

なかしべつ町 社協 だより

令和3年
冬号

『社協だより』は
共同募金の
一部助成を受けて
発行しています。

vol.82

令和3年1月発行

編集発行／社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会
〒086-1110 標津郡中標津町西10条南9丁目1番地4
Facebook 中標津町総合福祉センター（プラット）
電話0153-79-1231 FAX0153-79-1233
はじめました <http://www.plat.or.jp>



高橋イセヨ様より百寿を記念してご寄付をいただきました。ありがとうございました。



スナック汐珠様よりかわいい割り箸のご寄付をいただき、アシリカ様へ贈りました。



中標津町立計根別学園の生徒の皆様から赤い羽根募金へご寄付がありました。ありがとうございました。



中標津町市民後見人養成研修修了者の会「権利ようごサポーターズ・はあーとの会」の例会が開催されました。



JA中標津青年部様・中標津町農業協同組合様より飲むヨーグルト「ケフィアオーレ」のご寄付がありました。ありがとうございました。



放課後等デイサービス「とらいあんぐる」様よりちぎり絵とメッセージカードをいただきました。ありがとうございました。

社協
って？

しゃ 社会福祉 協 議会の略称です。公共性を持った社会福祉団体です。
きよう 誰もが安心して暮らすことのできる地域福祉の実現を目指しております。



中標津町社会福祉協議会は、12/31～1/5まで年末年始のため休業となります。



新年のご挨拶

社会福祉法人 中標津町社会福祉協議会

会長 渡部 徳樹

新年明けましておめでとうございませす。

皆様には健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より中標津町社会福祉協議会の事業推進に対しましてご理解とご協力を賜り役職員一同心より厚くお礼申し上げます。

昨年を顧みますと2月から新型コロナウイルスの感染拡大が始まり、各種の会議・集会・お祭りなどイベント事業が中止、十一月に入っても第三の波が押し寄せている状況から密閉、密集、密接の三密を回避しながらの集いの場を創ることができず、家に閉じこもってしまう問題が発生しています。

こうした状況は今後も続く見通しでありますことから、手洗い、消毒、換気を十分に施し、何とかこの難局を乗り越え、新しい生活様式を確立した中で一日も早く、正常な状態で福祉活動が出来ることを願うばかりであります。

4月からの新年度においては、令和3年から令和7年までの5ヶ年を計画期間とした第6期地域福祉実践計画が発動し、現代のニーズに合った事業の展開がされようとしています。

これまでの事業を評価しながら、5年後にはどのような地域にしたいのか、今までの事業を継続強化又は見直し廃止といった部分と出ようかと思いますが、基本として、人々が手を携えて生活の拠点である地域に根ざし、生活する者として誰もが自分らしく誇りをもって住み慣れた地域で安心、充実した生活を送ることが出来ることを目指し、行政並びに地域団体とも連携し、町民の皆様の協力を得ながら様々な取り組みを進めてまいります。

これからも社会福祉法人としての存在意義を意識し、皆様からの期待と信頼に応えるよう全力を尽くしてまいりますので、町民皆様には、本年も変わらぬご支援とご指導、また多くの参加を賜ります

ようお願い申し上げます。
この一年がご健勝でご多幸でありますよう心からご祈念申し上げ新年のご挨拶といたします。

社会福祉法人

中標津町社会福祉協議会

会長 渡部 徳樹

副会長 木村 之弘

副会長 乾 雅晴

常務理事 二瓶 隆司

理事 須崎 智

理事 菊池 勤

理事 松田 吉正

理事 武田 文子

理事 澤向 憲一

理事 秋山 俊彦

理事 山本 幸

監事 野毛 徳利

監事 円谷 正雄



令和2年度
中標津町社会福祉協議会
会長顕彰受賞者

長年にわたり社会福祉の増進に寄与していただいた方や、社会福祉活動に協力・援助してくださった方に対して本会会長顕彰が決定しました。受彰された皆様には、心より感謝の意を表しますとともにお礼申し上げます。

【福祉関係団体役員功労表彰】

クテクンさかえクラブ

安達 則

松田 征二

松田 ヒロ子

中標津町障害児者連絡協議会

大佛 司

いずみクラブ

音川 侑子

【民生委員・児童委員功労表彰】

中標津町民生委員児童委員協議会

吉川 政雄

澤谷 修一

小田 一夫

鎌田 淳

高玉 晴美

館下 裕典

小柳 ひるみ

【社会福祉協議会役員功労表彰】

中標津町社会福祉協議会評議員

下村 陽一

【社会福祉協議会職員功労表彰】

中標津町社会福祉協議会職員

福澤 さゆり

【感謝（労力の援助）】

中標津わんにゃん一家

【感謝（経済的援助）】

オフィスプロダクト有有限会社

高橋 イセヨ

(敬称略)

