

Vol.95

明祥地区社会福祉協議会（南部公民館内）
電話 92-3641 ファックス 92-5774

☆社会福祉協議会一般会員募集☆

一般会費・一般会員ってなあに？

安城市内では、誰もがその人らしく安心して暮らせるまちを目指し、それぞれの地域で町内福祉委員会活動が行われています。それらの活動の主な財源となっているのが“一般会費”です。

一般会費（1口300円）にご協力いただいた方を“一般会員”と呼んでいます。

例えば

一般会費はどのように使われるの？

皆さんの住む町内の福祉委員会活動や地区社協が行う地域福祉活動に使われています。集められた金額の40%が町内会へ、40%が町内福祉委員会へ、20%が地区社協の事業費として、全額が地域のために使われるようになっています。



福祉講演会の開催
介護者のつどいの開催
学習活動の開催・助成
（介護教室、地域福祉活動勉強会）
サロン活動への助成
（世代間交流会、子ども見守り活動） など

どこで申し込めばいいの？

社協窓口・各町内会でお申し込みください。



このシールが
会員の証です！

福祉のまちづくりのために、みなさまのご協力をお願いします

あなたのまちの
福祉委員会

“おもてなしの心”それが東端町のふれあい昼食会!

あなたは東端町の長福寺を知っていますか?このお寺は十七年前に住職が亡くなり廃寺となっていました。その後、あじさい園同好会のみなさんがあじさいを植え始め、今では境内いっぱい花の咲く地域の名所となっています。



約80種類
650株のあじさい



このお寺を活用して6月6日(日)「ふれあい昼食会(東端町福祉委員会主催)」が開催されました。当日は85歳以上の方41名が参加され、楽しいひと時を過ごしていました。

昼食会では参加者によるこんでもらおうと、いろいろな“心配り”をしています。

送迎サービス

自力で来れない方も気軽に参加できるよう、自宅まで送迎サービスをおこなっています。



味にこだわり、健康面にも配慮

参加者においしいものを食べてもらいたいと、昼食のうなぎは一色町まで買いに出かけ、自分たちの手で炭火で焼くこだわりようです。また、血圧や血糖の上昇抑制などの効果がある玄米茶をお出するなど健康面にも配慮しています。

楽しく過ごしていただきたいという気持ち

いつまでも元気でいていただこうと、「回想法」(楽しみながら昔を思い出し脳の活性化を促す手法)を取り入れて『四季の歌』を参加者全員で合唱しました。また、抽選会では地元のおかあさんたちの手作りクッキーがプレゼントされ、当選した方は“うれしい”と喜ばれていました。



このように東端町福祉委員会では、“おもてなしの心”をもち、**全力**で活動に取り組んでいます。

今回の取材では、みなさんの生き生きした表情が印象的でした。全力だからこそ参加する側もこの日が楽しみになり、福祉委員さんもやりがいもてるのではないのでしょうか?

子育て講習会のご報告

6月17日根崎子育て支援センターにて「子育て講習会」を開催しました。日本赤十字社ボランティア指導員の鹿島節子氏を講師に迎え、30組の親子が参加しました。

講師の子育ての経験を踏まえ、傷の手当てのポイントや、ハンカチやストッキングを使っての応急処置の方法を学びました。



ハンカチを使って指の包帯に挑戦！

傷の手当てのポイント

出血を止める

清潔なガーゼなどで傷口を押さえて止血します。

細菌感染の予防

傷口が汚れている場合は、水道水などのきれいな水で洗い流します。

また、手当てをする時は必ず手を洗いましょう。

苦痛を和らげる

手や足に傷口がある場合は、痛みが和らぐようであれば手や足を高めにしておくといよいでしょう。

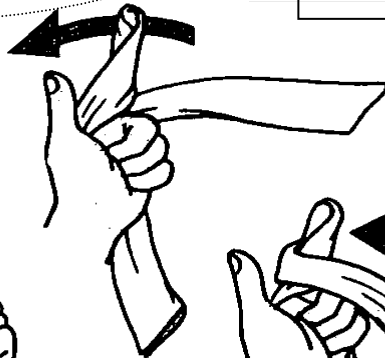
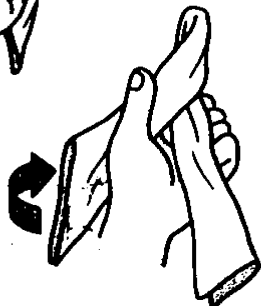


