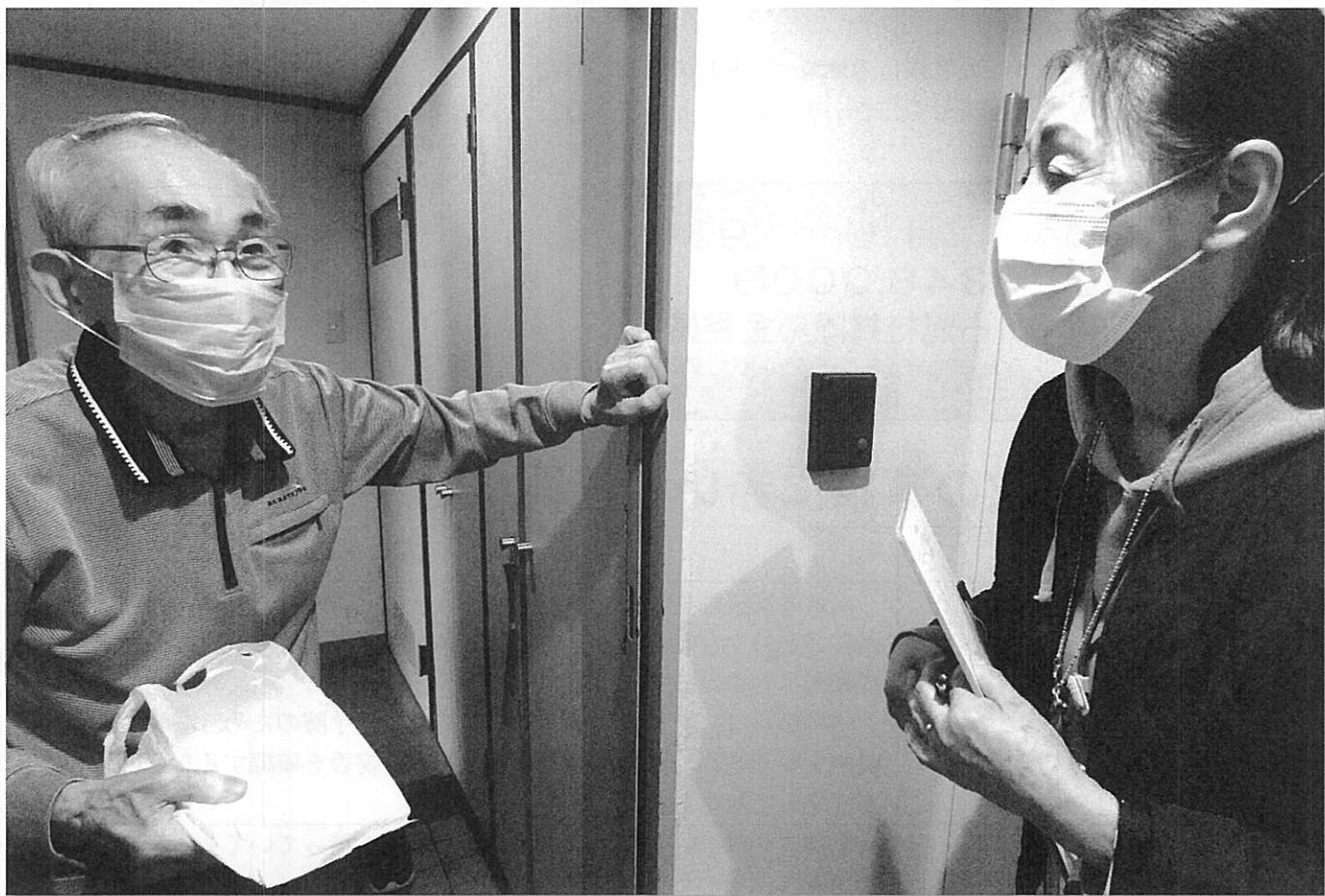


各戸配布

しむかっぷむら 社協だより

第40号(2021年11月)



～ふれあい昼食会代替事業～

10月15日（金）、ふれあい昼食会を開催予定でしたが、新型コロナウイルスの影響で開催を見合わせ、代替事業として、対象者宅を訪問して健康状態などを確認させていただきました。

今年度2回目となる代替事業は、ゆうあいサークルの皆さん、警察や消防の協力により、交通事故防止や火災予防のチラシなどとともに、繰り返し使える「エコカイロ」を配布し、季節替わりの健康管理を呼びかけました。

「住んでいて良かったと思える地域づくりを目指して!!