生活福祉資金(教育支援資金)のお知らせ

教育支援資金は、高等学校（※）、大学（※）、高等専門学校への就学に際し必要な経費「教育支援費」と、入学に際し必要な経費「就学支度費」の2つがあります。

※高等学校・・・中等教育学校の後期課程、特別支援学校の高等部及び専修学校の高等課程を含みます。

※大 学・・・短期大学及び専修学校の専門課程を含みます。

資金種類	使途目的	貸付限度額	据置期間	償還期間	利子
就学支度費	学校教育法に規定する高等学校、大学、高等専門学校への入学に際し必要な経費。 ・入学金等で入学時に学校に納入する経費 ・入学時に購入するもの ・教科書、参考書等で入学時に一括して購入するもの など	50万円以内	6ヵ月以内	20年以内	無利子
教育支援費	学校教育法に規定する高等学校、大学、高等専門学校に入学する、または在学している場合に必要経費。 ・授業料、学校納入諸経費 ・教科書、参考書 ・通学に係る交通費	月額 35,000円～65,000円以内 ※学校の種類によって限度額が違います。	6ヵ月以内	20年以内	無利子

低所得世帯を貸付対象としており、他制度優先や連帯保証人が必要などの要件がありますので、詳しくは中標津町社会福祉協議会 地域福祉課相談支援係（0153-79-1231）までお早めにご相談ください。

● 出前講座に行きました

新型コロナウイルス感染拡大防止のための取り組みをしているところではありますが、そんな中でも私たちは、少しでも町民の方のお役に立ちたいとの思いで出前講座を実施いたしました。



自立して生きがいのある生活を続けるためには、元気で活動できる「健康寿命」をのばすことが大切であり、そのカギとなるのがフレイル予防で人の交流・つながりが多い人ほど健康度が高いとされています。

また、社協って何しているの？の講座を、中標津しらかば学園、川西夕映えの会サロンのみなさんへ行き社会福祉法人、社協の役割、地域福祉、中標津町社協の機構の説明を行ったほか、地域住民と顔見知りになりたいことやボランティア等に興味があれば個人登録もありますので何かあれば相談連絡してくださいとPRしました。



フレイル予防の3つの柱

- ①運動・・・毎日歩く、体操する、できるだけ階段を使う
- ②栄養・・・食事と口の健康
肉・魚・卵・大豆製品などタンパク質をバランスよくとる
- ③社会参加・・・趣味・文化・芸能などのサークル活動、地域活動などに積極的に参加して外出機会を増やす



福祉レクリエーション・健康講座を依橋老人クラブ寿会、養老牛天寿会の会員さんへ行いました。

ボラセン情報

中標津町社協ボランティアセンター
からのお知らせ

令和2年度傾聴ボランティア養成講座が開催されました。

お話し相手ボランティアの活動者を養成することを目的として、お話し相手“笑くぼの会”が傾聴ボランティア養成講座を開催しました。

令和2年11月17日の第1回目には、本会職員から「傾聴」について、訪問時のマナー、傾聴とは何か、傾聴ボランティアの可能性についてなどを学んでいただき、今後の活動者の必要性について改めて認識する機会となりました。



お話し相手“笑くぼの会”とは

町内にお住まいの一人暮らしで高齢者の方、体が不自由で外出が困難であり、会話の機会もなく過ごしている方などのお話し相手をする「傾聴ボランティア」団体です。

傾聴ボランティアに興味のある方や、ボランティア活動に興味のある方は、お気軽にご連絡ください。

個人ボランティアも募集中です。

連絡先

中標津町社協ボランティアセンター
TEL 0153-79-1231

赤い羽根共同募金

令和2年度赤い羽根共同募金へご協力のお礼

赤い羽根共同募金運動は今年で74回目を迎え、長きにわたり継承されてきた他に類を見ない“じぶんの町を良くするしくみ”として全国的に取り組まれています。

この運動は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせることができるよう、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を応援するしくみとして取り組んでいます。

毎年町民の皆様から寄せられた善意が、社会福祉活動を行っている各福祉ボランティア団体への助成など幅広い用途に活用されています。

令和2年度の募金活動においては、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、募金協力のお願いの訪問活動を控えさせて頂きました。