指の長さの2倍の巾に頂点を折り返します。

傷を覆います。

交差します。

一方を手の甲にまわします。



もう一方は、指のつけ根をひと巻きします。下になる方を押さえるようにし、手首で結び完成です。

いざという時に焦らず対応するためには、こうした知識を持っておくことがとても大切だと感じました。

保健センターからのお知らせ

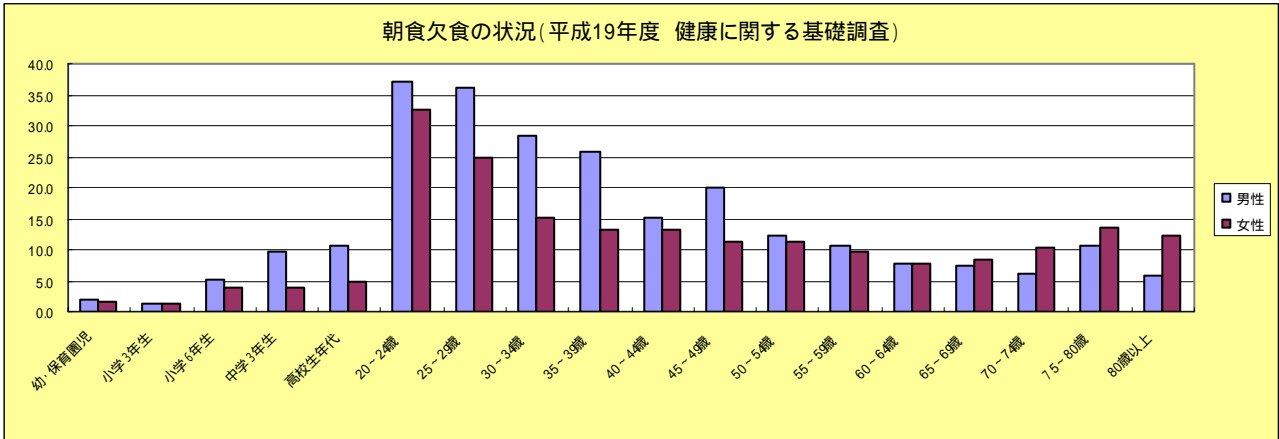
1日の 元気を生みだす 朝ごはん

～ 朝食のすすめ ～



朝食の欠食状況

朝食の欠食率は、男女共に20歳代でもっとも高く、男性36.6%、女性28.6%です。「健康日本21安城計画では、「欠食を減らし、内容を充実させる」ことを目標にしています。



朝食を食べると・・・

- ・ 身体と脳を目覚めさせる
- ・ 体内リズムを刻むのに効果的
- ・ 活動に必要なエネルギーが補給できる。
- ・ 肥満が少ない
- ・ 家族のコミュニケーションを深める大切な時間



簡単朝食レシピ 1

「おすすめ おてがる 朝食レシピ」より

なめ茸丼

材料(2人分)

卵	2個
長ねぎ(小口切り)	1/2本
ピン入りなめ茸	60g
ご飯	300g
刻みのり	適宜
サラダ油	少々

写真は1人分です。

作り方

卵は割りほぐしておく。
フライパンにサラダ油を熱し、長ねぎを炒め、なめ茸を加える
の卵を全体に回しかけ、フタをして火を止めて蒸らす。
丼にご飯を入れて をかけ、刻みのりを散らす。

1人分の栄養価

エネルギー	脂質	塩分	カルシウム
461kcal	8.9g	1.5g	46mg

(クッキング時間目安4分)

