

～みなさんとながって150号～

福祉やまのべ

令和8年3月15日

150号
〈記念号〉



も く じ

- 令和7年度で「配食サービス事業」は30年になりました P1
- 山辺町社会福祉協議会の新副会長が選任されました P2
障がい者自立支援センター「あおぞら」からお願い
みんなの居場所「地域食堂」みんなあつまれー!一緒に食べましょう!
きらり★カフェ～お一人でも、お友達と一緒にでも大歓迎～
- 御礼赤い羽根共同募金 P3
やまのべ福祉のつどい
山辺町社会福祉協議会会費納入のお願い
山辺町地域包括支援センターから
- 山辺町成年後見センター「町民講座」 P4
ご寄付などのご厚志ありがとうございました
御礼～山辺町フードバンク活動へ
ボランティア活動をしてみませんか?

令和7年度で「配食サービス事業」は30年になりました

山辺町社会福祉協議会（社協）は毎年、春と秋に山辺高等学校と民生委員児童委員などの方々と連携して、「単身高齢者配食サービス事業」を実施しております。

お弁当は実施の数カ月前から、山辺高等学校の先生のご指導の下、生徒が栄養や安全性などを研究しながらメニューを考えています。

毎年、配食を楽しみにしている高齢者の方々の中には、その時のメニュー表や箸入れなどを、宝物として大切にしている方もいらっしゃると思います。

この温かい交流が、ずっと続きますよう、社協は民生委員児童委員の方々、山辺高等学校とこれからも連携していきます。

この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分により発行しています。



福祉やまのべ

「福祉やまのべ」第150号〈記念号〉 令和8年3月15日

発行：社会福祉法人 山辺町社会福祉協議会 山辺町大塚 836-1 TEL.(023)664-7982 FAX.(023)664-7988

山辺町 成年後見センター「町民講座」

～「元気ないまだからこそ準備ができること」～

社協は、令和7年8月より「山辺町成年後見センター運営事業」を山辺町から受託しております。その事業の一環として、令和8年1月15日、山辺町保健福祉センターに於いて、公益社団法人成年後見センター「リーガルサポート山形支部」の副支部長でいらっしゃる司法書士の小形憲治先生に講師を依頼し、「町民講座」を開催しました。

今回は「判断力のあるうちにできる これからの準備」をテーマとして、成年後見制度の概要や、任意後見制度、家族信託、さらに各種遺言についても詳しく教えていただきました。ほぼ満員（定員 30 名）の参加申し込みをいただき、参加者からは活発な質問が多数ありました。

今回のテーマへの町民の方の関心の高さと深さを感じる講座となりました。社協は、これからも制度の利用促進や、普及・啓発に向けて取り組んでいきます。

ご寄付などのご厚志ありがとうございました ～令和7年2月1日から令和8年1月31日まで～

みなさまの温かいご厚志に感謝申し上げます。山辺町の福祉の推進や、障がい者自立支援センター「あおぞら」の運営などのために使わせていただきます。ご寄付いただいたみなさまをご紹介します。（順不同、敬称略）

- ▶退職女性教職員の会「千歳会」山辺班 ▶山辺町民ゴルフ大会実行委員会 ▶山辺町更生保護女性会
- ▶国際ソロプチミスト山辺 ▶学校法人後藤学園認定こども園 やまべ幼稚園 ▶オリエンタルカーペット株式会社

※上記の他に「あおぞら」利用者の収益となる空き缶と段ボール、ニット残糸など制作物の材料を多くの町民、企業から提供していただきました。

御礼～山辺町フードバンク活動へ ～令和7年2月1日から令和8年1月31日まで～

食品のご寄付（フードバンク）については、町の広報紙などでも何回かお願いさせていただき、これまでたくさんの方々から継続的にご協力をいただいております。さまざまな団体、そして、個人の方々の温かいお心に感謝いたします。いただいた食品は、「地域食堂」・「～水曜日の居場所～（社協で相談を受けているご家族などが集まる場所）」・一般のご家庭（食べることに困っている方々）などのために、大切に使用させていただいております。今後も、ご協力をお願いいたします。（順不同、敬称略）

- ▶東北クリーン開発株式会社 ▶一般社団法人やまがた福わたし ▶末日聖徒イエス・キリスト協会
- ▶JAグループ山形 ▶国際ソロプチミスト山辺 ▶山辺町農業再生協議会 ▶やまのべ女性の会
- ▶日東ベスト株式会社 ▶角田商事株式会社 ▶塚本万紀子 ▶安孫子陽平

※上記のほかに個人の方（20名）

ボランティア活動をしてみませんか？

山辺町社会福祉協議会ではボランティアをしてくださる方を募集しています。現在、山辺町地域食堂などで子どもたちと遊んでいたたり、新聞バッグ作り、ポンポン作り・畑作業などを行っています。ボランティアを始めてみたい方、ご連絡をお待ちしております。