そんな中でも、町内会や地元企業、各団体等の皆様には、例年通りのご協力を頂き、また、学校では様々な工夫を凝らし、募金活動を行って頂きました。

皆様の深いご理解、あたたかいご協力に心から感謝申し上げます。



「鬼滅の刃」は赤い羽根共同募金を応援しています

赤い羽根共同募金

www.akaihane.or.jp



マスク寄贈のご協力

ありがとうございました



マスクの入手が難しい方や必要とされている方へマスクをお届けして活用していただくために、手作りマスクや厚生労働省支給のマスクの寄贈を募集したところ、たくさんのマスクが集まりました。

マスクは、布用スタンプや装飾を施してリメイクさせていただきました。

リメイクしたマスクは、外出が困難な方やマスクの入手が難しい方、子どもや高齢者が多く集まる場所などに寄付させていただき、多くの町民の皆さんに喜んでいただきました。

ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

介護事業係

からの
お知らせ

介護ワンポイントアドバイス

自宅で出来る介護予防運動

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、外出する機会が減り、体を動かすことが少なくなっていますか？ 外出したり、体を動かす機会が少なくなると、身体機能が低下してしまいます。家でも無理をせず楽しみながら体を動かしましょう。

※運動を始める前に、注意をするポイント

- 血圧が高かったり、低かったり等はないか。 ●倦怠感はないか。
- 体調は悪くないか。（発熱、頭痛、めまい、風邪をひいている）
- 普段の体調と違うところがある際には、無理はしないでください。

自宅でできる運動

- ①背筋を伸ばす運動
両手を組みゆっくり天井に向けて両手を突き上げ5数えます。
 - ②肩と脇腹を伸ばす運動
突き上げた手をゆっくり傾け5数えます。反対側も同じく行います。
 - ③体をひねる運動
体をゆっくりひねりながら後ろを振り向き5数えます。反対側も左右を行います。
 - ④首周りの運動
首を左右へゆっくり5回ずつ回します。頭を前・後ろへゆっくり5回ずつ傾けます。
 - ⑤足踏み運動
手をふりながら、10回足踏みをします。
 - ⑥椅子に座りスクワット運動
椅子に座り、両手を太ももの付け根に置き、ゆっくり椅子から立ち上がり、ゆっくり座ります。
- ※身体の状況に応じ、無理せず動かせる範囲で行ってください。

新型コロナウイルスにかからないように気をつけること

- ◆マスク着用時は、鼻と口の両方を確実に覆いましょう。
- ◆手洗い、消毒をしましょう。
- ◆三密を避けましょう。
- ◆室内の換気をしましょう。



福祉サービス等に関する苦情解決状況報告

年 月	分 類	件 数	状 況
令和2年10月	障害福祉サービス	1件	解決済

中標津町総合福祉センター 「プラット」からのお知らせ

手洗い台が設置されました

「中標津町の新型コロナウイルス対策を応援する町民有志の会」からいただいた寄付金によって、中標津町総合福祉センター「プラット」の正面玄関に手洗いが3台設置されました。手洗い台は、石けんや温水が自動で出てくるので、直接触れずに手洗いでできるようになっています。また、1台は、車いすを利用されている方に使いやすいように設計されています。



中標津総合福祉センター「プラット」を ご利用される皆様へお願い

いつも中標津町総合福祉センター「プラット」をご利用いただきありがとうございます。プラットでは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、出来る限りの対策をとりながら、開館しています。

来館者の皆様には、下記の点についてご理解、ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

- 来館時には、マスク着用のうえ正面玄関にある手洗い台で手洗い・手指消毒をお願いします。
- 風邪症状など体調の優れない方や過去2週間以内に発熱やのどの痛みなどがあった方の入館を遠慮願います。
- 会議室等の貸館利用時には、定員を通常の半分の人数に限らせていただき、利用者全員の名簿記入にご協力をお願いします。また、使用後消毒作業を行っておりますが、使いまわしを避けるため貸出備品を制限させていただいております。
- 2階健康増進室利用時には、1時間ごとに消毒作業を行い、1日5区分（下記参照）、1区分の定員を5名までとさせていただきます。また、消毒作業の関係上、使用できる器具を制限しており、シャワー室についても使用禁止とさせていただきます。

