

各戸配布

# しむかっぷむら 社協だより

第53号(2025年1月)



## ～占冠ふれあいもちつき会～

12月5日は中央地区、12月6日はトママ地区で、「占冠ふれあいもちつき会」を開催し、地域の高齢者や保育所幼児、保護者など多くの方々の参加により和やかに開催することができました。このもちつき会は、毎年ゆうあいサークルボランティアや地域の皆さんのご協力と、共同募金会の歳末たすけあい助成を受けて実施しており、三世代の方々がふれあう貴重な機会になっています。

「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

# 年頭のご挨拶

占冠村社会福祉協議会

会長 山下 由美子



明けましておめでとうございます。

村民の皆様には、輝かしい新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

また、旧年中は、本会の運営、事業の推進につきまして、格別のご支援・ご協力を賜りましたことに、厚く御礼申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、新型コロナウイルスの影響を受けながらも、少しずつ日常が取り戻されてきた一年でした。本会の活動もほぼ、コロナ禍以前に戻り、様々な交流事業も実施することができました。これも偏に事業運営を支えていただきました関係者をはじめ、ボランティアや村民の皆様のご協力があったからこそ深く感謝いたします。

全国的には、未だにコロナ感染者が多数出て

いる状況であり、高齢者や障がいをお持ちの方が利用する施設を運営しております本会にとりましては、今後も油断することなく、基本的な感染症予防対策を講じてまいります。施設への立ち入りなどの際には、手指消毒なども引き続きお願いする場合がありますが、その節はどうかご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

今年も本会は、誰もが「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して、役員が丸となり、地域福祉の拠点として活動する所存です。解決していかなければならない様々な福祉課題もございますが、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたり、この一年が皆様方にとりまして幸多き年になりますようご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。



謹んで

新春のお慶びを

申し上げます

他職員一同	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	評議員	理事	理事	理事	理事	副会長	副会長	会長
	坂東	鈴木	大和	高橋貴美枝	鷹木	佐藤	鷺尾	安居	中村	清水野克治	松浦	新屋	木村	伊賀	河淵	窪田	原田	山下由美子
	利則	知克	妙子	秋夫	勝美	心英	明美	裕子	保男	博	悦司	仁子	秀明	敏雄	明律			



# ～占冠村共同募金委員会からのお知らせ～

## 《赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動終了!》

令和6年12月31日をもって、令和6年度の共同募金運動が終了いたしました。

占冠村共同募金委員会では、昨年も「しむかっぴーピンバッジ」を作成し、6月から赤い羽根共同募金啓発運動を本格的にスタートさせ、歳末たすけあい運動終了まで、様々な形で村民の皆様にご協力賜りました。運動期間中、募金をお寄せいただいた皆様に、厚くお礼申し上げます。

お陰を持ちまして、作成したピンバッジは、概ね頒布することができ、赤い羽根共同募金目標額も達成できそうです。これも村民の皆様のご支援、ご協力のお陰と心より感謝申し上げます。年末にかけて募金いただいた金額の集計ができていないため、最終の募金額は、年度決算が出てからとなりますが、12月17日までの中間集計額をお知らせいたします。

なお、募金箱の設置にご協力賜りました事業所様、ピンバッジ頒布活動にご協力賜りました占冠・村づくり観光協会様、事業所募金にご協力いただきました法人の皆様にも深く感謝申し上げます。



## 【赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金中間集計額】

(12月17日現在)

●赤い羽根 209,400円

●歳末たすけあい 67,800円

※上記額にはピンバッジによる募金額は含まれておりません。

## 一足早くクリスマス気分!

## 《クリスマスふれあい昼食会を開催しました!》

12月13日、占冠村コミュニティプラザにおいて、「クリスマスふれあい昼食会」を開催しました。ふれあい昼食会は、占冠村社会福祉協議会が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として年4回実施しており、今回は第3回目の開催となります。毎年この時期に開催する昼食会は、普段とは違い、いつもは昼食作りのお手伝いをいただくゆうあいサークルボランティアの皆さんも参加者として加わっていただき、用意したオードブル料理やミニケーキを囲んで一足早いクリスマスの雰囲気を楽しみました。

