

2021

11

菰野町社会福祉協議会広報紙

みんなのふくし

No.343

■特集

YouTube チャンネル
みんなの運動サロン
ベビーマッサージ



■お元気サポーター養成講座

令和3年度のお元気サポーター養成講座が10月14日に開講しました。世界的にみて平均寿命が高い日本ですが、健康でいられる期間、つまり健康寿命の水準を高めていくことが非常に重要とされています。菰野町社会福祉協議会では、このような課題に向けて「みんなの運動サロン」を実施しており、その支え手となるお元気サポーターを養成しています。



赤い羽根共同募金

この広報紙は赤い羽根共同募金を活用して作成しています

YouTubeにて けやきチャンネルの 動画配信がスタートします!!



健康と福祉に関係する様々な団体やボランティアの方々とともに、住民の皆さまに向けて啓発イベントとして行ってきた「けやきフェスタ」。毎年多くの方に参加していただき、長く住民の皆さまに愛されてきましたが、新型コロナウイルスの影響により、やむなく昨年度と今年度は中止となりました。今なお新型コロナウイルスの感染状況に終息の目途は立っていませんが、このような状況でも住民の皆さまに向けて実施できるものはないか、と模索した結果、この度YouTubeチャンネルを開設することになりました。

いつ動画配信をするの？

11月11日(木)、介護の日に合わせて配信がスタートします。



けやきチャンネルではどんな動画が見られるの？

けやきチャンネルでは、社会福祉協議会の事業や、ボランティア団体の活動など、健康と福祉に関する情報を発信していきます。関係団体が制作した下記のような動画も配信してきます。



どうやったら動画が見られるの？

パソコンやスマートフォン、タブレットなど、インターネットに接続された機器であればYouTubeを通じて動画を視聴することができます。スマートフォンやタブレットであれば、カメラ機能で右記のQRコードを読み込むことで、直接けやきチャンネルにアクセスすることもできます。



チャンネル登録よろしくお願いたします

けやきチャンネルでは、これから皆さまにとって有益な情報を継続的に配信していきます。多くの方に登録していただくと幸いです。



けやきチャンネルはポカポカちゃんのイラストが目印です!



募集中!

「みんなの運動サロン」 参加者募集のおしらせ



とき	ところ
11/9(火)、30(火) 10:00~11:00	菰野地区 コミュニティセンター
11/4(木)、18(木) 10:00~11:00	鶴川原地区 コミュニティセンター
11/5(金)、19(金) 10:00~11:00	11/5→竹成公会堂 11/19→永井集落センター
11/11(木)、25(木) 10:00~11:00	朝上地区 コミュニティセンター
11/2(火)、16(火) 10:00~11:00	千種地区 コミュニティセンター

- 対象：運動の制限をされていない方
- 持ち物：セラバンド(お持ちでない方は貸出できます)、水分補給できるもの

■ご協力をお願いします

新型コロナウイルスの感染予防として、しばらくの間はお住いの地区以外の運動サロンの参加は控えていただくようお願いします。

産後のリフレッシュ体操& 「ベビーマッサージ」 参加者募集のおしらせ



- とき：11月29日(月)
10:00~11:30
- ところ：北部子育て支援センター
- 内容：マッサージオイルを使用して、パパママが赤ちゃんにマッサージを行います。
※当日、オイルが赤ちゃんの肌に合うか皮膚テストを行います。
保健師による身体計測・育児相談も実施します。
- 対象：菰野町にお住まいで、首すわりからハイハイをするまでのお子さまと保護者
- 定員：親子10組 ※先着順
- 参加費：500円
- 講師：助産師 宇佐美和代氏
インストラクター 真弓愛氏
- 持ち物：大きめのバスタオル1枚、タオル3枚、ティッシュ、母子手帳、親のエプロン、おむつ替え防水シート(あれば)
- その他：前回、申し込みされた方はご遠慮ください。動きやすい服装でお越しください。

