



↑ 落合ヘルスボランティア連絡協議会の「まごころ弁当」(年4回)【令和2年度地域福祉活動団体助成団体】

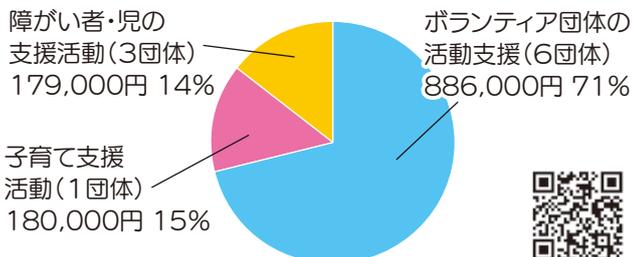
令和3年度 地域福祉活動団体助成募集!!

真庭市社協は、市内の支えあい活動やボランティア活動などの福祉活動を応援するため、「地域福祉活動団体助成」の申請団体を募集します。

この助成事業は、社協の善意銀行に寄せられた寄付金を財源に行い、市内の地域福祉活動の充実を目的とするものです。地域住民による福祉活動が、地域を支える大きな力となります。

募集内容の概要は、右記のとおりです。申請をお待ちしています。

令和2年度助成団体 10団体 助成額1,245,000円



* 助成内容の詳細は、社協ホームページに掲載 ↑

対象となる事業・経費

- 令和3年度に、次あげる事業を行うための必要経費
- ◆ 高齢者や障がい者の自立、社会参加を支援する事業
 - ◆ 子育て中の親などを支援する事業
 - ◆ 要援護者を援助する事業

募集期間

令和2年12月1日(火) ~ 令和3年1月8日(金)

助成金額

1団体あたり上限額 25万円

助成対象団体

次の要件をすべて満たす団体及びNPO法人

- ◆ 真庭市内で福祉活動を行っていること、または福祉活動を行うことを目的とした団体の設立を計画していること。
- ◆ 規約を有し、予算、決算、事業計画及び事業報告が明確なこと。
- ◆ 政治活動、宗教活動及び営利等を目的としないこと。
- ◆ 原則、市からの補助金や委託事業を受けていないこと。

問合せ・相談先: 真庭市社会福祉協議会本所 地域福祉課

☎ 0867-42-1005 FAX 0867-42-2263

報告

サロンのつどい

社協は、11月9日～11月30日の間、6会場でサロンのつどいを開催しました。ふれあい・いきいきサロン活動の担い手を対象に、活動に役立つ内容を企画しました。地域の活動にご活用ください。内容の詳細は、最寄りの社協で紹介できますので、気軽にご相談ください。

美甘

11月9日(月)会場:美甘振興局

- ★マイライフノートを知ろう
- ★やってみよう!健康体操



マイライフノートとは、これまでの私をふりかえり、今とこれからの私の希望、介護や医療などについての思いを記すことができるノートです。

美甘振興局 藤井夕子保健師から、参加者20名にノートの内容説明があり『「今をよりよく生きる」前向きな気持ちになれるノートです。サロンなどで皆さんに情報提供をして欲しい』と呼びかけがありました。

このノートは、真庭市役所各振興局、真庭市地域包括支援センターで無料配布しています。



真庭圏域ACP検討会制作 ↑マイライフノートを見ながら説明を受ける参加者

北房・落合

11月13日(金)会場:北房文化センター

11月30日(月)会場:落合振興局

- ★サロンで役立つ簡単料理

手軽に作れる栄養満点の料理を落合振興局 兵江美保栄養士から紹介していただき、参加者18名で調理実習を行いました。



【メニュー&おすすめポイント】

主食「鶏とチンゲン菜の中華丼」

ポイント:具は大きめに切ってかみこたえをアップ!

副菜「切干し大根の酢の物」

ポイント:ビタミンDが多く含まれ、カルシウムの吸収をよくします!

デザート「パインケーキ」

ポイント:カルシウムをしっかりとうろ!



北房会場の調理の様子

久世

11月18日(水)

会場:久世公民館

- ★防災について楽しく学ぼう!
- ★新聞スリッパづくり

新聞スリッパは、災害時の避難所でも簡単に作れ、折り方を知っておくと便利です。

真庭スポーツ振興財団 前田江美防災士を講師に招き、防災について「防災かるた」などで学び、参加者16名で新聞スリッパを作りました。



勝山

11月20日(金)

会場:勝山文化センター

- ★やってみよう!健康体操
- ★牛乳パックで眼鏡ケースづくり

健康体操は、真庭市地域包括支援センター 山田優理学療法士に、サロンや自宅で出来る肩こり・腰痛予防の健康体操などを教わりました。

眼鏡ケースづくりは、勝山地区ボランティア連絡協議会の役員4名に習いながら、参加者17名で挑戦しました。



湯原

11月20日(金)

会場:湯原保健福祉センター

- ★サロンで作れるおすすめレシピ!

