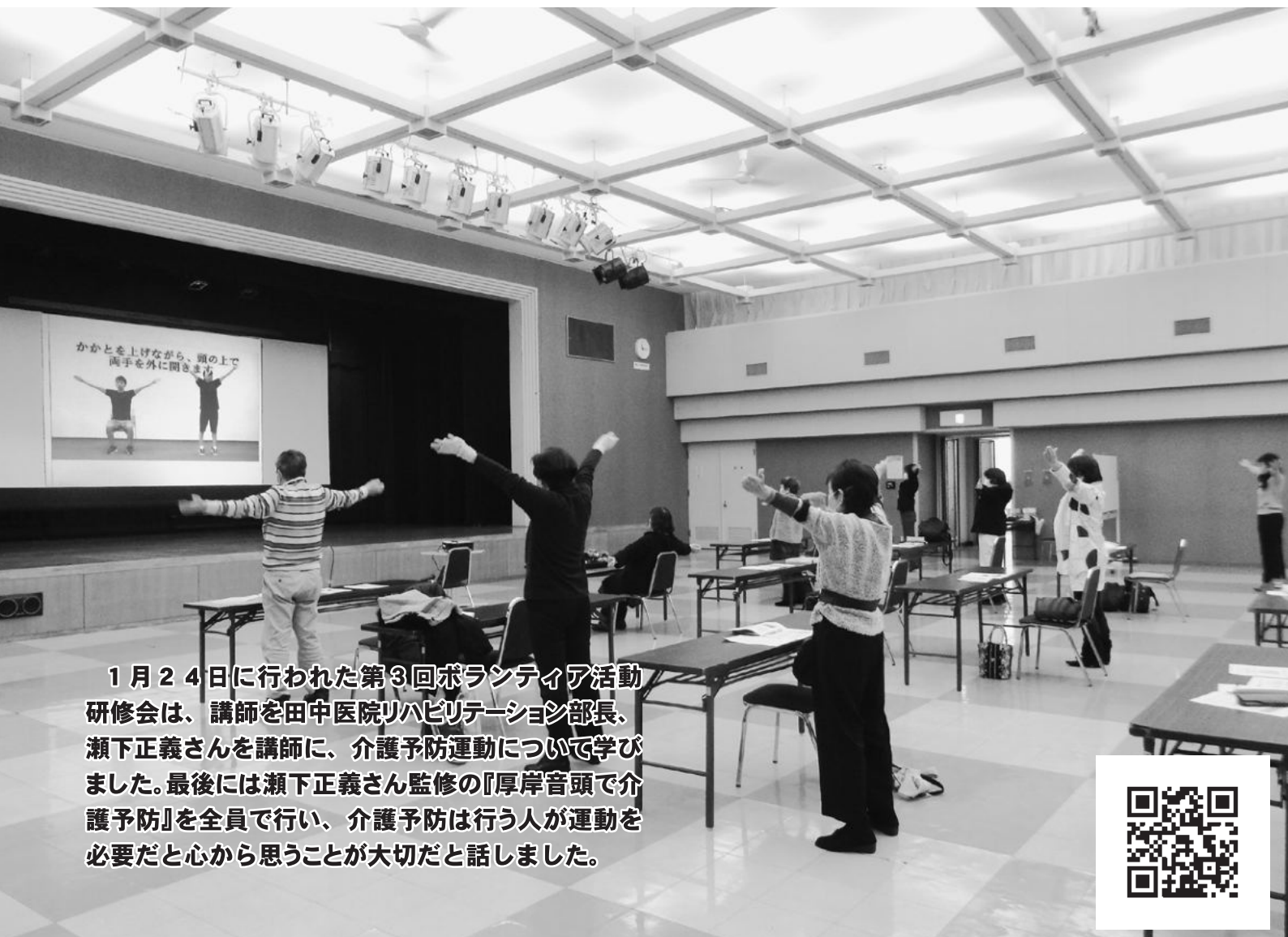


しゃっきー



しゃっきーは厚岸町社協のシンボルキャラクター名です

- あっけしの町を良くするしくみ 赤い羽根共同募金
- 生活支援コーディネーターのウォーキングマップ
- 福祉を通して、人・まちにやさしさを
- あんしんサポートセンターあっけしの4年間
- 自宅でふまねっとしませんか？
- 心和園・デイサービスだより ほか



