作品については、今後、つ社協だよりやホームページなどへの掲載を行っていきます。応募作品の一覧は、ホームページにて紹介させていただいています。

※①氏名（敬称略）　②学校名・学年

入選作品

●小学生の部

最優秀賞

一人一人の気づかいで
みんなが笑える　楽しい社会
①赤塚 佳音　②安西小学校4年

優秀賞

声かける　心も笑顔も　あたたかい
①谷口 大真　②高宮小学校4年

ふやそうよ　えがおと元気と　思いやり
①池田 七瀬　②栗葉小学校6年

佳作

「ありがとう」　返す言葉に　福祉の輪
①松浦 静華　②川口小学校5年

だれにでも　手をさし出せる　やさしい手
①中西 達貴　②大里小学校5年

思いやり　いつでも持ちたい　どこででも
①沖森 建太　②栗葉小学校6年

●中学生の部

最優秀賞

さしのべる
それはあなたの　手と心
①加藤 駿介　②白山中学校1年

優秀賞

助け合う　人の温もり　広げよう
①奥田 早貴　②セントヨゼフ女子学園中学校3年

広げよう　いたわる心　福祉の輪
①伊藤 里夏　②セントヨゼフ女子学園中学校3年

佳作

ありがとう　その一言の　あたたかさ
①山本 幸穂　②セントヨゼフ女子学園中学校1年

さしのべる　人から人へ　手から手を
①坂 侑香理　②セントヨゼフ女子学園中学校2年

優しい手　そっときゅっと　手をかして
①藤後 奈々　②セントヨゼフ女子学園中学校2年

第3回 津市社協 ふくしまつり

☆★絆～伝えたいあなたのやさしさ～★☆

開催しました！

11月8日(日)津市サンデルタ香良洲、津市立香良洲小学校にて『ふくしまつり』を開催しました。香良洲町の「津市指定無形民俗文化財 馬場区獅子舞保存会」の皆さんにオープニングセレモニーを飾っていただきました。各コーナーでは、「おかあさんといっしょ」のきよこさんのコンサートやこまのおっちゃんの楽しいパフォーマンスなど子どもたちも大喜びでした。

当日は、香良洲地区社協をはじめ、たくさんのボランティア、関係福祉団体の方々にご協力をいただきありがとうございました。

絵本でやさしさ伝えたい

共同募金コーナー

楽しく車イス体験

0歳児のためのオイルマッサージ

これぞプロの技　おもちゃ診療所

きよこさんのコンサート

こまのおっちゃん

パターゴルフで世代間交流

平成21年度

赤い羽根共同募金運動へのご協力ありがとうございました

募金額は4月1日号で掲載させていただきます。

三重県共同募金会　津市共同募金委員会

芸濃地区の街頭募金活動

第1回 サロンフォーラム

3月6日はサロンの日

～もっと広げていこう！　ふれあい・いきいきサロン～

ふれあい・いきいきサロンとは、高齢者や子育て中の親だけでなく、だれもが気軽に参加できる「地域の居場所」です。レクリエーションや健康体操、おしゃべりを通じて仲間づくりや閉じこもりの防止ができ、地域での「ささえあい」「たすけあい」にもつながります。

津市社会福祉協議会では3月6日をサロンの日としてサロンフォーラムを開催し、サロンのすばらしさを広げていきたいと思います。

サロン活動に興味、関心のある方はぜひご参加ください。

日時／平成22年3月6日(土)
13:30～16:00

場所／津市久居総合福祉会館
（津市久居東鷹跡町20-2）
☎ 059-256-1202

内容／●記念講演
「地域力を活かした新たなサロンづくり」
ルーテル学院大学学長／市川 一宏氏

●津市内サロン活動紹介
・津地区「いずみ」　・久居地区「サロン」　・美杉地区「茶論」

お問い合わせ／津市社会福祉協議会　津市大門7-15　☎ 059-213-7111

福祉豆知識コーナー（成年後見制度って何？）

成年後見制度とは

誰でも年をとれば判断能力が衰えてしまいます。
とくに最近は、60歳未満の若年層の認知症の発症が急増しており、皆さんも多くの不安を抱えておられるのではないでしょうか。

成年後見制度は、認知症や知的障がいなどにより判断能力が十分でない人が、財産管理や日常生活でのさまざまな契約などを行うときに、判断がむずかしく不利益をこうむったり、悪徳商法の被害者になることを防ぎ、権利と財産を守り支援する制度です。

◎次のような法律行為が支援されます

財産の管理など（財産管理）

本人の預貯金の管理、不動産などの処分、遺産分割など財産に関する契約などについての助言や支援

日常生活での契約など（身上監護）

介護・福祉サービスの利用や医療・福祉施設への入退所の手続きや費用の支払いなど、日常生活に関わってくる契約などの支援

◎法定後見制度と任意後見制度という2つの制度があります

法定後見制度

判断能力が不十分な人が、
今すぐ成年後見制度を利用する。

任意後見制度

判断能力のある人が、
将来に備えて後見人を決める。

◎成年後見人などには、どのような人が選ばれるのですか？

配偶者や親族、知人の他、法律や福祉の専門家など家庭裁判所が本人にとって最も適切と思われる人や法人などを選任します。

◎詳細についてのお問い合わせは・・・

家庭裁判所、各市町及び各地域包括支援センターへご相談ください。

認知症を予防しましょう!!

