

各戸配布

# しむかっぶむら 社協だより

第52号(2024年11月)



## ～第55回ふれあい広場～

9月7日(土) 占冠村保健福祉センター前において、「第55回ふれあい広場」を開催しました。

高齢者や障がいを持った方々も、ごく普通の生活を営むことができ、かつ差別されない社会を目指す「ノーマライゼーション」の普及を目的に開催し、今年も大勢の村民の皆様にご来場いただきました。ふれあい広場の開催にあたり、ボランティアや関係団体の皆様にご多大なご支援、ご協力を賜りましたことに深く感謝申し上げます。

「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

## 《令和6年度赤い羽根共同募金運動がスタート》

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。占冠村共同募金委員会では、今年も目標額を設定し、その達成に向けて活動を進めています。

村民の皆様には、個々や行政区を通してのご支援、しおかっぴ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、村民の皆様のアたたかい志をお寄せくださいますよう、どうぞよろしく願いいたします。



赤い羽根共同募金



募金運動期間 10月1日～12月31日

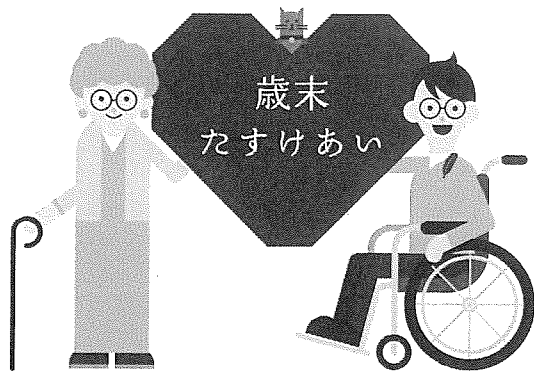
募金目標額 398,000円

募金窓口 占冠村共同募金委員（占冠村社会福祉協議会内）

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	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、主にその食材費として募金を使わせていただきます。
ふれあい広場	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。
新入学児童祝品贈呈事業	村内小学校に入学される新1年生に「熊鈴」と、地元企業で作られたグッズを贈り、地元産業の応援と赤い羽根共同募金運動のPRを目的に実施しています。
福祉救援体制整備事業	万が一の災害や、感染症対策のため、備蓄品の調達・管理や、必要な資機材の調達・管理を行っています。
お茶会	社協主催により、各地区の集会所などを利用して、地域の高齢者とレクリエーションやお喋りをしながら、閉じこもりの防止や仲間づくりを目的とした交流活動を実施しています。
身体障害者福祉協会助成事業	身体にハンディキャップを持ちながらも、地域で自立しながら生活されている方々を主会員とする「占冠村身体障害者福祉協会」の活動に対し、運営費の一部を助成しています。

# 《 歳末たすけあい運動がスタートします! 》



今年も12月1日から1ヵ月間、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。

どうぞ今年も皆様のあたたかい思いやりをお寄せいただきますよう、よろしく願いいたします。

## 【お問い合わせ先】

占冠村共同募金委員会（占冠村社会福祉協議会内）

電話：56-2700/FAX：56-2133

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



# 《 しむかっぴーピンバッジ残りわずか! 》

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2024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、村民の皆さんから募集したデザインを基にした「エゾシカとしむかっぴー」です。5月から頒布を開始し、とてもかわいいと評判です。

頒布は、占冠村社会福祉協議会事務所の他、占冠・村づくり観光協会（道の駅）にも置かせていただいておりますが、好評につき残り個数がわずかとなりました。この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ます。まだ、ピンバッジを手にしていない方は、お急ぎご連絡ください。



## 占冠村社会福祉協議会からのお知らせ

# 《 保健福祉センター一般利用の再開について! 》



占冠村民の皆様には、日ごろより、保健福祉センターをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

さて、この度、占冠村小規模多機能型居宅介護施設の床張り替え工事に伴い、保健福祉センターの一般利用を中止しておりましたが、とま〜る床工事が終了し、保健福祉センターの一般利用を再開しましたので、お知らせいたします。