ふれあいネットワーク

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

TEL 0167-56-2700/FAX 0167-56-2133

Facebook 占冠村社協 検索

～占冠村共同募金委員会からのお知らせ～

『始まりました！赤い羽根共同募金運動』

今年も10月1日から、全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まりました。昨年は、新型コロナウイルスの影響により、全国的に募金額が大幅に減少した中、占冠村共同募金委員会では、何とか目標額を達成することができました。これもひとえに、村民の皆様のご協力のおかげと感謝申し上げます。

今年も新型コロナウイルスの影響により、大規模イベントが中止となるなど、募金運動にとっては厳しい状況が続いています。村民の皆様には、個々や行政区を通してのご支援、しむかっぺーピンバッジ頒布など、すでに多くのご協力をいただいておりますが、引き続き運動へのご理解とご協力をお願いいたします。

皆様からの善意の募金は、その70%が私たち占冠村の地域福祉向上のために使われ、残りの30%は、北海道全体の広域的な福祉課題を解決するほか、大規模な災害時の支援のために役立てられています。

「誰もが住んでいて良かったと思える地域づくり」のため、村民の皆様のあたたかい志をお寄せくださいますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

募金運動期間 10月1日～12月31日
募金目標額 348,000円
募金窓口 占冠村共同募金委員会
(占冠村社会福祉協議会内)

あなたと私は、赤い羽根でつながっている。



あなたのまなびたい、聞いたことがありますか？
赤い羽根でつながる、あなたのまなびたいです。
あなたのまなびたい、みんなでつながります。
あなたのまなびたい、みんなでつながります。
あなたのまなびたい、みんなでつながります。

赤い羽根共同募金



占冠村では次の事業に赤い羽根助成金が使われています。

事業名	事業内容
ふれあい昼食会	<p>高齢者支援事業として、お一人暮らしの高齢者や、家族と一緒に食卓を囲むことの少ない高齢者を対象に、年4回実施（うち3回分の助成を受けて実施）しています。</p> <p>昨年からは、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、昼食会形式での実施を取りやめ、対象者のご自宅を訪問し安否を確認するなどの代替事業を実施しております。</p>
ふれあい広場	<p>高齢者や障がい者などハンディキャップを持っていても、ごく普通の生活を営むことができ、差別のない社会を目指す「ノーマライゼーション」の普及を目的に開催し、地域の乳幼児から高齢者まで、幅広い年齢層の参加があり、世代間の交流も図られています。</p> <p>今年も第52回ふれあい広場を計画しておりましたが、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、中止させていただき、代替事業の「つながりプロジェクト」を実施いたしました。</p>
新入学児童祝品贈呈事業 (新規事業)	<p>この事業は、今年度初めて実施したもので、村内小学校に入学される児童に「熊鈴」と、しもかぶ工房で作られた「箸」を贈りました。</p> <p>地元産業の応援と赤い羽根共同募金運動のPRを目的として計画しましたが、熊鈴と箸を受け取った子どもたちにも気に入ってくれた様子で、親御さんからは「鈴の音が聞こえたら子どもが近くにいることを意識でき、防犯や交通安全にも役立つ」と好評でした。</p> <p>次年度もこの事業は継続していきたいと思いますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。</p>

《歳末たすけあい運動が始まります!》



今年も12月1日から1ヶ月間、全国一斉に「歳末たすけあい運動」が展開されます。

村民の皆様から寄せられる善意は、占冠村にお住いの高齢者などへの援護金や、村内で年末・年始に実施される高齢者、障がい者の方々を対象とした事業に助成され、村内で集まった募金は、村内の福祉向上のために使われます。

昨年から続く新型コロナウイルス感染症の影響で、規模の大きな募金運動も実施できませんが、どうぞ皆様のあたたかい思いやりをお寄せいただきますようよろしくお願いいたします。



「メッセージカードの配布事業」より

《しむかっぴーピンバッジ頒布のお願いだっぴ~!!》



占冠村共同募金委員会が、赤い羽根共同募金運動PR活動のため作成した2021年度版「しむかっぴーピンバッジ」は、500円以上の募金につき、1個頒布しています。今年のピンバッジは、富良野広域連合富良野消防署占冠支署とのコラボデザインでとてもかわいいと評判です。例年は9月中にも頒布が終了していましたが、昨年からの新型コロナウイルスの影響によるイベントの中止などで、大々的な頒布活動も実施できず、予定の頒布数に達しておりません。

