



つべつ

第96号

# 社協だより


編集 社会福祉法人 津別町社会福祉協議会 令和3年7月1日発行  
<http://www.protech-web.co.jp/homepage/tsubetsu/index.html>  
<https://www.facebook.com/tsubetsushakyo/>



## 今年もやります！ 社協めぐり

たくさんのボランティアの皆さんに支えられている「社協めぐり」。今年も津別町手をつなぐ育成会と連携し、青大豆味噌の原料となる青大豆を栽培します！！

新型コロナウイルス感染による緊急事態宣言中ではありましたが、感染対策をしながら青大豆の植え付けを行いました。秋には新型コロナウイルスの感染が落ち着いて、今年こそは収穫した青大豆で大収穫祭をしたいと思います。

 この社協だよりは、共同募金の配分金を活用しています。

# 令和2年度事業と決算の報告

令和2年度も、町民の皆さまから会費・寄付金・ボランティア支援などたくさんの善意をいただき、事業を展開してまいりました。令和2年度の事業報告と収支決算が6月23日の評議員会において、次のとおり承認されました。

## 1 事業報告

令和2年度津別町社会福祉協議会の活動は、「第2期地域福祉計画・第5期地域福祉実践計画」の1年次の取り組みをもとに推進してきました。ですが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響は、活動にも大きな影響を及ぼし、未執行业業や縮小した事業がありました。

津別町は、高齢者の一人暮らしや夫婦世帯が多い高齢化の課題と、何らかの理由でひきこもり状態になっている方など、制度の狭間で孤立状態になっている方の存在も明らかになり、平成27年度から町と連携し取り組んでいる「地域相互支援型自治体推進モデル構築事業」から、平成30年度に国のモデル事業である「我が事・丸ごと」の地域づくり推進事業として、「多機関の協働による包括的支援体制構築事業」を町と連携し、身近な福祉相談所「ぽっと」の活動を進化・拡大させつつ、町内での全世代型の包括的支援体制構築に取り組んできたところです。

また、令和2年社会福祉法改正により新たに創設された「重層的支援体制整備事業」を令和3年度から町と一緒に進めていくため、実施計画策定に取り組んできました。

令和2年度の基本方針を「個を地域で支える・個を支える地域をつくる」を重点に置いてきました。地域住民との協働による地域の総合相談拠点の整備や手をつなぐ育成会等との「豆のわプロジェクト会議」として青大豆の栽培など、地域と連携しながら、「助け合い見守りで 安心して住み続けられるまち つべつ」を推進してきました。

## 2 重点項目

### 1 総合相談機能の充実

- (1) あんしん生活サポートセンターぽっとの運営
- (2) 地域相互支援型自治体推進モデル構築事業の推進

### 2 地域の支え合い活動の推進

- (1) 自治会内における地域支え合い活動の取組
- (2) 介護予防いきいきポイント事業の推進

### 3 生活支援サービスの充実

- (1) 生活支援コーディネーターの活動と生活支援体制整備事業への取り組み
- (2) 生活支援サポート事業の推進
- (3) 福祉有償運送事業の取り組み
- (4) 認知症地域支援推進員の活動
- (5) 既存の福祉サービス事業等の充実



運動サロンで汗を流す皆さん

## 4 災害救援活動におけるボランティアセンターの運営

## 5 社会福祉協議会事務局活動の充実

- (1) 老人クラブ連合会事務局の取り組み
- (2) 庁舎等建設に伴う協議について
- (3) 広報活動の充実
- (4) 事務局体制の整備



福祉体験中の小学生

## 【実施した主な事業・サービス】

◆あんしん生活サポートセンターの運営 ◆いきいきサロン活動の推進 ◆介護予防いきいきポイント事業 ◆地域相互支援型自治体推進モデル構築に係る研究事業 ◆生活支援体制整備事業 ◆認知症地域支援・ケア向上事業 ◆障がい者・生活困窮者等の働く場の創出事業 ◆福祉有償運送事業 ◆命のバトン配布事業 ◆給食サービス ◆介護器具の貸し出し ◆ふれあい郵便 ◆あんしんコール ◆広報活動の推進 ◆ボランティア活動の推進 ◆安心電話の助成 ◆地域老人懇談会への助成事業 ◆サークルぴゅあ ◆津別町老人クラブ連合会事務局の運営 ◆福祉資金貸付事業 ◆訪問介護 ◆訪問入浴介護 ◆障害者の支援