皆様にはご不便をおかけいたしました。今後も本センターをご利用いただきますようご案内申し上げます。

# ～ありがとう！ボランティア！～

## 《 ゆうあいサークル ボランティア活動 》

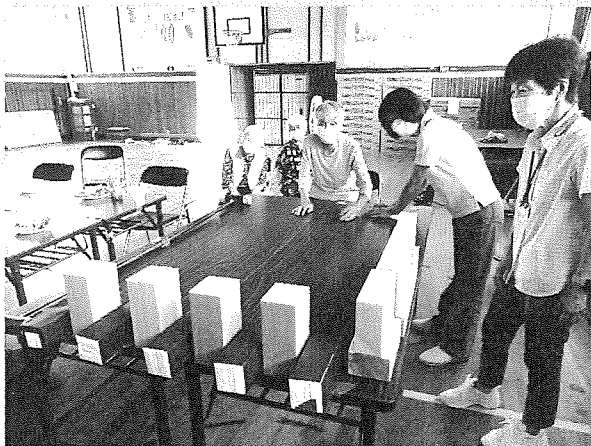
ゆうあいサークルの皆様には、日頃より社協事業に多大なご協力をいただき、心より感謝申し上げます。  
今年も様々なボランティア活動をお願いし、快くご支援いただきました。一部ではありますが、活動の様子を写真でご紹介します。



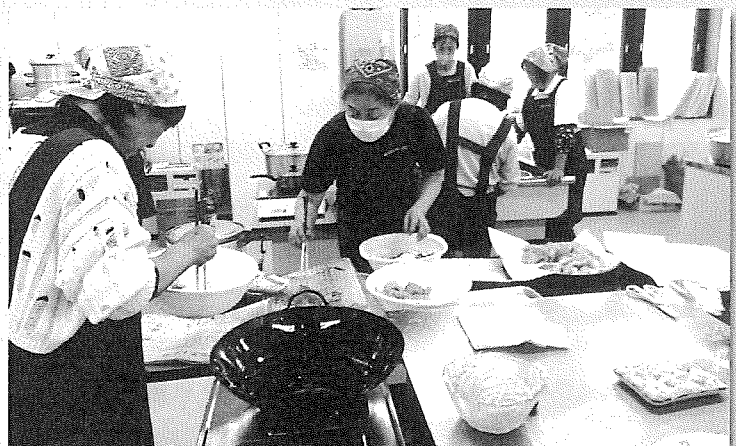
とま〜る利用者との交流（ハンドマッサージ）



タオル寄贈（占冠村へ）



各地域のお茶会支援



昼食会の調理風景

# ～夏休みの思い出づくり～

## 《 絵本の読み聞かせ、キラキラ芳香剤づくりに挑戦！ 》

【8月23日】

保健福祉センターにおいて、小学校の夏休み期間に合わせて、絵本の読み聞かせと工作体験を実施しました。

今回の夏休み企画は、絵本3冊の読み聞かせと、工作体験（キラキラ芳香剤作成）を実施し、小学生や関係者16名の参加があり、楽しいひと時となりました。

工作体験のキラキラ芳香剤づくりでは、色の配分や香り付けを工夫しながら、オリジナルの芳香剤を完成させました。

社会福祉協議会では、冬休み期間中にも「冬休み企画」として、絵本の読み聞かせと工作体験を実施予定ですので、行政区回覧などでお知らせいたします！たくさんの参加を待ってま〜す！



# 社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

## 介護職員急募！

占冠村社会福祉協議会では、下記のとおり小規模多機能型居宅介護施設で働いていただける介護職員（正職員・パート）を募集しています。介護スタッフとして私たちと一緒に働いてみませんか♪

【小規模多機能型居宅介護施設とは】

通いを中心に、ご利用者様の心身の状況や希望に応じて訪問や宿泊のサービスを組み合わせて支援する「可能な限り在宅で暮らすことを応援する施設」です。

### 1 職種・募集人員・業務内容

① 介護員（正職員）2名：夜勤及び宿直を含めた4週8休シフト制です。

② 介護員（パート）若干名：勤務時間や勤務曜日応相談

【業務内容】小規模多機能型居宅介護施設における介護業務全般（車運転、利用者の送迎、利用者宅での業務あり。）

2 勤務場所：勇払郡占冠村字中央 占冠村小規模多機能型居宅介護施設 とま〜る

3 応募資格：普通自動車免許をお持ちの60歳までの方（パート勤務希望者は65歳まで、福祉に係る資格取得者優遇。）村外からの通勤も可。気軽にご相談ください♪

4 勤務時間：勤務時間（正職員）：シフトにより早番、日勤、遅番、夜勤あり

【早番】07:30～16:15 【日勤】08:30～17:15

【遅番】10:00～18:45 【夜勤】17:00～09:30

5 給料：

● 高等学校卒1年目月額	184,600円
● 専門学校、短大卒1年目月額	189,600円
● 4年制大学卒1年目月額	194,000円
● パート（時給）	1,030円