このクリスマスふれあい昼食会は、歳末たすけあいの助成を受けて実施しています。募金にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。



# 占冠村社協の福祉事業をご紹介します！

## 《配食サービス》

占冠村から委託を受けて実施する在宅福祉サービスです。栄養バランスや味付けに配慮し調理した食事をご自宅までお届けし、利用者の健康状態なども確認します。

【対象者】 サービスの提供を必要とする高齢者世帯等

【提供日】 毎週月曜日・水曜日・金曜日の夕食をお届けします。

【利用料】 1食につき450円

【その他】 利用者のご都合に合わせて、週1回から2回の利用も可能です。なお、1日の提供数に限りがあり、提供の決定まで時間がかかる場合がございます。ご了承ください。



## 《命のボタン事業》

占冠村社会福祉協議会では、命のボタンの設置事業を実施しています。対象者は村内に居住する概ね65歳以上の高齢者のいる世帯や、身体の不自由な方がいる世帯で、希望される世帯に設置しています。

### ● 命のボタンとは？

命のボタンは、高齢の方や身体の不自由な方が急病等で倒れた際、駆けつけた救急隊員が素早く対応できるよう、かかりつけ病院や持病などの医療情報、薬剤情報、健康保険証（写し）などの情報を専用の容器で冷蔵庫などに保管し、万が一に備えるものです。

### ● 情報は常に最新のもの

既に命のボタンを設置いただいている方で、違う病気になったり、薬の種類が変わった、あるいは緊急連絡先に変更があった場合には、その都度最新の情報を容器に入れるよう心掛けてください。少し面倒かもしれませんが、これもご自身の命を守るため。そのほか、分からないことがあればいつでもご連絡ください。

【利用料】 無料

【その他】 すでに設置されている方で、容器の破損や紛失、情報用紙の更新をご希望の方はご連絡ください。



## 《除雪サービス》



除雪サービスは、占冠村社会福祉協議会が占冠村からの委託を受けて実施している在宅福祉サービスです。サービスを受けられるのは、65歳以上の高齢者のみの世帯や身体に障がいをお持ちの方などです。また、サービスの利用に際しては、料金が発生します。

今シーズンの対象者には、11月に社協から案内通知文を送付しておりますが、世帯状況の変化などで対象となる方全員を把握できませんので、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ご連絡ください。

なお、利用が込み合い、その日のうちに作業を実施できない場合もございますが、順番に実施いたしますのでご了承ください。

【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円を加算します。）

# 占冠村社協の福祉事業をご紹介します！

## 《公共交通空白地有償運送サービス》

公共交通機関を利用して単独で移動することが困難な高齢者や、障がい者等の方の通院や公共機関への外出を支援する有償のサービスです。車イスに座ったまま移動できる特殊車両などで送迎します。

利用料は、目的地までの距離等により金額が変わります。

また、利用には事前の登録が必要になります。

【利用方法】会員登録（登録料：初回のみ300円）をしていただき、原則、利用日の2日前までに申込が必要です。



### 【利用料金表：主な発着地】

発着地 行き先	中央・占冠・ 双珠別	トマム
中央・占冠・双珠別	200円	1,800円
トマム	1,800円	200円
日高町	900円	2,700円
帯広市	5,200円	3,400円
南富良野町	2,400円	1,300円
富良野市	2,900円	3,700円
中富良野町	3,400円	4,200円
上富良野町	3,800円	4,500円
旭川市	6,200円	7,200円

※上記は片道の料金です。

### 【待ち時間料金】

30分未満	無料
30分超～60分未満	500円
60分超～90分未満	1,000円
90分超～120分未満	1,500円
120分超～30分増すごとに500円加算	

### 【迎え料金】

50km以上100km未満	1,000円
100km以上	2,000円

### 【その他の料金】

- ・有料道路や駐車料金がかかる場合は、実費をいただきます。
- ・実施日の前日17時00分までに連絡がなくキャンセルされた場合は、キャンセル料が発生します。

### 【村助成金制度】

1日に1,000円以上の料金を支払った場合は、申請によりその2分の1以内の助成金が交付されます。ただし、対象とならない場合もありますので、詳しくは占冠村社協までお問い合わせください。