## ◆令和2年度 地域福祉推進事業会計決算

科 目	決 算 額 (円)	説 明
収 入 合 計	51,579,680	会費・寄附金・補助金・繰越金等
支 出 合 計	50,796,407	人件費・事業費・事務費等
収入 - 支出	783,273	次年度へ繰越

## ◆令和2年度 介護事業会計決算

科 目	決 算 額 (円)	説 明
収 入 合 計	31,371,141	介護保険収入・受託金・繰越金等
支 出 合 計	21,682,040	人件費・事業費・事務費等
収入 - 支出	9,689,101	次年度へ繰越

## ◆令和2年度 福祉資金貸付事業会計決算

科 目	決 算 額 (円)	説 明
収 入 合 計	1,858,330	償還金収入・繰越金等
支 出 合 計	349,461	貸付金等
収入 - 支出	1,508,869	次年度へ繰越

# おうちで健康づくり

新型コロナウイルス感染予防のために、外出自粛や行事の中止など、日常生活が大きく変化していますね。自宅にいたるが増え活動量が不足すると、体力の低下や物忘れの進行など、**生活不活発病**になる心配があります。外出自粛が解除になり、また楽しく活動できるよう、元気なカラダを維持するためのポイントを紹介します。

## 生活不活発病を予防しよう



### ・家事や用事も立派な「運動」

座りっぱなしにならず「生活のなかでできること」を続けましょう。

### ・交流を大事に、よく笑う

笑うことは認知機能の低下を予防することができます。感染予防に気をつけて。

### ・バランスのとれた食事は元気の源

3食きっちり、おいしく食べて、必要な筋肉量を保ちましょう。

### ・夜は十分な睡眠を

動いたあとはしっかり休み、生活リズムを整えます。



楽しく栄養をとるための合言葉

目指せ！！

一日7種類

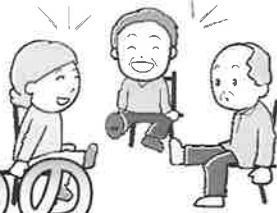


水分補給もお忘れなく。

# 新型 コロナに負けない！！ ウイルス

目標10回 //

## おすすめの 筋力トレーニング



自粛期間中  
できたことは  
ありますか？

体や心に  
変化はありますか？

これから  
やってみたいことは  
ありますか？



### ひざのぼし

衰えやすい「大腿四頭筋」を鍛える

- ・背筋をのばして、イスに浅く座ります
- ・足が床と平行になるように持ち上げます
- ・4秒かけて上げ、4秒かけて下ろします

ひざがつま先より  
前に出ないように注意

### スクワット

下半身の筋肉をバランスよく鍛える

- ・背筋をのばして、イスに浅く座ります
- ・胸の前で手を組んで、視線はまっすぐ前
- ・4秒かけて立ち上がり、4秒かけて座ります



### かかとあげ

「第2の心臓」ふくらはぎを鍛える

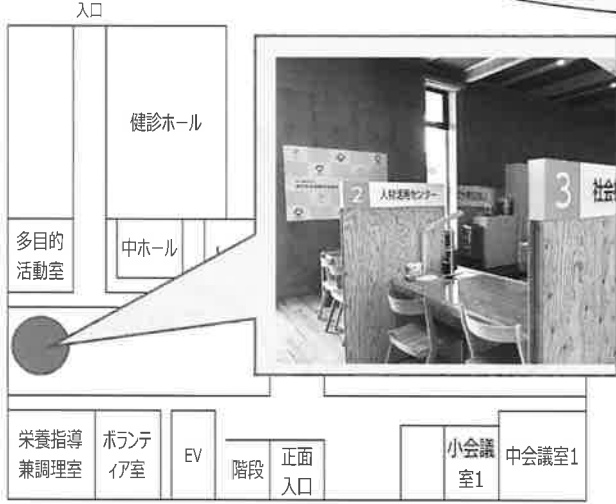
- ・肩幅に足を開いて立ちます
- ・かかと上げて、つま先立ちになります
- ・4秒かけて上げ、4秒かけて下ろします
- ・できる方はかかとを付けずにキープしましょう