ピンバッジ頒布により得た募金額（作成費用を除く）は、占冠村共同募金委員会の募金実績となり、来年度、地域の福祉向上のための助成金として還元されるため、少しでも多くの頒布をしたいと考えております。まだ、ピンバッジを手にしていない「あなた」のご協力をよろしくお願いします！

一部事業を中止いたします

新型コロナウイルスによるクラスター発生リスクを軽減するため、例年、赤い羽根共同募金会から助成を受けて実施しております下記の事業を中止することといたしました。

事業を楽しみにされていた方もいらっしゃるとは存じますが、皆様の健康を第一に考えた決定ですので、なにとぞご理解を賜りますようお願いいたします。



【中止が決定した事業】

予定されていた日時	事業名	備考
令和3年12月10日	ふれあい昼食会（クリスマス会）	代替事業の実施を検討中です
令和4年2月25日	ふれあい昼食会	
令和3年12月2日	ふれあいもちつき会（中央）	代替事業の実施を検討中です
令和3年12月3日	ふれあいもちつき会（トマム）	

その他、3密を避けがたい社会福祉協議会の事業については、中止させていただく場合がありますので、ご了承ください。（とま～る事業も同様とします。）

なお、占冠村社会福祉協議会が事務を担っている団体の事業につきましては、各団体の判断により事業の実施、中止を決定することにしております。

募金に関するお問い合わせ 占冠村共同募金委員会（占冠村社会福祉協議会）☎ 56-2700

～ありがとう！ボランティア！～

《 ゆうあいサークル様 》

毎年、ゆうあいサークルの皆様には、社協事業に多大なご協力いただき、心より感謝申し上げます。

昨年から続く新型コロナウイルスの影響で、今年も大きなイベントが中止され、社協においても、一部事業を中止し、代替事業に切り替えたものもあります。そのような状況にあっても、ゆうあいサークルの皆様には、今年も様々なボランティア活動をお願いし、快くご協力いただきました。一部ではありますが、今年度の活動の様子を写真でご紹介します。



お茶会風景（トマム地区）



昼食会代替事業（自宅訪問）



早朝の草取り（保健福祉センター）



高齢者への配布物準備

～夏休み企画を実施～

《 絵本の読み聞かせ、 ぶるぶる石鹼作りに挑戦！ 》

【8月6日】

コロナウイルスの影響により、ここ数回見合わせていました絵本の読み聞かせ・工作体験を久しぶりに開催することができました。マスクの着用や手指消毒を徹底したうえで、絵本の読み聞かせも事前にビデオ収録したものを大型テレビで見てもらうよう工夫しての開催でしたが、読み聞かせが始まると参加した18人は、真剣に見入っていました。

また、工作体験では「ぶるぶる石鹼」作りに挑戦し、思いの形や色を付けていきましたが、なかなか固まらない石鹼に戦闘しながらもどうにか完成させ、子どもたちの楽しそうな様子を見ることができました。



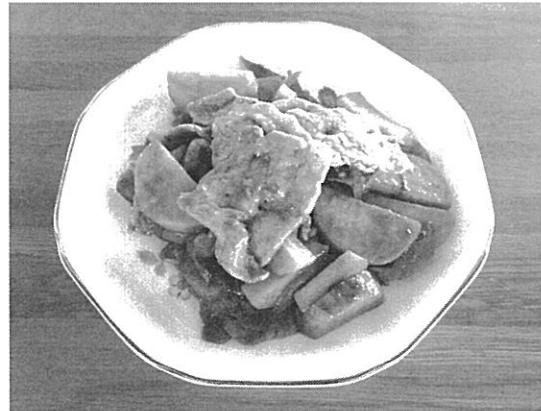
～広がれ！食育実践！～

《ごはんにピッタリ！モリモリおかず》

暑かった夏も過ぎ、色々な食べ物がおいしくなる季節になりました！秋から冬にかけて旬を迎える根菜。イモ類は、ほっくりとして食べごたえがあり、料理に加えるだけで主役級のおかずになり、食物繊維も豊富。下ごしらえが面倒なイメージがありますが、コツを覚えれば簡単。ほんのひと手間で食材の味が生きます。今回は、里芋を使った料理を紹介したいと思います。

里芋の主成分はでんぶん。皮をむくと現れる特徴的なぬめりは、ラクタンという糖質とタンパク質が結合したもので、血圧を下げ、血中のコレステロールの除去や脳細胞の活性化にも役立ち、胃の粘膜も保護してくれます。