社会福祉法人 山辺町社会福祉協議会

〒990-0323 山形県東村山郡山辺町大塚 836-1

TEL 023-664-7982（代表） FAX 023-664-7988

山辺町地域包括支援センター ☎ 023-666-6565

東南村山地域生活自立支援センター ☎ 023-666-8162

障がい者自立支援センター「あおぞら」 ☎ 023-664-8540
〒990-0301 山形県東村山郡山辺町山辺 2084-1

▶山辺町社会福祉協議会ホームページ

<https://yamanobe-syakyo.or.jp>

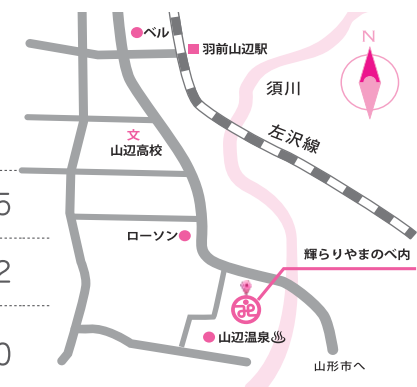
ホームページ



Instagram



Facebook



赤い羽根共同募金

「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい運動募金」にご協力いただきありがとうございました。

みなさまから昨年いただいた共同募金は「赤い羽根共同募金」「歳末たすけあい運動募金」としてご協力いただきました。お寄せいただいたご寄付は、高齢者、障がい者などを支援するさまざまな福祉活動や、災害時支援などに、また、支援を必要としている方が安心して新年を迎えられるよう役立てられております。

- ★「山辺町 赤い羽根共同募金」の 金額 **1,362,909 円**（対前年 19,739 円の増）
★「山辺町 歳末たすけあい募金」の 金額 **950,450 円**（対前年 1,922 円の増）

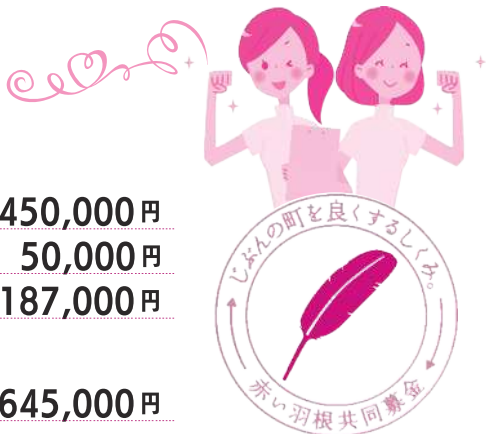
＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ 主な活用先（令和 7 年度予算額） ＊ ＊ ＊ ＊ ＊ ＊

●赤い羽根共同募金（県共同募金会からの配分は、694,243 円です。）

→ 地域活動 やまのべ福祉のつどい・地域食堂・水曜日の居場所	450,000 円
→ 高齢者・障がい者支援活動 手をつなぐ育成会支援活動	50,000 円
→ 社協広報活動 広報誌など	187,000 円

●歳末たすけあい運動募金（歳末たすけあい募金から支出されます。）

→ 地域援護世帯への支援 新年を迎える時期に支援を必要としている方へ	645,000 円
------------------------------------	------------------



やまのべ福祉のつどい



令和 7 年 1 月 2 1 日開催山辺町中央公民館に於いて約 120 名の参加
第 1 部「式典」 山辺町社会福祉協議会被表彰者 ・竹俣 金博 氏（民生委員児童委員 12 年以上）
・小関 初男 氏（民生委員児童委員 12 年以上） ・石原 英一 氏（社会福祉功労）
第 2 部「講演会」 演題：若返りの秘訣～生涯現役が最も大切～
講師：大島 扶美 氏 医療法人社団・社会福祉法人 悠愛会 理事長
神経内科・リハビリテーション科 医師 医学博士
※大好評の講演内容は、ホームページで紹介しています。

山辺町社会福祉協議会会費納入のお願い

山辺町社協では、「みんながつながり 誰もが住みやすい 助け合いのまち やまのべ」を基本理念として、住民みんなが地域の福祉課題を他人事ではなく「我がごと・丸ごと」として捉えられるよう、地域共生社会の実現を目指しています。そのために、山辺町社協は様々な事業に取り組んでおり、それらを実施するために、みなさまにお願いしております「山辺町社会福祉協議会会費」は、大変貴重な財源となっております。引き続き趣旨にご賛同いただき、納入にご協力をいただきますようお願い申し上げます。

山辺町地域包括支援センターから

季節の変わり目の体調不良に注意しましょう。

厳しい冬を超えようやく弥生 3 月を迎えましたが、季節の変わり目は天気や気温、湿度、気圧などの自然環境の変化により体調を崩しやすくなります。

不調の原因には、自律神経のバランスが乱れてしまうことの影響が大きいと考えられています。自律神経には「交感神経」（アクセル役）と「副交感神経」（ブレーキ役）があり、二つのバランスで全身をコントロールしていますが、季節の変わり目にはそのバランスが乱れることで、不快な症状が現れやすくなると言われています。「乱れ」の原因を理解し、正常な自律神経を維持することが心と身体の調子を整えるために必要です。生活習慣を見直し健康な生活を目指しましょう。