1月24日に行われた第3回ボランティア活動研修会は、講師を田中医院リハビリテーション部長、瀬下正義さんを講師に、介護予防運動について学びました。最後には瀬下正義さん監修の『厚岸音頭で介護予防』を全員で行い、介護予防は行う人が運動を必要だと心から思うことが大切だと話しました。



『あつけしの町を良くするしくみ』 赤い羽根共同募金

12月31日をもって無事終了しました



～心あたたまるご協力に感謝します～



赤い羽根共同募金は
1,970,160円寄せられました

募金結果は、次のとおりです。(表1)

表1) 令和2年度赤い羽根運動実績報告

募金内訳	目標額	実績額	達成率
各戸募金	1,331,000円	1,055,020円	79.3%
法人募金	650,000円	640,000円	98.5%
街頭募金	50,000円	0円	0.0%
その他募金	169,000円	275,140円	162.8%
計	2,200,000円	1,970,160円	89.6%

■各戸募金 30件

湾月自治会30,000円／若竹自治会57,500円／梅香自治会63,000円／松葉町自治会49,300円／奔渡自治会20,000円／奔渡南自治会20,000円／筑紫恋自治会9,000円／床潭自治会23,720円／末広自治会9,000円／港町自治会65,000円／真栄東自治会37,000円／真栄中央自治会16,500円／真栄西自治会27,000円／住の江自治会45,000円／山の手自治会58,500円／宮園東部自治会13,000円／宮園中央自治会15,000円／宮園鉄北自治会86,500円／宮園丘陵自治会30,000円／白浜自治会78,500円／光荣自治会63,500円／門静自治61,500円／苫多自治会7,500円／尾幌自治会50,850円／上尾幌自治会30,150円／太田自治会50,500円／南片無去自治会8,000円／系魚沢自治会13,000円／若松自治会10,000円／プライベート自治会6,500円

■法人募金

▽20,000円 2件

厚岸漁業協同組合／釧路太田農業協同組合

▽10,000円 35件

Rスタジオ(株)／秋田歯科医院／厚岸建設業協会／厚岸調剤薬局／厚岸町森林組合／厚岸湊石油(株)／厚岸木材工業協同組合／池田治税理士事務所／磯田元気水産(株)／医療法人社団田中医院／カネマス上田商店／釧路地区自動車販売店協会厚岸支部／小林板金(株)／司法書士長谷川博一事

務所／生命保険協会／大厚運輸(有)／太平洋設備(株)厚岸営業所／道東建設工業(株)／中田採石工業(有)／纏鯨／マル勢影本工業(株)／丸弘水産(株)／三ツ輪ベントス(株)厚岸工場／(株)共和建設工業所／(株)五味石油／(株)サカイ／(株)西口電機商会／(株)ヒシナカ／(株)丸一タバタ／(株)マルトク／(株)宮原組／(有)厚岸製函／(有)厚岸清掃社／(有)久保自工／(有)中村運輸

▽5,000円 38件

アールズ総合法務事務所／あきた生花店／秋山水産／厚岸自動車整備センター(株)／厚岸トラック(株)／あら川菓子司／小笠原工務店／鹿野商会(株)／栗林電機(株)／堅展実業(株)厚岸蒸溜所／桜亭／佐藤運送(有)／セブンイレブン厚岸白浜店／セブンイレブン尾幌店／大地みらい信用金庫厚岸支店／大地みらい信用金庫松葉町支店／タイヤセンターありはら／田崎土建(株)／道東貨物(株)／野呂田商店／平良木新聞店／ホンダオート厚岸(株)／松葉町歯科クリニック／貢建設合同会社／山崎土建(有)／吉崎花店／(株)厚岸味覚ターミナル・コンキリエ／(株)近海食品／(株)工藤写真館／(株)佐藤工業／(株)ナリテツ／(株)前田食品工場／(株)宮川時計電器店／(株)村上石材工業／(有)厚岸印刷／(有)厚岸自動車工業／(有)岩井商店／(有)ミナミヤ

