

福祉 やまのべ



赤い羽根共同募金活動の様子

も く じ

- 赤い羽根共同募金について P1
- 令和元年度 山辺町社会福祉協議会の事業報告 P2・P3
- 山辺町地域包括支援センターだより P4
- いきいき 100 歳体操をやってみませんか？
- ご厚志ありがとうございました。
- 新たに保健師さん募集

赤い羽根共同募金が始まっております。

先月10月1日より令和2年度の赤い羽根共同募金の募金活動が開始しました。「あなたは一人じゃない。」という言葉にあるように、地域の中での困りごとはお互いに支え合う精神から始まりました。また、山辺町共同募金会においては歳末たすけあい運動も併せて行っております。皆様の温かい気持ちが地域での支え合いに繋がってまいりますので、引き続き共同募金への皆様のご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

共同募金についてもっと詳しく知りたい方は「赤い羽根共同募金」で検索して下さい。

この広報誌は、赤い羽根共同募金の配分により発行しています。



令和2年11月1日

142号



福祉 やまのべ

「福祉やまのべ」第142号 令和2年11月1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

山辺町地域包括支援センターだより

風邪や感染症に負けない体作りを心掛けましょう

今年も残すところ後2カ月ほどになりました。年の瀬が近づくにつれ一層寒くなり体調が崩れやすくなります。また空気が乾燥する事によってインフルエンザウィルス罹患者が増加してくる事に加えて、今年は新型コロナウイルス感染症も全国的に流行しております。感染症に負けない体作りをする為には、栄養状態を考えていく必要があると思います。そこで今回は食事の栄養に関するポイントをまとめてみました。また、年齢別の一日に必要な栄養所要量の目安表を掲載しますのでチェックしてみてください。

栄養状態を考えて食事を摂るためのポイント



日本人の食事摂取基準(2015年版)より作図

性別・年齢区分	身体活動レベル I (低い) II (ふつ) III (高い)	男性		女性	
		50～69歳	70歳以上	50～69歳	70歳以上
推定エネルギー必要量		2,100Kcal 2,450Kcal 2,800Kcal	1,850Kcal 2,200Kcal 2,500Kcal	1,650Kcal 1,900Kcal 2,200Kcal	1,500Kcal 1,750Kcal 2,000Kcal
栄養素	たんぱく質(推奨量)	60g		50g	
	カルシウム(推奨量)	700mg		600mg	

POINT 1 食事を抜かずに三食きちんと食べる

三食食べない人や食べる量が少ない人は「おやつ」を心掛けましょう！

POINT 2 動物性たんぱく質(肉・魚・卵・乳)の不足に気を付ける

高齢者の敬遠しがちなお肉は、筋肉を保つ上でも大切です。その人にあったお肉の固さや、種類(薄切り・ひき肉など)を食卓に出してみてもいいかもしれませんか？

POINT 3 油脂類もきちんととる

油脂類の不足によって、皮膚の乾燥や便秘などの不調が生じてしまいます。あっさりした食べ物だけでなく、油を使った料理も意識しましょう。

POINT 4 野菜、果物、きのこ、豆、海藻をしっかり食べましょう

ビタミンやミネラルなど食物繊維が豊富です！バランス良く食べましょう！

POINT 5 水分をしっかりと摂取する

喉の渇きは年を重ねていくにつれて感じにくくなっていきます。水分不足による脱水症状はもちろん、便秘にも繋がります。乾いてからではなくこまめに水分を摂取しましょう。

ご厚志ありがとうございました (令和2年9月30日現在)



皆さまの温かいご厚志に感謝申し上げます。地域福祉を推進するためお寄せいただきました善意をご紹介します。

- ★山辺町子ども育成会連合会 様 30,000円
- ★匿名希望 様 20,000円
- ★とりまる 様(山形市中野) 10,000円
- <障がい者自立支援センター「あおぞら」へ>
- ★千歳会山辺班 様 10,000円
- ★(有)ムーラ 様 マスク
- ★「あおぞら」利用者の資金源となる空き缶と段ボール、販売用野菜等を多くの町民・企業から提供して頂きました。
- ★「あおぞら」利用者が行う製作物の材料となる布や革の材料を多くの町民から提供して頂きました。