★ 自律神経が乱れやすい生活習慣になっていないか確認してみましょう。

- Q1. 慢性的に睡眠不足である。
Q2. 寝つきが悪い。
Q3. やるべきことが沢山あると、焦ってパニックになる。
Q4. 昼夜が逆転した生活をしている。
Q5. 常にストレスを抱えている。
Q6. お酒をよく飲む。
Q7. 食事の時間が不規則である。
Q8. 寝る直前までスマートフォン、テレビを見ている。
Q9. 人間関係で悩んでいる。
Q10. 運動不足である。

★ 体調不良の対策と対処法

- ① 1 日 3 回のバランスのとれた食事。特にビタミン B 群不足に気を付ける。ビタミン B 群は神経の働きに重要な役割を担っている。（食品例：豚肉、魚、卵、納豆、玄米など）
② 適度な睡眠時間の確保と朝の太陽を浴びる（生活リズムを整える）。
③ 適度な運動を習慣的に続ける。
④ 姿勢を正し、腹式呼吸をする。
⑤ 寒暖差を小さくする。

山辺町地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域の中で自分らしく生活を送るための相談窓口となっています。家族はもちろん、近所の高齢者の方の相談も対応しますので、心配事がございましたらお気軽にご連絡ください。

山辺町社会福祉協議会の新副会長（兼理事）が選任されました

令和元年 1 2 月から当協議会副会長（兼理事）として就任なさっておられた、鈴木和夫氏が退任されました。後任として、令和 7 年 1 2 月 2 4 日の理事会におきまして荒木哲夫氏が新副会長に選任されました。鈴木前副会長におかれましては、理事としても長年、山辺町の福祉推進にご尽力いただきました。深く感謝申し上げます。

～障がい者自立支援センター「あおぞら」からのお願い～



「あおぞら」では、利用者の工賃につながる資源を集めています。持参いただく際は、缶はつぶして、段ボール類はひもでしばっていただけると大変助かります。
対象品：アルミ缶・段ボール・新聞・雑誌・牛乳パック・雑がみ



また、「あおぞら」では編み物や縫い物など製品作製にも取り組んでおり、その材料も集めています。ご寄付いただいた材料を使って仕上げた製品は、ふるさと納税返礼品として活用させていただいております。

対象品：毛糸・布・刺しゅう糸・レース糸など

製品作製のほかにも、企業様から委託された作業をおこなう「受託作業」もおこなっています。作業の一部を委託することで、企業様の業務コストが削減されるだけでなく、利用者の就労支援にもつながります。

部品組み立てや折込作業、梱包作業などの軽作業について、委託ご協力をいただける企業様は、お気軽にお問い合わせください。 問い合わせ先：障がい者自立支援センター「あおぞら」 電話 6 6 4 - 8 5 4 0



みんなの居場所「地域食堂」～みんな あつまれー！一緒に食べましょう！～



社協では、誰もが気軽に立ち寄れる温かい食事と交流の場を開設し、「子どもも大人も困りごとを話しやすい顔の見える住みよい地域づくり」を目指して、毎月 1 回「地域食堂」を開設しています。

食事は地域のボランティアのみなさんがメニューを考え、心を込めて提供してくださっています。また、住民のみなさまからご寄付いただいた食材も活用させていただいております。午前中は、「遊びコーナー」を設置し、カードゲームなど楽しい企画を考えてお待ちしております。どうぞ、お気軽に立ち寄っていただけたら嬉しいです！



開催日時：町の広報紙、社協のホームページ、電話でのお問い合わせなどでご確認ください。

※19 歳以上は 100 円いただいています。



きらり★カフェ～お一人でも、お友達と一緒にでも大歓迎～

認知症カフェ（通称：きらり★カフェ）では、認知症本人やそのご家族、友人の方々、地域の方々、専門職の方々など、すべての方々が参加することができます。「きらり★カフェ」は、認知症を正しく理解する場であるとともに、会話や交流を通して地域の中でつながるきっかけになるような新しい居場所です。社協は多くの方々と連携して、「地域の中で安心して自分らしく暮らすことができる町」を目指しています。

思いや不安の共有、専門スタッフへ相談、ただゆっくり過ごすだけでも構いません。飲み物やお菓子を用意しております！

日時：毎月 第 4 金曜日 13：30 ～ 15：00

場所：山辺町保健福祉センター 参加費：無料

※開催日時や場所は変更の可能性もあります。町の広報紙、社協のホームページ、電話でのお問い合わせなどでご確認ください。