▽3,000円 17件

厚岸石材店／鈴木旅館／第一水道工業(株)厚岸営業所／土井木材(株)／馬場商店／ふくだ歯科クリニック／ベスト電器厚岸店／ホドノ／三浦自動車(株)／宮原クリーニング／(株)イシヤマ／(株)小林建設／(株)塚野／(株)ホテル五味／(株)まるに／(有)厚岸海産／(有)厚岸マイカーセンター

▽2,000円 4件

真栄木材(株)／セイコーマート厚岸店／中村小児歯科クリニック／ホームヘルプステーションおはなさん(株)

▽1,000円 1件

アビエス



(上)真龍中学校



(上)厚岸中学校

※写真撮影のためマスクを外しています

■その他の募金 33件

【学校募金】厚岸小学校13,298円／厚岸中学校生徒会8,062円／太田小学校350円／太田中学校生徒会5,669円／真龍小学校15,455円／真龍中学校生徒会14,884円

【職域募金】釧路東部消防組合消防本部395円／釧路東部消防組合厚岸消防署1,605円／心和園・デイサービスセンター19,696円／厚岸地区保護司会1,492円／ウエダ理容所1,841円

【イベント募金】赤い羽根チャリティーパークゴルフ大会51,624円／親子でるるる2,597円

【募金箱】厚岸漁業協同組合直売店3,695円／厚岸漁業協同組合本所76円／厚岸町役場窓口344円／厚岸味覚ターミナル・コンキリエ521円／厚岸郵便局368円／イエローグローブ厚岸店1,671円／イオン厚岸店2,224円／(株)サカイ330円／(株)丸一タバタ7,780円／企業組合エーエスユー工房るるる6,877円／釧路太田農業協同組合本所5,451円／社会福祉協議会窓口31,925円／町立厚岸病院窓口9,908円／ツルハ(株)ツルハドラック厚岸店147円／パンとケーキのマエダ10,712円／フクハラ厚岸店8,251円／本厚岸郵便局400円／保健福祉課窓口3,656円／BRILLIANT CREW586円

【その他】北海道共同募金会(寄付金付商品)43,250円

「赤い羽根自動販売機」を設置しました

この自動販売機で飲料を購入することで、その売り上げの一部が共同募金へ寄付される仕組みです。

設置場所は、パンとケーキのマエダ、鈴木旅館、福祉センターです。



歳末たすけあい募金は
211,500円寄せられました

民生委員を通じて町内の在宅重度障がい者の方に見舞金を贈呈しました。募金結果は、次のとおりです。(表2)

表2) 令和2年度歳末たすけあい運動事業報告

収入の部	件数	金額
歳末たすけあい募金	33件	211,500円
前年度からの繰越金		54,512円
計(A)		266,012円

支出の部	件数	金額
見舞金贈呈(1件5,000円)	41件	205,000円
事務費		4,000円
計(B)		209,000円

(A)-(B)の57,012円は次年度繰越

■歳末たすけあい募金 33件

厚岸町社協親睦会10,000円／太田自治会10,000円／太田老人クラブ10,000円／光栄自治会10,000円／真栄中央自治会10,000円／真栄西自治会10,000円／住の江自治会10,000円／梅香自治会10,000円／奔渡南自治会10,000円／宮園中央自治会10,000円／宮園鉄北自治会10,000円／宮園東部自治会10,000円／上尾幌老盛会6,000円／厚岸町役場管理職会5,000円／糸魚沢自治会5,000円／川村清蔵5,000円／松竹梅友の会5,000円／第三高砂会5,000円／床潭寿会5,000円／苫多自治会5,000円／松葉町自治会5,000円／末広自治会5,000円／南片無去自治会5,000円／宮園中央老人クラブ5,000円／門静自治会5,000円／若松自治会5,000円／光栄さくら会3,000円／加賀浩一3,000円／港町三十七会3,000円／加賀章子2,000円／匿名3件9,500円

生活支援コーディネーターの ウォーキングマップ Vol.1 (16)