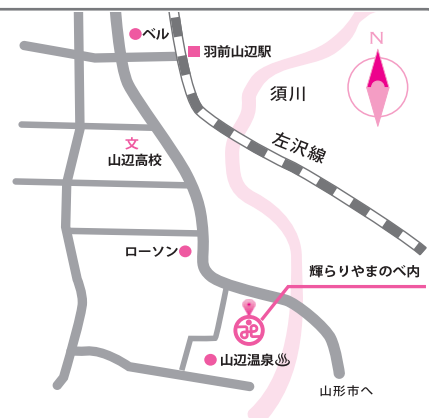
社会福祉法人 山辺町社会福祉協議会

TEL 023-664-7982 (代表) FAX 023-664-7988

| 障がい者自立支援センター「あおぞら」 ☎ 023-664-8540

| 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



令和元年度 地域福祉・在宅福祉活動

地域住民が相互に交流し助け合いながら地域社会における住民の連帯感を高め、明るく活力のある社会を構築し、地域福祉・在宅福祉の推進を図ることを目的としています。

◇ 山辺高等学校食物科と連携した配食サービス

66歳以上の単身高齢者で希望する方に民生委員を通じてお弁当を配達した

- 5月17日・・・183名に配達
- 11月7日・・・186名に配達

◇ 婚活イベント“ボウリングでstrikeとパートナーを掴もう!!”事業

未婚の男女が出会うきっかけの場を提供し、結婚支援事業の普及と登録者数の増加を目的として実施した

- 山形ファミリーボール（11月9日）
・・・22名（男12名、女10名）参加

◇ 高齢者ふれあいお茶のみサロン・ミニお茶のみサロン

福祉推進委員会・山辺高等学校を中心に高齢者同士の交流会を実施し、見守り・声かけ・話し相手・安否確認を行うことにより、世帯の孤立を防ぐことを目的に実施した

- 高齢者ふれあいお茶のみサロン・・・ 7か所で開催 延べ460名参加、
- ミニお茶のみサロン ・・・ 8か所で開催 延べ213名参加

◇ 雪下ろし助成金

満65歳以上の高齢者世帯・障がい者のいる世帯等で周囲や親族から同等の援助がなく、雪下ろし等を自力で行うことが困難な世帯を対象として実施した

- 助成金・・・領収金額の半額（上限10,000円）を助成、令和元年度は暖冬により実績なし

◇ 銀齢のつどい

単身70歳以上で介護サービスを受けていない方の親睦と交流を目的に実施した

- 10月29日実施 52名参加
- 山形市西藏王散策、（株）でん六工場見学、ヒルズサンピア山形にて会食、他

令和元年度 生活福祉のための事業

心配ごとの相談事業・低所得者等に対する福祉資金の貸付事業を、民生委員をはじめとした関係機関との協力を得ながら実施した。

◇ 山形県・山辺町からの受託事業

- 地域包括支援センター運営事業
- 在宅医療・介護連携事業
- 生活支援体制整備事業
- 認知症総合支援事業
- 自立支援型地域ケアコーディネート会議事業
- 東南村山地域生活困窮者自立相談支援事業
- 生活福祉資金貸付事業
- 福祉サービス利用援助事業 など

◇ 介護保険制度・障がい者自立支援法による事業所運営

- 予防居宅介護支援事業・居宅介護支援事業
・・・ケアマネジャーによるケアプラン作成
- 予防訪問介護・訪問介護事業
・・・ヘルパー等による生活介護・身体介護等
- 障がい者自立支援センター「あおぞら」事業所運営
・・・令和元年度利用者数21名

令和2年度の山辺町社会福祉協議会事業について

令和2年2月からの新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴いまして、公共施設の使用制限、多人数でのイベント（事業）の自粛など、あらゆる業界に影響が出ています。当協議会の運営も同様であり事業の中止若しくは縮小せざるを得ない状況となっています。主なものは下記のとおりであります。特段のご理解を賜りますようお願いいたします。