6 賞与：年3.3か月（正職員）

7 各種手当：正職員には次の手当を支給します。

扶養手当（月額：配偶者6,500円、子ども10,000円）

住宅手当（月額：条件により上限27,000円）

寒冷地手当（11月～3月）

夜勤手当（1回 4,000円）

宿直手当（1回 2,000円）

年未年始勤務手当（12月31日から1月5日まで、1日につき5,000円）

介護職員等処遇改善加算手当（月支給、年度末支給：年間20万円程度〜）

通勤手当（月額：条件により上限31,600円）

赴任旅費（引越手当：基準により支給）

※その他、介護福祉士資格取得費用貸付金制度があります！

8 提出書類：履歴書（市販のもの）を持参または郵送願います。

9 受付：随時（履歴書の受付順に面接を実施し、採用枠に達した時点で受付を終了します。）

10 採用方法：面接（面接日時等は追って連絡します。）

11 その他：性別は問いません。詳細は下記「受付・お問い合わせ先」までお問い合わせください。

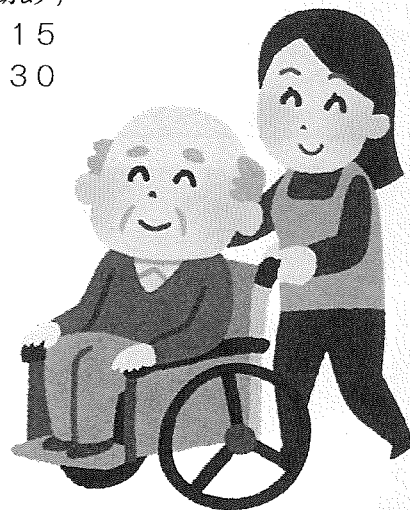
### 【受付・お問い合わせ先】

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会 〒079-2201 勇払郡占冠村字中央

電話：0167-56-2700

事務局長 三橋（みつはし）まで お気軽にご連絡ください！

代表メール：shimukappu-shakyo@cap.ocn.ne.jp



# ～占冠村社協福祉事業のご案内～

## 《12月から除雪サービスが始まります!》



除雪サービスはご存知でしょうか? 占冠村社会福祉協議会が占冠村からの委託を受け、12月1日から実施する在宅福祉サービスです。

サービスを受けることのできる対象者は、65歳以上の高齢者のみの世帯や身体に障がいのある方などです。なお、サービスの利用に際しては、料金が発生します。

今シーズンの利用対象者には、11月中に占冠村社協から案内通知文を送付する予定ですので、詳しくは案内をご確認ください。また、世帯状況の変化などで対象となる方全員を把握できない場合もございますので、11月中に案内が送付されなかった方で、サービス内容や対象となる要件など、詳しくお知りになりたい方は、下記までご連絡ください。

【実施期間】12月1日～3月31日まで

【利用料金】1回2時間以内 500円(2時間を超える場合は、延長1時間につき250円が加算されます。)

【連絡先】占冠村社会福祉協議会 地域福祉係(電話:56-2700)

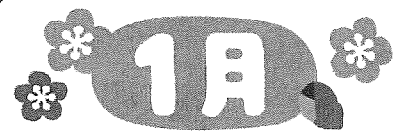
## ～占冠社協関連のうごき～



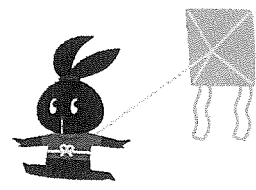
- 7日 ふまねっと教室 13:30～  
(保健福祉センター)
- 11日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)
- 15日 宮下地区お茶会 10:00～  
(宮下地区集会所)
- 21日 老人クラブ例会 10:30～  
(コミュニティプラザ)



- 1日 歳末たすけあい運動開始  
(12月31日まで)
- 5日 ふれあいもちつき会(中央)  
(10:00～コミュニティプラザ)
- 6日 ふれあいもちつき会(トナム)  
(10:00～コミュニティセンター)
- 9日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)
- 12日 ふまねっと教室 13:30～  
(保健福祉センター)
- 13日 クリスマスふれあい昼食会  
(11:30～コミュニティプラザ)
- 19日 老人クラブ例会 10:30～  
(コミュニティプラザ)
- 31日 社協事務所仕事納め  
(1月5日まで閉所)



- 6日 社協事務所仕事始め  
(保健福祉センター)
- 9日 ふまねっと教室 13:30～  
(保健福祉センター)
- 16日 老人クラブ新年会 10:30～  
(コミュニティプラザ)
- 18日 身障協会新年の集い  
(11:00～保健福祉センター)
- 20日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)



※ 上記のほか毎週火曜日は、保健福祉センターにおいて10:00～「お元気さんくらぶ」を実施します。(12月31日のお元気さんくらぶはお休みします。)