おじゃましました！ 厚岸町ゲートボール協会

「コロナに負けず活動を続けているよ。」そんな情報を聞き、突撃訪問したのは12月中旬。太田地区にある集会所「らくとぴあ」内では、スティックでボールを打つ音と元気な声が響き渡り、その先には「厚岸町ゲートボール協会」の皆さんがいらっやいました。活動は、週3日（月水金）で、時間は8:30~14:30まで。参加は毎回、会員登録しているほぼ全員が参加します。

元々この地区は、老人クラブ活動が盛んな地区でしたが、このコロナ禍でさまざまな集まりが中止となりました。唯一活動が続いているのがこのゲートボールとあって、参加する皆さんは活動できる喜びをととても感じています。

ですから、感染しない・感染させない事を常に意識し感染予防対策はばっちり。寒い冬でも換気を行い、マスク着用やアルコール消毒の実施はもちろん、参加者同士の距離もしっかり取

ります。「みんなで集まりたいけれど、コロナ禍では声を掛けにくい。早くコロナが収束して、以前の様な活動をしながら、みんなに会いたい。」と切実に話していました。



写真撮影のためマスクを外しています。取材にご協力ありがとうございました。

◆◆◆ちょっとした困りごとの相談やお茶会のお誘いはこちらまで◆◆◆
厚岸町社会福祉協議会 生活支援コーディネーター 柏木
TEL 52-7752 FAX 52-6044

福祉を通して、人・まちにやさしさを ～ 社協の福祉学習～厚岸小学校5年生～

社協では、福祉とは何かを学び、様々な福祉体験を通じ他者への理解を深め、自ら進んで高齢者や障がい者との関わりを持った社会生活を送れるよう、福祉の学習に取り組んでいます。

昨年12月は、厚岸小学校において「高齢者疑似体験」と「車いす体験」を行いました。

高齢者疑似体験

これは、手足におもりを付けたり、関節にサポーターを付けて、高齢者に起こりがちな関節の曲げづらさや筋力低下を体験できるものです。

子ども達は、「足を上げるのがきつかった。町の中で高齢者を見たら声をかけようと思う」「帰ったらおばあちゃんに優しくしようと思った」など、今まで感じていた高齢者に対する見方が体験したことで変化したようでした。



階段を登る時は、声掛けを行いながら、安全を確保して支援します

車いす体験

高齢者の身体的特徴を学習した後は、車いすの操作方法や介助するときのコミュニケーション方法を学びました。

子ども達は、車いすに乗った時と、車いすを押しときのスピードの違いや、声掛けの言葉遣いやその時の目線の高さなど、普段なかなか気づくことができない「やさしさ」を体験しました。



障害物の上で車いすを操作する子供たち

二つの体験を通じて、普段自分が見える景色や足腰の動かし方など、自分の当たり前がみんなの当たり前ではないことを学習しました。「福祉＝しあわせ」。今回、福祉（しあわせ）について考えた授業の中で、自分のしあわせはもちろん、みんなのしあわせも考えられるような、そんな優しい大人になってほしいと切に願います。



あんしんサポートセンター あっけしの4年間



平成28年11月に開所した「あんしんサポートセンターあっけし（以下「センター」）」は、権利擁護事業(※1)の相談や支援、市民後見人の養成、法人後見の受任などを主な業務として実施。昨年10月で4年を経過しました。今回は、その活動状況を報告します。