# 5月6日役場健康福祉センターへ

## 社協事務所が移転



津別町社会福祉協議会の事務所は、津別町健康福祉センター内に事務所を移転いたしました。

5月6日より、ホームヘルパー事業所及び津別町人材活用センターともども業務を開始しています。

現在、役場保健福祉課の健康推進係、福祉係及び高齢者相談係とワンフロアの中、連携を図りながら活動を始めました。

新型コロナウイルス感染症の影響から施設利用の制限がある場合もありますが、みなさんの生きがい・健康づくりに役立ててもらうためボランティア室や多目的活動室を活用していきます。また、今まで通りお気軽にお立ち寄りくださいますようお願いしております。

【津別町社会福祉協議会 電話 76-1161】

\* - \*

## ボランティア 輝く人

### 共和 山田はる江さん



定年後、友だちに誘われボランティアを始めてもう6年が経過。お話ボランティアは、新型コロナウイルス感染症の影響を受けてできなくなったが、ボランティアでその方の昔の話を聞くことで、亡くなった親を思い出し、親のため自分のためと思えるので活動の再開を待ち望んでいる。今は、給食ボランティアに汗を流しています。

「私は、卓球が生きがいかな。すっごく楽しいのよ。」と笑顔で話され、仲間に誘われ、試合にも参加するほど楽しんでいるが、こちらも新型コロナウイルス感染症の影響で、今はお休み中。自分には良い仲間がいて、人とのふれあいが楽しくて、卓球とボランティアのダブルで楽しんでいるのと、笑顔で、今日も給食を配りに出かけた。



「輝く人」では、社協のボランティアに登録されている方を紹介しています。第25回は、給食サービスなどで活躍をしてくれている山田はる江（やまだ はるえ）さんに登場していただきました。

# 【 津別町共同募金委員会からのお知らせ 】

第7弾 **赤い羽根ピンバッジ** を作成しています。  
 今回は、町内に自然豊かな素敵な21世紀の森キャン場があることから、

**テント** と **まる太くん** のコラボです。

500円



募金していただいた方に

1個 贈呈します！

現在作製中です。  
 7月中旬には、完成予定です。楽しみにしてね！



第1弾 2015



第2弾 2016

まる太くん×ラグビーボール



第3弾 2017

まる太くん×クリンソウ



第4弾 2018

まる太くん×展望台



第5弾 2019

まる太くん×乳牛



第6弾 2020

まる太くん×玉葱



# 心あたたまるご寄付ありがとうございました。

(令和3年3月18日から令和3年6月18日)

## 社会福祉協議会へ

### ◆香典返しを廃して

新町 石川 巖 様 ・ 活汲 大野 稔 様 ・ 豊永 佐々木秋雄 様  
 活汲 井上 正幸 様 ・ 本町 伊藤 裕康 様 ・ 共和 安田 克己 様  
 活汲 青山 博秋 様 ・ 一条通 河端 和子 様 ・ 本町 高橋富美江 様  
 活汲 中西 光芳 様 ・ 幸町 新田 久男 様

### ◆その他

幸町 中川 博子 様 ・ 幸町 高橋トミ子 様

## 指定寄付

◆活汲中央自治会へ 活汲 井上 正幸 様      ◆活汲老人クラブへ 活汲 井上 正幸 様  
 ◆共和第4自治会へ 共和 安田 克己 様      ◆新栄生きがいクラブへ 共和 安田 克己 様

## 物品寄付

◆リングプル1.5kg 新栄生きがいクラブ 様      ◆使用済切手758枚 津別ライオンズクラブ 様



5月1日付で津別町社会福祉協議会に入職しました山口里史（やまぐち さとし）です。札幌市の隣の当別町出身です。

前職では札幌市で、障がいのある方の就労相談を行って来ました。社会福祉協議会では、町民性に合わせた地域福祉に取り組んで行きたいと思えます。5月からは、給食サービスを担当しています。早く顔と名前を覚えて貰えるよう頑張りますので、よろしくお願ひします。

## 津別郵便局より 消毒液の寄付



「新型コロナウイルス感染拡大防止に使って下さい。」と寄付していただきました。ありがとうございます。

(寄付日：令和3年6月3日)



篠森郵便局長

原田会長

## 編集後記

新庁舎に引越しをして2ヶ月が経過しました。来訪する町民の方には、「木の香りがするね！」と声を掛けられます。実務的に言えば、役場福祉課と同じフロアになったことで、仕事がスムーズに動いているような気がします。ということは、町民の皆様への対応もスムーズにならなければおかしいので、今まで以上に福祉推進に力を入れていきます。 (K)