認知症は、脳の障害による病気です。加齢や病気などが原因となり、誰もがかかる可能性のある病気ですが、生活習慣を変えることで発症を遅らせたり、症状を軽くおさえられる可能性があります。さっそく予防につとめて、いつまでも健康な生活を送りましょう。

認知症を予防するポイント

1. 趣味の活動など積極的にとり組もう！

料理や園芸、旅行など趣味の活動や、囲碁、将棋など頭を使うゲームは、脳を活性化させる効果が期待できます。

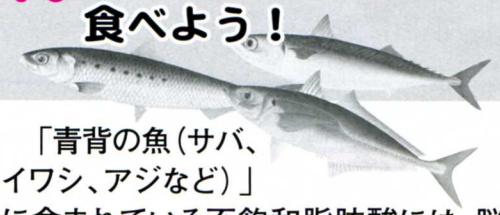
2. 有酸素運動をしよう！

ウォーキング、水泳、体操、サイクリングなどの有酸素運動を行いましょう。できれば週5日、1日30分以上（10分以上を3回でもよい）の運動をしましょう。

3. 野菜やくだものを多く食べよう！

ビタミンC、ビタミンE、β（ベータ）カロチンの抗酸化作用が認知症予防に効果があると考えられています。

4. できるだけ魚を食べよう！



「青背の魚（サバ、イワシ、アジなど）」に含まれている不飽和脂肪酸には、脳の神経伝達をよくしたり、脳の血流をよくする働きがあります。

5. 記憶力を積極的に使おう！

一日前の日記を書いたり、簡単な計算問題などやってみましょう。

たとえば…

昨日の朝は何を食べましたか？

6. 人とのつながりを持とう！

人とおしゃべりすることはとても大切なことです。家族や友人、地域の人たちと交流し、いつまでも若々しい脳を保ちましょう。

介護予防教室日程

各支部にて受け付けます。

	転倒予防教室	認知症予防教室	家族介護教室
1月	13日（白山）、28日（津）	15日（津）	
2月	10日（津）	15日（白山）	4日（美里）
3月	25日（津）	19日（津）	

◎上記の他に地域での出前教室もお受けしますので、詳しくは各支部にお問い合わせください。

社協事業紹介

津市社会福祉協議会は、住民のみなさまが住み慣れた地域で安心して暮らせるように地域福祉の推進に努めています。
より多くのみなさまに社会福祉協議会を知っていただくために事業を掲載しています。

後編

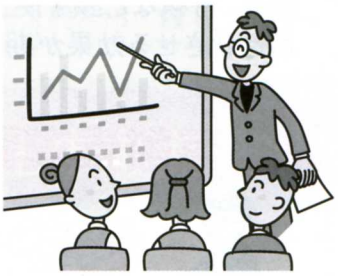
ボランティアセンター事業

前号に引き続きボランティアセンター事業を紹介します。※①～③の事業については、前号で紹介しております。

④ 災害救援ボランティア事業

地域住民としての役割や地域での支え合いなどを考える研修会や講演会を開催し、個人ボランティアやボランティアグループ、社会福祉協議会（ボランティアセンター）としてできる役割などを考えます。
また、災害発生時には、津市災害対策本部の指示のもと関係機関と協力し、復旧活動に向けたボランティアの受け入れを行います。

⑤ ボランティア育成事業



市民を対象に、年齢・性別に関係なく幅広い層のボランティアを育成するための講座や研修会を実施します。ボランティアに関心のある方にはきっかけづくりを、すでに活動をしている方にはさらなるレベルアップをめざして、いろいろなテーマで実施します。

⑥ 福祉教育推進事業

市内の小・中学校、高等学校や地域住民に対し、地域福祉活動やボランティア活動についての知識と経験を積んでいただくための機会を提供します。

福祉ワークキャンプ　社会福祉施設でのボランティア体験の場を提供します。

福祉教育推進会議　市内の学校とボランティアセンターとの情報交換や連携を深める会議を開催します。

ふくし出前講座　地域住民や学校を対象に車イス体験や高齢者体験をはじめ、ニーズに合わせた講座を開催します。

⑦ 福祉協力校推進事業

市内の学校に対し、「福祉協力校」として指定および助成金の交付を行い、学校全体で福祉事業やボランティア活動を計画し取り組んでいただくことにより、児童・生徒のボランティア活動への意識を高めます。

⑧ 車イス体験ふれあいウォークラリー大会

ボランティアの育成及び障がい者と健常者の交流を目的に、車イスの介助方法を体験の中から楽しく学んでいただくために実施している事業です。
ボランティアによる実行委員会を中心に、会場となる地域の住民や学校などたくさんの方々にご協力をいただき開催しています。