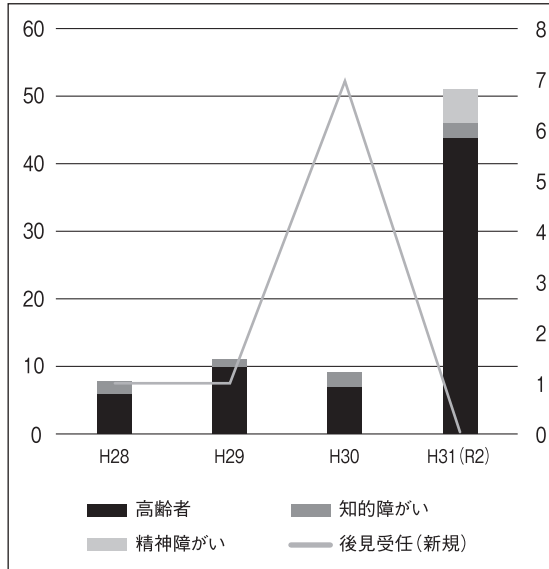
相談は増加傾向

開設当初から3年間は、地道な普及啓発活動を行っていたものの地域包括支援センターや福祉関係者からの相談が多く年間で延10件程度の相談件数にとどまる程度でした。契機は、法人による後見受任のケースが大幅に増えた平成30年度以降で、法人後見による後見活動が町内に浸透し、福祉関係者以外からの問い合わせも増え、令和元年度は相談件数が51件と急増、現在も増加傾向にあります。

後見人バンク12名登録

センターでは、成年後見制度を担う市民後見人の養成にも力

【グラフ1】相談対応と後見受任件数



(※1)権利擁護事業
社協の権利擁護事業では、認知症、知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が十分でない方の権利を守る事業で、成年後見制度や日常生活自立支援事業があります。

を入れており、平成29年度(第1回)と令和元年度(第2回)に養成研修を実施しています。研修受講者は、全部で8日間にもおよび講義を受け後見人としての必要な知識を身につけ、市民後見人や後見支援員として活躍を期待しています。

研修修了者は、第1回に9名、第2回に8名で、このうち12名が事前に市民後見人バンクに登録し、活動のオファーを待っている状況です。

後見支援員2名が活躍

市民後見人バンクの登録者の中からニーズに応じて、後見人等を個人受任する市民後見人、もしくは法人後見を社協職員と一緒に担う後見支援員のどちらかでの活動をお願いしています。残念ながら「ひとりでの活動は荷が重く不安」などの理由から個人受任で活躍する市民後見人は現在いませんが、社協職員と一緒に支援を行う後見支援人が2名活躍しています。

市民後見人や 後見支援員の活動

年金、健康保険証、重度医療などの生活に必要なサービスや適切な治療、介護等を受けるための行政手続きや、納税、光熱費等の支払い、お金

の引き出しや通帳管理等、本人が地域で安心して暮らすことができるようサポートします。専門職後見人（弁護士、司法書士、社会福祉士等）と違い、「同じ地域住民同士」としてのつながりで、地域と本人の社会的な結びつきを助ける大きな役割を果たします。



介護保険など福祉サービス利用手続きの支援



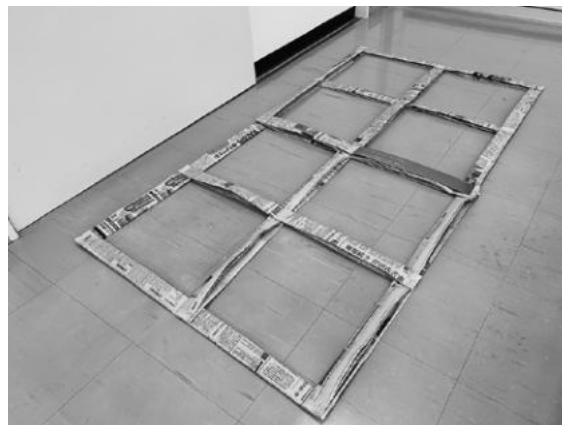
お金のやりとりや預金の出し入れの支援

自宅でふまねっと しませんか？

皆さんはふまねっと運動を知っていますか？
ふまねっと運動とは、約50cm四方の大きな
マス目でできた網を床に敷き、その網を踏まな
いように歩く運動です。

ふまねっと運動を行うことで、歩行バランス
が改善され、「注意・集中・記憶」などの認知
機能の向上が期待でき、注意力向上や転倒予防
に繋がります。

コロナ禍で在宅時間が増え、歩行中に転倒の
不安がある方、『自宅でふまねっと』してみま
せんか？専用の網がなくても、**古新聞とホチキ
ス（またはテープ）を使って網を作ることがで
き、自宅で気軽にできるようになりました。**