★ 福祉事業についてのお問い合わせ、ご相談は占冠村社会福祉協議会地域福祉係 電話56-2700までお願いいたします。

## ～年末年始休業のお知らせ～



占冠村社会福祉協議会は、12月31日（火）から1月5日（日）まで、年末年始休業いたします。

それに伴い、老人クラブや共同募金委員会などの団体事務も休業させていただきます。

また、占冠村保健福祉センターノンノにつきましても、期間中は閉館となりますので、お知らせいたします。

1月6日（月）から通常どおりの運営となりますので、皆様にはご不便をおかけしますが、よろしくお願いたします。（とま～るは、年末年始も通常運営。）

# 社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

## 介護職員募集のお知らせ！

占冠村社会福祉協議会では、下記のとおり介護職員を募集しています。まずはお気軽にお電話ください。

- 職種、募集人員、業務内容
  - ・介護員（正職員）3名：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、利用者宅への訪問業務あり。）
  - ・介護員（パート）若干名：勤務曜日、時間応相談
- 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」
- 応募資格：普通自動車免許 ※経験者優遇
- 勤務時間・給料等
  - ・勤務時間：シフトにより早番、日勤、遅番、夜勤あり
  - ・休日：変形労働時間制により4週8休以上
  - ・月額給料：210,600円～（高等学校卒業1年目月額）
  - ・賞与、諸手当あり。詳しくはお問い合わせください。
  - ・パート：時給1,030円～
- 採用方法
  - ・面接（履歴書の到着順に面接を実施し、採用を決定した時点で受付を終了します。）
- 提出書類
  - ・履歴書（市販のもの）を持参または郵送願います。
- その他
  - ・性別は問いません。詳細は下記までお問い合わせください。



### 【受付・お問い合わせ】

〒079-2201 勇払郡占冠村字中央

社会福祉法人占冠村社会福祉協議会（電話：0167-56-2700）

事務局長 三橋（みつはし）まで お気軽にお問い合わせください！

## 賛助会員・団体会員のご加入ありがとうございます！

占冠村社会福祉協議会では毎年、本会の趣旨に賛同した個人または団体に会費を負担してもらい、会員になっていただいております。会員は①一般会員、②団体会員、③賛助会員の区分があり、①一般会員は村内全世帯の方を対象に、②団体会員は社協とつながりのある団体・企業の皆様に、③賛助会員は個人として、ことさら社協を応援して下さる皆様から会費を頂戴し、社協の重要な自主財源として事業運営を支えています。

一般会員の方々の掲載は割愛させていただきますが、下記のとおり団体会費、賛助会費をいただきましたので、会員名を記載させていただきますとともに、全ての会員の皆様に厚くお礼申し上げます。

### 【団体会員】

順不同（令和6年12月18日現在）

(有) 長瀬産業 様	占冠村老人クラブ連合会 様	占冠村身体障害者福祉協会 様
横川興産(株)・横川商店 様	(有) 占冠車輛 様	(株) 川端組 様
倉岡重機(有) 様	(株) 山口商店 様	

### 【賛助会員】

順不同（令和6年12月18日現在）

會田 静雄 様	佐藤 勝美 様	原田 明律 様	影山 孝 様	影山 幸子 様
山下 由美子 様	石橋 節子 様	松藤 文夫 様	坂口 誠 様	小林 豊 様
児玉 仁子 様	赤石 秀明 様	大和 妙子 様	長岡 勇樹 様	本松 宏章 様
川田 孝幸 様	原 和恵 様	岩谷 孝二 様	神谷 雅和 様	

# ～広がれ！食育実践！～

## 《卵には命を育む栄養素が整っている》

寒い日が続いています。巷では、風邪やインフルエンザも流行していますので、普段からバランスの良い食事を心がけ、しっかり体力をつけたいところですね。

今回は、私たちの暮らしの身近にあって、使い勝手の良い食材「卵」についてお話したいと思います。

卵は、食品の中でビタミンCと食物繊維を除き、ほとんどの栄養素が入っている言わば「完全食品」です。卵1個に含まれるタンパク質は6gで、これは1日に摂りたい分量の10%にあたります。また、鉄分や各種ビタミンの重要な供給源でもあります。