栄養たっぷりのおすすめ料理を湯原振興局 門野陽子栄養士から紹介していただき、参加者8名で調理実習を行いました。

【メニュー&おすすめポイント】

主食「白米ごはん」

主菜「鶏肉と野菜の治部煮」

ポイント:片栗粉のとろみで身体が温まります。鉄分とカルシウムを豊富に含む小松菜を使います!

副菜「切干し大根のおかか和え」

ポイント:おかかで旨味をアップ!

デザート「煮リンゴのヨーグルトあえ」

ポイント:ヨーグルトを添えてカルシウムも取れます!

*「新聞スリッパ」と「牛乳パックで作る眼鏡ケース」の作り方、料理のレシピは、最寄りの社協にお問合せください。社協ホームページにも掲載しています。



皆さまの善意が福祉活動に活かされています

善意銀行だより

〔敬称略・受付順〕

※真庭市社協への個人からの寄付は税額控除対象となります。

寄付金 十月三十一日

合計 六十一万二千元

〔本所〕

- 松本 豊和(檜 西 忌明け)
- 野村 幸治(久 世 忌明け)
- 山本 忍(余野下 香典返し)
- 佐山美智子(久 世 忌明け)
- 小柳 真二(目 木 香典返し)
- 小柳 真二(目 木 忌明け)
- 水島 栄子(久 世 香典返し)
- 水島 栄子(久 世 忌明け)
- 池田 薫(三 阪 見舞返し)
- 佐山 宣夫(久 世 忌明け)
- 青木 栄(余野下 香典返し)
- 〔北房支所〕
- 上谷 政之(上皆部 香典返し)
- 〔落合支所〕
- 西村すゑ子(旦 土 香典返し)
- 亡此 昌夫
- 伊藤 一宏(上河内 香典返し)
- 鈴木 玲子(関 香典返し)
- 村松 尚子(栗 原 香典返し)
- 亡高田 圭介
- 春名 則行(田 原 香典返し)
- 岡野 廣志(法界寺 香典返し)
- 青木 一夫(下河内 香典返し)
- 池田佐登志(古 見 見舞返し)
- 小林 祐太(福 田 香典返し)
- 小林 祐太(福 田 忌明け)

〔勝山支所〕

- 福島 史利(木 山 香典返し)
- 桐山 太志(田原山上 香典返し)
- 岸本 欣也(鹿 田 香典返し)
- 村松 伸治(中 香典返し)
- 村松 伸治(中 忌明け)
- 福井 理恵(鹿 田 忌明け)
- 荒木 香(古 見 香典返し)
- 〔湯原支所〕
- 頭應 良平(月 田 香典返し)
- 本田 昭和(清 谷 香典返し)
- 中島 慶子(久 世 香典返し)
- 郷矢 浩志(本 郷 香典返し)
- 綱島 公德(上 香典返し)
- 山谷 浩志(江 川 香典返し)
- 中井 高典(月 田 香典返し)
- 花房 純平(後 谷 香典返し)
- 頭應 良平(月 田 忌明け)
- 松本 和江(勝 山 香典返し)
- 川元美作(男 月 田 忌明け)
- 柴田 仁善(岩井谷 香典返し)
- 〔美甘支所〕
- 美甘 清子(見明戸 篤志寄付)
- 中山 勝幸(豊 栄 忌明け)
- 大楠 貞代(藤 森 香典返し)
- 大楠 貞代(藤 森 忌明け)
- 〔八束支所〕
- 山岡 由明(森山下福 香典返し)
- 丸山 弘一(森山下福 香典返し)

〔川上支所〕

- 亀山 和彦(森山東茅部 香典返し)
- 池田 和子(森山東茅部 香典返し)
- 小声 敦(森山西茅部 香典返し)

令和2年度

ふるさと会員一覧

〔敬称略・受付順〕(10月31日)

- 丸山 浩治(大阪府東大阪市)
- 井寺 純子(広島県広島市)
- 石原 宏明(津山市)

善意銀行へのご寄付並びに会員会費へのご協力ありがとうございました。



子育て応援「まごころ小包」お届けします！申込受付中

コロナ禍で生活に困窮・不安を抱える子育て世帯へ、衛生用品や食料品を詰め合わせた「まごころ小包」をお届けします。

対象世帯

真庭市に住所があり居住する子育て世帯(18才以下の子どもがいる世帯)で、新型コロナウイルスの影響等で経済的な支援を必要とする世帯。25世帯。

申込方法

真庭市社協本所または支所に申込書で申込みください。申込書は、社協ホームページからダウンロードできます。

【郵送、FAX、メール、電話による申込みも可】

申込期間

令和2年12月1日(火)～令和3年2月26日(金)