古新聞で作成したふまねっとの網

作り方と運動方法は、**認定NPO法人ふまねっ
と (www.1to3.jp)** で紹介されています。（自宅
にインターネット環境がなく、ご覧になれない
方はご連絡ください。）

また、小人数であれば体験会も実施できま
すので、気軽にご連絡ください。

◆連絡先◆

厚岸町社会福祉協議会 ☎52-7752

こんにちは！社協ヘルパーステーションです

第4回

ヘルパー日誌

こんにちは、例年になく寒い日が続いていま
すが、社協ヘルパーステーションは寒さに負け
ず元気に活動しています！

今回は、社協ヘルパーステーションについて、
よく質問されることを、Q&Aで紹介させていた
だきます。

【Q1】 社協ヘルパーステーションって、どこ
にあるの？

→ 福祉センター内に事務所があります。

【Q2】 ヘルパーって、何人いるの？

→ 現在、男性ヘルパー1名、女性ヘルパー
11名の計12人がヘルパーとして勤務し
ています。女性が多い職場なので、年
齢はご想像にお任せします（笑）

【Q3】 ヘルパーってどんなことをしてくれる
の？

→ ケアマネージャーが作成するケアプラ
ンに基づき、自宅での自立した生活が
継続できるよう、出来ない部分のお手
伝いをさせていただきます。掃除、洗
濯、調理、買い物等の生活援助、入浴、
清拭、排せつ等の身体介護があります。



新型コロナウイルス感染症の影響で生活費にお困りの方を対象とした 生活福祉資金【特例貸付】受付期間延長のお知らせ

北海道社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症の影響により休業や失業等で生活資金にお困りの方に、無利子、保証人不要で生活福祉資金の特例貸付を行っています。

この制度は、コロナの影響により休業などで収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のため資金を必要とする世帯、または、失業等で収入が減少または無収入となり生活が困窮し、日常生活の維持が困難となった世帯が対象の特

例貸付制度です。

これまでの受付期間は令和2年12月末まででしたが、現在も多くの方がコロナの影響を受けていることから、**令和3年3月末まで受付期間を延長**することになりました。

貸付を希望する方や、特例貸付制度の概要を知りたい方は、総務地域課（☎52-7752）まで連絡ください。

■申請時に用意するもの

- ・申請書類一式
(当会ホームページより入手できます。インターネット環境がない方は郵送しますので、気軽に問合せください。)
- ・申請者の運転免許証または健康保険証のコピー
- ・世帯全員の住民票
- ・預金通帳またはキャッシュカードのコピー

■留意事項

対象者は、町内在住で生活保護を受給していない世帯です。申請後、口座へ入金されるまで1週間程度かかりますので、早めの申請手続きをお願いします。



梅香発信

No3

『社協居宅介護支援事業所』介護や福祉の小話③

【QOLという言葉をご存じですか？】

QOLとは「Quality Of Life (クオリティ・オブ・ライフ)」の略であり、人生の質、生活の質と訳されます。医療や介護、教育の場面でも使われる言葉です。日々の習慣を見直すだけで、QOLを向上させることは可能で、何か1つを意識すれば改善できるというものではなく、生活全体の見直しやバランスが必要です。

その中でも意識すべきポイントは以下の5つ

- 1、健康：食事や市民、運動などの生活の基盤となるもの
- 2、整理整頓：部屋の乱れは心の乱れ、整理整頓は精神的豊かさにつながる
- 3、仕事や学び：やりがいや充実感、未来へのワクワクを創るもの
- 4、人間関係：最も人を悩ませる要素でありながら、最も幸せを与えてくれるもの
- 5、趣味：ストレスを発散しリフレッシュ、充実感や幸福感を生み出す源泉

自分にとって今何が足りないのかを考えながら、良い習慣を取り入れて行くことがQOLを向上させるのに役立ってくれると思います。

心和園・デイサービスだより

ベッドが新しくなりました

令和2年12月に、超低床型ベッド6台を心和園に追加設置しました。このベッドは、令和2年2月に6台導入されたものと同タイプで、床下15cmまでベッド高を下げる事が可能です。入居者により快適な環境を提供するとともに、事故対策や身体拘束廃止の観点からも、有効に活用したいと思います。