1区分 9：30～10：30

2区分 11：00～12：00

3区分 13：30～14：30

4区分 15：00～16：00

5区分 16：30～17：30

（土・日曜日、祝日、夜間は利用できません。）



中標津総合福祉センター「プラット」の休館日について

令和2年12月29日（火）～令和3年1月5日（火）まで年末年始の休館日となります。

開館は、令和3年1月6日（水）からとなります。

（休館中は、施錠しているため全館立ち入ることはできません。）

中標津町総合福祉センター プラット（中標津町社会福祉協議会内）

TEL 0153-79-8666

あたたかい真心をありがとうございます

令和2年6月1日から令和2年11月30日分まで掲載



香典返しにかえて

中塚 信子 様	梅原 節子 様	村山 繁子 様	中島 清美 様	阿部 勝男 様
岡田 英行 様	山田 恵美子 様	城地 嘉代子 様	寺崎 司 様	高橋 正雄 様
三宅 利津恵 様	村山 敏幸 様	山田 俊博 様	中村 正宏 様	石崎 悦子 様
安田 隆 様	石川 義弘 様	漆原 功 様	馬場 美雪 様	奥村 一義 様
小林 竹雄 様	下山 誠一 様	加藤 松子 様	日塔 芳夫 様	白簾 勝治 様
吉田 和子 様	小川 富子 様	日下部 照男 様	松井 ナガ子 様	舘岡 幹男 様
菊地 忠 様	石井 弘 様	梶沼 幸介 様	伊藤 将智 様	飯島 佐市 様
工藤 美智子 様	井澤 敏行 様	遠藤 勇司 様	金澤 富美枝 様	佐藤 元昭 様
田中 陽子 様	横井 房良 様	藤田 誠一 様	永井 和子 様	佐藤 玲子 様
佐々木 郁夫 様	高木 恵史 様	小田 なみ子 様	町田 芳照 様	吉田 敬子 様
澤田 由三子 様	佐藤 一廣 様	坪谷 捷介 様	川口 勝子 様	眞壁 正雄 様
須郷 洋機 様	板垣 徳敏 様	筒井 鈴子 様	高清水 靖昌 様	田中 レイ子 様
佐々木 富昭 様	山崎 美保子 様	坂本 フミヨ 様	古谷 愛子 様	



篤志寄付

高橋 イセヨ 様 俵中OBRC 様

収集ボランティアにご協力感謝いたします



リングブル・使用済み切手・書き損じハガキ・テレホンカード・ベルマーク

木庭 旬子 様	依田 久子 様	上田 愛子 様	佐々木 すみえ 様	富樫 幸子 様
佐々木 修 様	守田 美和 様	竹村 正子 様	村上 恵子 様	志賀 シズエ 様
松本 光雄 様	石川 綾子 様	竹中 弘美 様	藤浪 淳 様	重松 麗子 様
任 真紀 様	宮川 京子 様	白井 祐子 様	須田 フサ子 様	木下 幸子 様
忠津 哲子 様	加藤 富子 様	藤田 郁夫 様	天口 信子 様	原 栄一 様
須藤 満寿子 様	石崎 龍彦 様	島部 政敏 様	西山 久子 様	千葉 京子 様
矢萩 義江 様	渡辺 けい子 様	工藤 克子 様	松尾 宏美 様	瀧場 淑子 様
小森 幸子 様	川村 みな 様	佐野 宣一 様	太田 恵美子 様	相澤 真奈美 様
志賀 正男 様	棚橋 功 様	舘山 度子 様	石井 晶恵 様	足立 久子 様
佐野 玉枝 様	下村 陽一 様			

中標津町消費者協会 様	中標津白樺町内会寿クラブ 様	株式会社 須田建設 様
セブンイレブン中標津桜ヶ丘店 様	中標津消防団第1分団 様	有限会社 佐藤鉄工 様
富国生命保険相互会社中標津営業所 様	南泉町内会 様	社会医療法人 孝仁会 中標津脳神経外科 様
公明党 中標津支部 様	石川板金株式会社 様	贈り物ギフト さくら館 様
医療法人社団 溪流会 中標津眼科クリニック 様	理容室 ホソカワ 様	認定こども園中標津愛光幼稚園 様
標ヶ丘町内会 様	株式会社 三和設備工業 様	東中町内会 様
住友生命保険相互会社中標津支部 様	雨宮印刷株式会社 様	明治安田生命保険相互会社中標津営業所 様
スナック 汐珠 様	NPO法人 森の家 様	中標津東九条郵便局 様
南町新生クラブ 様	俵中OBRC 様	開陽老人クラブ 様
パークゴルフ遊ぼう会 様	俵橋老人クラブ寿会 様	