決定方法

申込み先着順とする。

お届け方法

申込者の住所へ訪問、配送等の方法でお届けします。

*小包内容は、品物の在庫状況により変更する場合があります。

*食物アレルギーの対応は行っていません。

*申込みは、1世帯1回限りです。



申込書のダウンロードはこちらから →

真庭市社協HP

心配ごと相談所(12月の予定)

※相談は無料、予約は不要です。

北房(真庭市役所北房振興局)	17日(木)	9時～12時
落合(落合老人福祉センター)	10日(木)	
久世(真庭市役所本庁舎)	23日(水)	
勝山(勝山保健福祉センター)	4日(金)	13時～16時
美甘(真庭市役所美甘振興局)	8日(火)	
湯原(湯原保健福祉センター)	17日(木)	
中和(中和デイサービスセンター)	4日(金)	9時～12時

電話(0867)42-1005
 ※秘密は固く守られます。FAX(0867)42-2263

「コロナに負けるな！ウォーキングをしよう！！」開催



川上地域から
こんにちは！



三船真紀専門員

主催：川上地区社協 共催：蒜山地域食育・健康づくり実行委員会

川上地区社協は、平成18年の設立当初から人と人との交流を大事に活動してきました。

しかし、今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で例年通りの活動が出来ない状況となりました。「withコロナ」のもと何か出来ることはないかと考え、例年開催している「ウォーキングして、マイ弁当」はお休みし、10月24日（土）に「ウォーキングをしよう」に変更して開催しました。

当日は、素晴らしい秋晴れの中、大人22名子ども6名の参加者が集まりました。蒜山の朝はとても肌寒いです。9時半に受付が始まると、子ども達が保護者と元気にやってきました。川上保健センターを出発し、蒜山高原自転車道を通り、明連川休憩所みょうれんがわで折り返し、約4kmの道をゆっくりと歩きました。

参加した子ども達から、「友達とお話ししながら歩いて楽しかった」と嬉しい感想を聞くことができました。



↑蒜山下徳山(苗代)の自転車道を歩く参加者



↑折り返し地点の明連川休憩所で記念撮影

報告 ▶ 令和2年度「地域子育て応援ボランティア」養成講座

真庭市社協は、子育て支援ボランティアの養成を目的として、10月19日と27日に勝山保健福祉センターで講座を開催し、8名が受講しました。

第1回

講義：「地域ぐるみの子育て支援～応援団として私たちにできること～」

講師の新見公立大学 三好年江先生から、核家族化や共働きの一般化、かたよった情報の氾濫など、現代の子育て環境を背景に、親が育児不安を抱える場合があることを学びました。

また、子どもの育ちには良い人間関係(環境)が大切で、社会全体で子育てを支え、地域ぐるみの子育て支援が求められていること、支援者は「よく頑張っているね」「今のままでいいよ」などの親への声かけで、受容と共感の姿勢を伝え、温かく見守ることが大切と講話があり、今後、受講生が支援活動をするうえでの姿勢を学びました。



聴講後、感想を発表する受講生

第2回

演習：「子育て支援の場で実践できるレクリエーション」

レクリエーションインストラクターの森美智子氏にストローや牛乳パック、新聞紙を使った遊びを教わりました。親子のふれあいや遊びが子どもの心を育て、居心地の良い場づくりにつながると学びました。

活動実践発表：北房つどいの広場「ほくぼうほたるっこ」

発表者の原優子氏は、平成17年度の子育て支援ボランティア養成講座受講をきっかけに、北房で親子のつどいの場づくりに取り組み、「ほたるっこ」のスタッフとして活動されています。

地域との連携を大事に、ボランティアなど多くの人とのつながりの中で、お母さんに寄り添った活動を実践されている様子を伺うことができました。

受講生から「つどいの場に参加してみたい」と前向きな声も聞かれ、受講後の活動を考えるきっかけとなった講座になりました。

広報担当のつばやき

早いもので、もう師走。今年はどうな年でしたか？コロナによる変化の中でもできる事や方法を考えながら、福祉活動をおこなった年でした。新たな気持ちで良い年を迎えられるよう、締めくくりにしたいと思います。



真庭市社協HP

発行所：社会福祉法人 真庭市社会福祉協議会 〒719-3201 真庭市久世2928 Tel 0867-42-1005 Fax 0867-42-2263
E-mail:m.shakyo@gmail.com
http://www.maniwa-shakyo.or.jp