● やまのべ福祉のつどい・・・中止

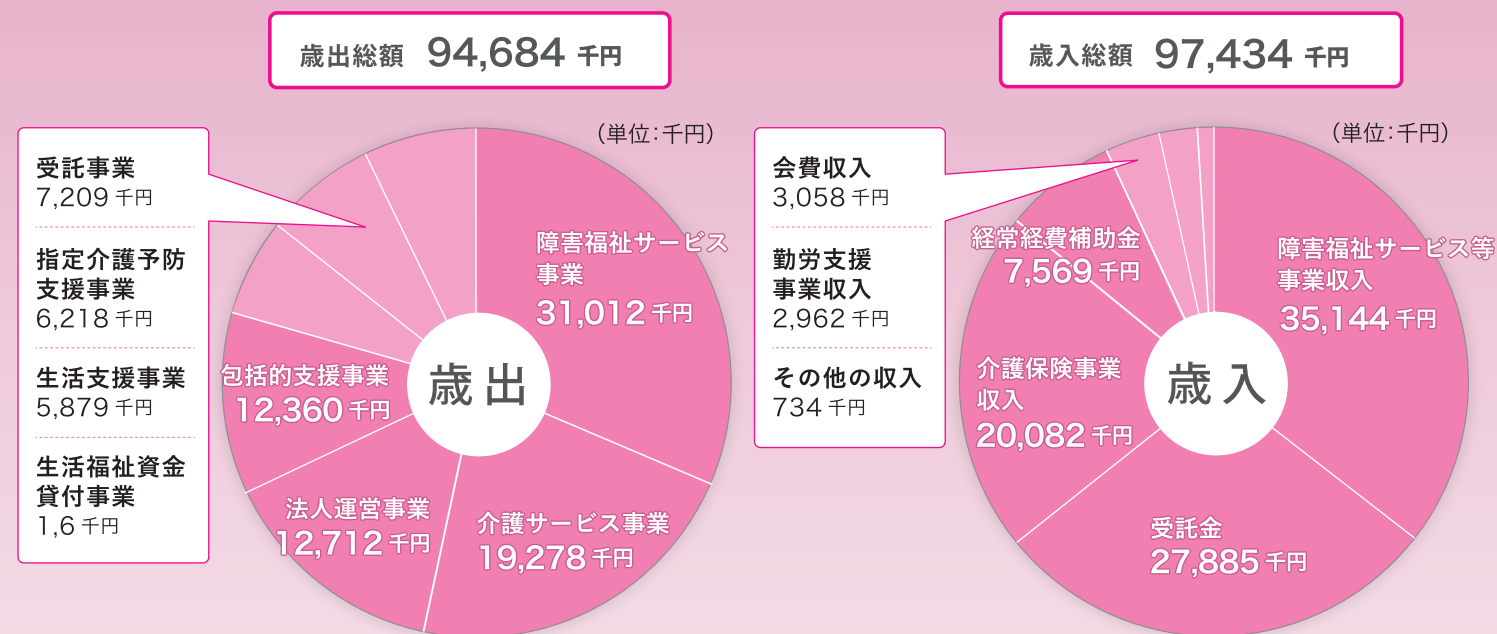
● 銀齢のつどい・・・・・・中止

※人数が多く集まる事業については中止とさせていただきます。
※各団体の事業・研修等については、当該団体にお問い合わせください。

● 高齢者ふれあいお茶飲みサロン・・・中止

※ミニお茶飲みサロンについては状況に応じて開催の予定。

令和元年度 山辺町社会福祉協議会の事業報告



令和元年度 福祉のまちづくりのための事業

「共に生きる福祉社会」の実現には、地域住民による「福祉のまちづくり」の推進が必要です。地域の課題解決のために協働できる体制づくりをはじめ、関係機関・団体との連携調整のうえ実施した事業は次のとおりです。

◇ 山辺町手をつなぐ育成会

- 総会への参加（4月12日）
- Xmasパーティーの開催（12月14日）

◇ 山辺町遺族会

- 総会への参加（5月29日）
- 戦没者追悼式の開催（7月10日・中央公民館）
- 山形県戦没者追悼式への参加（10月24日・寒河江市）

◇ 山辺町老人クラブ連合会（きらら山辺）

- 総会への参加（5月27日）
- 県老人福祉大会への参加（8月30日・村山市）
- 町老人レクリエーション大会への参加（9月5日・スパーク山辺）

◇ 山辺町身体障害者福祉協会

- 総会への参加（5月24日）
- 県身体障害者福祉大会への参加（7月26日・村山市民会館）
- 山形県身体障害者レクリエーション大会への参加（8月31日・山形県総合運動公園）

◇ やまのべ福祉のつどいの開催

- 期日 10月22日
- 場所 山辺町中央公民館
- 内容 式典及び表彰並びに健康運動士による講和

◇ 地域食堂の運営

東北文科大学・東北文科大学短期大学・山辺高等学校と共催で高齢者と小学生が遊びや食事を通して豊かな知識や経験を得ることを目的として開催

- | | | |
|------------|----------|-------|
| ● 北部公民館 | 5月11日開催 | 48名参加 |
| ● 中央公民館 | 5月11日開催 | 40名参加 |
| ● 近江公民館 | 9月28日開催 | 50名参加 |
| | 11月16日開催 | 50名参加 |
| | 1月18日開催 | 53名参加 |
| ● 保健福祉センター | 10月19日開催 | 40名参加 |

◇ 法人の運営

社会福祉法人として法令並びに諸規定の定めるところにより適正に運営をしてきた。
役職員の研修会への積極的な参加、理事会及び評議員会の開催してきた。
また、福祉法人会計基準により、適正な会計処理を実施した。