津市ボランティアセンター お知らせ

被災者の為に私たちにできること

～災害時のボランティア～

台風による風水害や地震災害時には、災害救援ボランティア活動が現場復旧や被災者の立ち直りに大きな力を発揮し、ボランティアが果たす大きな役割の一つとなっています。

災害時、ボランティア活動には大きな期待が寄せられますが、一方で、ボランティア活動が被災地の人々や他のボランティアの負担や迷惑にならないよう、最低限の知識を持ち、ボランティア一人ひとりが自分自身の行動と安全に責任を持つ必要があります。

津市総合防災訓練にて

11月23日（月・祝）、津市総合防災訓練において、災害ボランティアセンター、災害ケアセンターの設置運営訓練を行いました。

災害ボランティアセンターは、主に災害現場でのボランティア活動が安全かつ効果的に行えるよう支援するところです。

訓練当日は、さまざまな状況を想定しながら32名のボランティア希望者を受け入れ、会場内で活動していただきました。

『ふくしまつり』ボランティア ありがとうございました

本紙2ページにて紹介しました『ふくしまつり』において、たくさんのボランティアによって支えていただきました。ありがとうございました！

○盛り上げ隊（会場入り口）

○募金ボランティア

『ホイールチェアクエスト』のコーナーについては、企画から制作まで3カ月かけてボランティアが行いました。

当日は、楽しく車イスに親しんでもらえる内容になり、まつり全体が盛り上がりました。

社会福祉協議会へのご寄付ありがとうございました

平成21年8月16日～平成21年11月30日

寄付金

ご芳名

ファミリーマート久居インター店
勝村　幸則 様
橋爪　愛恵 様
鈴木　美恵子 様
三恵技研工業(株)三濃会 会長
小島　伸久 様
匿名　2名様

物品

ご芳名

（ジャンパー、パジャマ、シャツ他）
松井　都 様
（車イス）ソフトバレーチーム福わぁ家
加藤　直紀 様
（お　米）海住　克己 様
（車イス）匿名 様
（お　米）匿名 様

合計
664,445円
その他物品

お寄せいただいたご芳志は、社会福祉事業のために有効活用させていただきます。厚くお礼申し上げます。

古切手・使用済みプリペイドカード・ペットボトルキャップなど、収集ボランティア活動による物品（本会を経由して他団体へ送られる物品）については、今号より掲載を控えさせていただきますのでご了承ください。

心配ごと相談所のお知らせ

◎弁護士相談

1月	6日（津　支　部）	13日（久居支部）	20日（河芸支部）	27日（芸濃支部）	
2月	3日（津　支　部）	10日（久居支部）	17日（白山支部）	24日（津　支　部）	
3月	3日（河芸支部）	10日（津　支　部）	17日（久居支部）	24日（一志支部）	31日（津　支　部）

各会場とも毎週水曜日、午後1時30分から午後3時30分まで開設します。
1回6名までの一人約20分の予約制で、各支部で開始月の3ヶ月前から受け付けます。

◎民生委員・児童委員による心配ごと相談

1月	8日（安濃支部）	22日（白山支部）
2月	12日（津　支　部）	26日（香良洲支部）
3月	12日（芸濃支部）	26日（一志支部）

各会場とも毎週金曜日、午後1時30分から午後3時30分まで開設します。
予約は不要ですので、お気軽にご相談ください。

◎その他の専門相談

右記の日程で、会場は津支部、予約不要で午後1時から午後4時まで開設します。（受付は午後3時まで）
法律相談は、正午から整理券（先着7名まで）を配布し、受付終了は午後2時45分となります。

内容	相談日	相談員
法律相談	毎週火曜日	公証人
不動産相談	第2・4水曜日	宅地建物取引業協会相談員
住宅相談	第1・3金曜日	一級建築士
相続・贈与など	第2・4土曜日	司法書士

※ただし、祝日・年末年始を除く。

●発行・編集　社会福祉法人 **津市社会福祉協議会**
URL:http://www.tsu-shakyo.or.jp
E-mail:shakyo@tsu-shakyo.or.jp

本部・津支部　〒514-0027 津市大門7－15津ｾﾝﾀｰﾊﾞﾚｽ3階 TEL(059)213-7111 FAX(059)224-6067
久居支部　〒514-1136 津市久居東鷹跡町20－2 TEL(059)256-1202 FAX(059)255-6288
河芸支部　〒510-0314 津市河芸町浜田868 TEL(059)245-8888 FAX(059)245-8890
芸濃支部　〒514-2211 津市芸濃町椋本6141－1 TEL(059)265-4531 FAX(059)265-4950
美里支部　〒514-2113 津市美里町三郷46－3 TEL(059)279-3366 FAX(059)279-3387
安濃支部　〒514-2326 津市安濃町東観音寺418 TEL(059)268-5804 FAX(059)267-0800
香良洲支部　〒514-0314 津市香良洲町2167 TEL(059)292-7711 FAX(059)292-7712
一志支部　〒515-2521 津市一志町井関1792 TEL(059)295-0066 FAX(059)295-0117
白山支部　〒515-2603 津市白山町川口892 TEL(059)262-7029 FAX(059)262-6520
美杉支部　〒515-3531 津市美杉町奥津929 TEL(059)274-0023 FAX(059)274-0024