イモ類にしてはカリウムが多く、塩分を控えたい時や、濃いめの味付けでも安心。低エネルギーで肥満予防にも役立ちます。

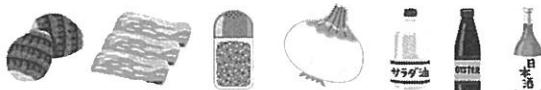


◆『里芋と豚肉のオイスター炒め』◆



材 料 (2人分)

・里芋	2個
・豚肩ロース薄切り	100 g
・塩コショウ	少々
・玉ねぎ	2分の1個
・サラダ油	大さじ1
・オイスターソース	大さじ1と2分の1
Ⓐ	・酒 大さじ1
	・水 大さじ3



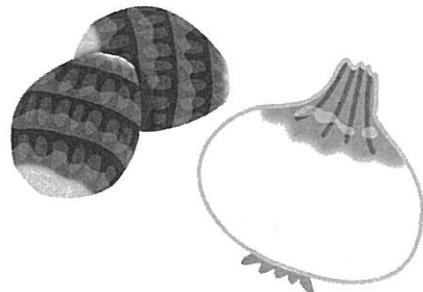
作り方

- ① 里芋は上下を切り落とし、縦に皮をむき、横1cmの厚さにし、一口大に切って水洗いをする。
玉ねぎは薄切りにする。
- ② 豚肉は、塩コショウを振って下味を付ける。
- ③ フライパンにサラダ油を強火で熱し、豚肉をほぐしながら軽く炒め、肉の色が半分くらい変わったら、①を加える。里芋が透きとおるまで大きく混ぜながら炒める。
- ④ Ⓛを混ぜ合わせて加え、汁気がなくなるまで強火のまま炒めて完成！

《カラダにおいしい組み合わせ》

● 里芋 + 玉ねぎ

糖分をエネルギーに変えるビタミンB1を含む里芋。玉ねぎのアリシンがビタミンB1の吸収を助け、新陳代謝を活発にし、血行を促進します。



《里芋の下処理》

ぬめりは塩水で洗ったり、茹でこぼすなどで軽減できますが、ぬめりは里芋の持ち味ですので、やりすぎると栄養も失われます。あまり神経質にならなくても良いのではないでしょうか。また、電子レンジ加熱で皮をむく方法もあります。手がかゆくなるのはシュウ酸カルシウムの仕業です。

2人分：270キロカロリー 調理時間：15分

占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大高美津子



《つながりプロジェクト報告》

第52回ふれあい広場の代替事業として企画した「つながりプロジェクト」は、新型コロナウイルス感染症が猛威をふるう中、家族や友人など大切な人と今までどおりに会えないという現状を考え、どうにか「つながり」「つながる」「一人じゃない」ということを表現できないかとの思いから10月の1か月を期間として実施いたしました。

プロジェクトは、本会が用意した綱を握ってもらい、一人ずつ写真を撮って、その写真をつなぎ合わせていき、ひとつの作品にするというもので、期間中には150人を超える方々の参加をいただきました。

出来上がった作品は、占冠村文化祭への出展も予定しており、その後は、保健福祉センター内にてしばらくの間、展示予定ですので、参加された方々がどのように「つながって」いるか、ぜひとも作品をご覧ください。



多数のご参加ありがとうございました！

《牛乳贈答券の寄贈》

【9月16日】

この度、ふらの農協酪農部会様（会長 及川 栄樹 氏）から「終息の見えない新型コロナウイルスの影響により牛乳の消費が伸びず、また、乳製品においては、大幅な過剰在庫を抱えている状況にあり、地域の皆様に改めて牛乳の魅力を知っていただきたい」との趣旨により、本会に対し牛乳贈答券（200円券×500枚）を寄贈いただきました。

寄贈された牛乳贈答券は、早速村内の保育所園児、小学生、中学生に配布させていただくとともに、本会が実施する「つながりプロジェクト」に参加された皆様に諸事情を説明のうえ、配布させていただきました。

寄贈いただきましたふらの農協酪農部会様に厚くお礼申し上げます。



社協へのあたたかいご寄付ありがとうございます

地域福祉のために大切に活用させていただきます。（令和3年6月24日から10月22日まで）

中央 長谷川 英子 様 転出に際し日頃のお世話に感謝して

『住んでいて良かったと思える地域づくりを目指して!!

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

T E L : 0167-56-2700 / F A X : 0167-56-2133