今回の超低床ベッドは、厚岸町から令和2年度防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金事業を財源に導入されました。この事業は、特定防衛施設関連市町村として指定された市町村に対して、交通施設、スポーツ施設等の公共用の施設整備や防災に関する事業、福祉に関する事業を行うための費用として、国（防衛省）から交付される交付金です。



低床なので、以前布団で就寝されていた方も、安心して眠ることができます。

ミニミニクリスマス会

今年度のデイサービスセンターでは、コロナ禍において残念ながらさまざまな催しが中止となりましたが、12月14日～19日に感染予防対策を講じながら『ミニミニ』のクリスマス会を開催しました。

内容は、チーム別と個人別ゲームを行い、優勝チーム・優勝者へのプレゼント贈呈と、利用者全員へサンタクロースからプレゼントを届けました。

また、クリスマスには欠かすことができない色とりどりのケーキをおやつとして提供し、笑

顔溢れる時間を過ごすことができました。

これからは寒さも増し、さらに先の見えない新型コロナウイルスに多少の不安はありますが、次のクリスマスも皆さんと一緒にサンタクロースと過ごすため、これからも健康に過ごせるよう体調に配慮した取り組みを続けたいと考えています。



サンタクロースからプレゼントが届きました！

送迎車が仲間入り！

令和2年度防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金事業により、トヨタノアが新たに仲間となりました。乗車した利用者からは「新車の匂いがしてるね」「新しい車に乗れてよかった。気持ちいいね」との声が聞かれ、車内での会話も弾んでいます。

冬季間は、路面状況に左右され送迎時間が長くなることも予想されますが、運転手や介護員共に、今後も安全第一を心掛けながら、新しい送迎車と共に運用させていただきます。

皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



新車は8人乗り。朝夕の送迎で元気に町内を走り回っています。

社協の 掲示板

社協情報をお知らせする掲示板

寄付・寄贈ありがとうございます

皆さまの善意ありがとうございます。
(令和2年12月～令和3年1月分掲載)

【寄付金】

100,000円／大堂信子さん（特別養護老人ホーム心和園に）

【寄贈品】

▼法人運営

古切手／教育委員会管理課

古切手／匿名

▼心和園

昆布・タオル／苫多自治会女性部

飲料水を寄贈いただきました

令和2年12月21日、北海道コカ・コーラボトリング株式会社から、社会貢献活動として清涼飲料水など6箱を寄贈いただきました。

この取組みは、同社が道内の社会福祉施設へ笑顔を届けるために寄贈を続けているもので、当会では、寄贈いただいた清涼飲料水を町内の障がい者団体や障害福祉サービス事業所、特別養護老人ホーム心和園に配布しました。

受け取った団体からは「休憩時に活用させていただきます。」と大変喜んでいました。

今年もたくさんの飲料水を寄贈いただき、ありがとうございました。



私たちが社協で働いています

9月より総務地域課で働いています。老若男女問わず健康な人も生きづらさを抱えている人も、みんなで支えあい寄り添いながら安心して地域で暮らせる仕組みづくりのお手伝いをしています。

埼玉出身で、厚岸居住歴16年になります。厚岸では、子育て支援センターや幼稚園に勤務していましたのでご存じの方は

保育士のイメージがあるかと思いますが、埼玉では8年間、障がい者施設の職員として介護の仕事に携わり、介護福祉士とケアマネジャーの資格を持っています。

保育と介護を通して得られた経験を活かし、誰もが安心してその人らしく暮らせる町づくりに、微力ながら精一杯貢献していきたいと思っています。



総務地域課
車塚 香保里

厚岸町社協広報『しゃっきー』

2021.2/No.179【編集】広報委員会(以下、委員)

米内山紘輝、中野絹恵、柏木由起子、杉本裕樹

熊谷重美、伊藤由弥子、本庄祐長、五十嵐愉美

社会福祉法人厚岸町社会福祉協議会

〒088-1115 厚岸郡厚岸町梅香2丁目1番地

厚岸町社会福祉センター内

TEL 0153-52-7752 FAX 0153-52-6044

mail info@akkeshishakyo.or.jp/