卵には約240mgのコレステロールが含まれていますが、1日1個の卵なら、コレステロールを気にしなくても大丈夫です。

今回はそんな卵を使ってお弁当にもお勧めの甘辛おかずを紹介します。是非お試しください。



お子さんも大好きな甘辛おかずです！

### ◆ ゆで卵の肉巻き照り煮 ◆



#### 材 料 (1人分)

- ・ゆで卵 1個
- ・小麦粉 適量
- ・豚ロース肉 (薄切り) 50g
- ・大葉 2枚
- ・塩コショウ 少々
- ・チンゲン菜 60g
- ・サラダ油 小さじ1
- A
  - 砂糖 小さじ1
  - みりん 大さじ2分の1
  - 日本酒 大さじ1
  - 醤油 大さじ2分の1

#### 作り方

- ① ゆで卵は、殻をむいて全体に小麦粉をまぶす。
- ② 豚ロース肉を広げて置き、大葉2枚とゆで卵1個を順にのせて包むように巻く。塩コショウをしてさらに小麦粉を全体にまぶしておく。
- ③ チンゲン菜は、食べやすい大きさに切っておく。
- ④ フライパンにサラダ油を中火で熱し、②を肉の巻き終わりを下にして入れ、時々向きを変えながら全体に焼き色をつける。フライパンの空いている所に③のチンゲン菜を加えて炒め、火が通ったら取り出しておく。
- ⑤ フライパンの余分な脂をキッチンペーパーで軽く拭き取って弱火にし、材料Aを入れて煮詰めながら肉を巻いた卵に絡ませる。
- ⑥ 器に半分に切った⑤を盛り、チンゲン菜を添えて完成！

※ 1人分 322キロカロリーー 塩分 1.5g

占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大高 美津子

## 《注目したい！卵に含まれる栄養成分》

【コリン】 卵黄に含まれるリン脂質。脳を活性化し認知症や生活習慣病の予防、改善に働くと言われています。

【カロテノイド】 卵黄に含まれる脂溶性の色素。抗酸化作用があり、動脈硬化などの予防に効果があると言われています。

【リゾチーム】 卵白に含まれる酵素。殺菌作用や免疫力を高める働きを持っていることから、風邪薬などにも使われています。



《盛りあがったよ！ふれあい交流会》

【10月30日】

身体障がい者への理解を深めるとともに、町村の垣根を超えた会員相互の親睦を目的に、上川地区身体障害者福祉協会ふれあい交流会が占冠村で開催されました。

本事業は、上川地区でもはじめての試みとなるもので、上川管内10町村から89名の参加がありました。

占冠村コミュニティプラザで交流ゲームにより、他町村会員と親睦を深めた後は、星野リゾートトマムに移動して、リゾート内の施設見学やアクティビティを楽しみました。



《毎年ありがとうございます！コカ・コーラ飲料》

【12月4日】

今年も北海道コカ・コーラボトリング（株）様より、占冠村社会福祉協議会に対し「年末・年始の行事などにご活用ください」とコカ・コーラ製品216本を寄贈いただきました。

贈り物に感謝しながら、本会事業参加者や、とまへる利用者のため有意義に使わせていただきます。ありがとうございました。



《美味しくできたかな？ふれあいクラブ調理シク》

【12月9日】

占冠村保健福祉センターにおいて、今年度9回目となるふれあいクラブを開催しました。

いつものように軽体操で身体をほぐした後は、クリスマスも近いことから、調理レクで個々に小さなクリスマスケーキを作成していきました。

皆さん手際よく作業を進め、20分程で完成させました。

できたてのケーキは、お茶とともにいただきましたが、お味はいかがだったでしょうか。



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10月24日から12月19日まで)

中央 水上 裕 司 様

離村に際し社会福祉協議会の運営のため

昨年も占冠村社会福祉協議会に対しましてたくさんのご寄付を頂戴いたしました。心より感謝を申し上げます。

「住んでいて良かったと思える地域づくり」を目指して!!

社会福祉法人 占冠村社会福祉協議会

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