# ～広がれ！食育実践！～

## 《かぼちゃを使って一品いかが？》



暑かった夏も過ぎ、色々な秋の野菜がおいしくなってきたこの頃です。

今回は、夏ごろから出回っている「かぼちゃ」のお話をしたいと思います。

かぼちゃは、β-カロテンを含む緑黄色野菜です。かぼちゃの種類は大きく分けて西洋かぼちゃ、日本かぼちゃ、ペポかぼちゃの3種類があり、現在、スーパーなどで見かけるかぼちゃのほとんどが西洋かぼちゃです。

西洋かぼちゃは、デンプン質が多く、ほくほくした食感と強い甘みが特徴です。それに対し、日本かぼちゃは、デンプン質が少なく、ねっとりとした舌ざわりで淡白な味わい。

ペポかぼちゃは、そうめんかぼちゃやズッキーニなどの変わり種が多い種類になります。最近では、すっかり食卓に定着しているズッキーニもかぼちゃの種類なのです。少し意外な感じがしますね。

今回紹介する一品は、簡単に作れるおいしいかぼちゃ料理です。是非、挑戦してみてください！



### ◆『ごろっと卵がおいしいかぼちゃのカレー風味サラダ』◆



#### 材 料 (2人分)

ゆで卵	1個	
かぼちゃ	150g	
玉ねぎ	25g	
カレー粉	大さじ4分の1	
A	砂糖	小さじ4分の1
	塩	小さじ6分の1
	マヨネーズ	大さじ1
	コショウ	少々



#### 作り方

- ① ゆで卵を作る。
- ② 玉ねぎは薄切りにして3分ほど水にさらし、しっかりと水気を切る。
- ③ かぼちゃは種とわたをとり、一口大に切って耐熱容器に入れ、ラップをかけ、600ワットのレンジで3分ほど加熱し、熱いうちにフォークなどで粗くつぶしカレー粉を混ぜる。
- ④ ③に玉ねぎとAの調味料を合わせ、ゆで卵を加えて粗くつぶしながら全体を混ぜて器に盛り完成です！

### 《かぼちゃの栄養》



**ビタミンE**：野菜の中ではトップクラスの含有。抗酸化作用により、細胞を若く保つほか、心疾患、脳卒中、癌の予防などにも役立つとされています。

**食物繊維**：消化器官の健康をサポートし、便秘予防にも効果的です。

**カリウム**：血圧のコントロールに役立ち、心臓の健康を促進します。

**ナトリウム**：低ナトリウムであるため、塩分を気にする人に適した食材です。

※ β-カロテンやビタミンEは、脂溶性なので、天ぷら料理など、油を使う料理にすると、吸収率がアップします。

**【注意！】** かぼちゃは、糖質が多いため食べ過ぎると肥満の原因になりますので、ご注意ください！

※1人分：155キロカロリー 塩分0.7g 調理時間 20分 占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大高 美津子

《 各地域でお茶会を開催しました! 》

【8月30日】

占冠地区のお茶会を占冠地域交流館で開催しました。今年はお盆を過ぎても暑い日が続きましたが、この日も気温が高く、水分補給の休憩を挟みながら、レクリエーションやお喋りを楽しみました。

ビー玉を使った的当てゲームは、白熱した名勝負? が展開され盛り上がっていましたね。



【9月20日】

今年の千歳・本通り地区のお茶会は、コミュニティプラザでの開催となり、軽体操やレクリエーションを楽しみました。

この日は、久しぶりに顔を合わせた参加者もあり、近況報告に花を咲かせていました。これからも社会福祉協議会では、各地区でお茶会を開催します。行政区回覧などでお知らせいたしますので、ぜひご参加ください。



《 秋の味覚を楽しみました! 》

【10月11日】

コミュニティプラザホールにおいて、今年度第2回目のふれあい昼食会を開催しました。

この日は、ゆうあいサークルB班の手作りで、ちらしずし、天ぷら4種盛り、落葉きのこのおろし和え、お吸い物、牛乳寒天が振舞われました。

参加者からは「一人暮らしでは、ちらしずしや天ぷらは作る機会もないのでとてもうれしい!」と大好評で、「豪華だね!」や「おいしい!」という声が会場のあちらこちらから聞こえていました。



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6年7月20日から10月23日まで)

中央 菊地 美江子 様 故 菊地 勝義 様の葬儀に際し香典返しを廃して  
 占冠 森田 梅代 様 故 森田 マサエ 様の葬儀に際し香典返しを廃して

「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

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