11月15日(月)から受付開始

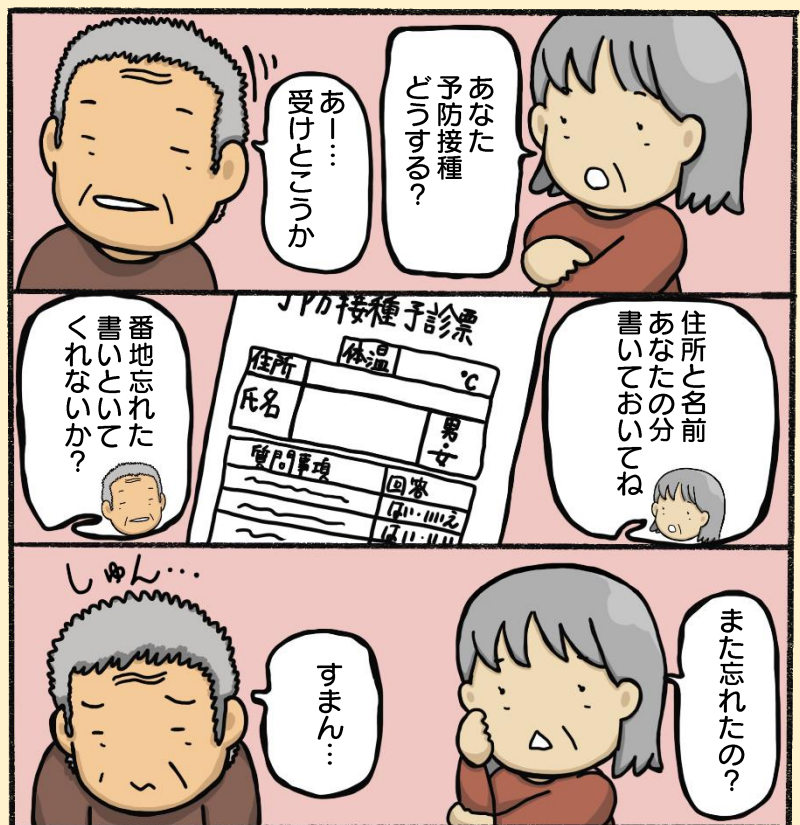
認知症サポーター こものオレンジリングの会

こんなとき どうする? その23

今月のテーマ
『自分の住所や電話番号が書けなくなった』



何度もこのようなことがあったら、もしかしたら認知症かも?一度、お医者さんに相談してみてもいいですか?





災害ボランティア情報



災害ボランティア車両の高速道路無料措置手続きについて



Q.災害ボランティア車両の高速道路無料措置とは？

A. 災害時、道路整備特別措置法に基づいて被災自治体の判断により自治体から高速道路会社に要請が行われることで、高速道路会社がボランティア活動に使用する車両に対し高速道路の無料措置を実施した場合にのみ適用されます。

※ すべての災害に適用されるものではありません。

現在、新型コロナウイルスの感染拡大により被災地へ出向いてのボランティア活動は難しい状況が続いていますが、令和3年7月より新たに手続きが簡素化されましたのでお知らせします。

これまで、無料措置の申請に係り、被災地や居住地の様々な機関とやりとりが必要でしたが、Webを活用した新たな方法によって、大幅に手続きが簡略されることになりました。無料措置に必要な「災害ボランティア車両高速道路証明書」は、ボランティア車両証明書発行の専用Webサイトにて、必要事項を入力することにより取得できます。

災害ボランティア車両高速道路通行証明書の利用方法

①各道路会社 HP にある入力フォームから必要事項を入力し、発行された証明書を自分で印刷する。



②一般レーンで通行券を受け取り、高速道路利用。被災地の指定 IC で通行券、証明書(往路用)を提出、顔写真付きの公的な証明書(運転免許証など)を提示



③ボランティア活動実施



④ボランティア活動終了時、ボランティアセンターや社会福祉協議会でボランティア活動確認印の押印および活動確認日の記入を受ける。



⑤往路と同じよう通行券を受け取り、高速道路を利用。到着地(最終出口)のICにて通行券、証明書(復路用)を提出、顔写真付きの公的な証明書(運転免許証など)を提示



社協が主催する講座やボランティアスクールのご案内 11月

日	曜日	時間	活動内容	場所	日	曜日	時間	活動内容	場所
2	火	19:30~	手話講座(入門課程)5	けやき	23	祝・火	19:30~	手話講座(入門課程)8	けやき
9	火	19:30~	手話講座(入門課程)6	けやき	25	木	13:30~	お元気サポーター養成講座3	朝上ｺﾐﾂ
11	木	13:30~	お元気サポーター養成講座2	朝上ｺﾐﾂ	30	火	19:30~	手話講座(入門課程)9	けやき
16	火	19:30~	手話講座(入門課程)7	けやき					

ボランティアグループ月間カレンダー11月予定表



菰野町ボランティアセンター発行


第394号

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
随時			いろえんぴつ 活動日	けやき
2	火	9:30	つくしの会 活動日	現地
3	水	19:30	手の会(夜) 定例会	けやき
4	木	9:30	どんぐり 定例会	千種コミセン
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
5	金	10:00	手の会(昼) 定例会	けやき
		10:50	センター給食 活動日	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
6	土	13:00	かっこう 活動日	けやき
7	日	9:30	どんぐり 活動日	現地
		10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
8	月	9:30	あさがお 活動日	けやき
		9:30	おもちゃ箱 活動日	けやき
		10:50	ひまわりの会 活動日	菰野コミセン
9	火	9:30	あさがお 活動日	けやき
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		9:30	にこにこ 定例会	けやき
10	水	9:30	こもの菊 定例会	けやき
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		13:30	真菰の会 定例会	朝上コミセン
		19:30	手の会(夜) 定例会	けやき
11	木	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
12	金	9:00	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
		10:00	手の会(昼) 定例会	けやき
		10:50	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
13	土	10:00	すたんぷ 活動日	けやき
		10:50	さくらの会 活動日	朝上コミセン
		10:50	鶺鴒の里会 活動日	鶺鴒川原コミセン
		14:00	おもちゃ診療所 活動日	けやき
14	日	10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき

日	曜日	時間	活動内容	活動場所
16	火	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
17	水	9:30	つくしの会 活動日	現地
		9:30	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		10:00	ともしびの会 活動日	けやき
		10:00	真菰の会 定例会	朝上コミセン
		19:30	手の会(夜) 定例会	けやき
18	木	9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
19	金	9:30	にこにこ 活動日	北部子育て支援センター
		10:00	手の会(昼) 定例会	けやき
		10:50	センター給食 活動日	けやき
		14:00	響きの会 定例会	けやき
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
		19:30	オレンジの会 定例会	けやき
21	日	10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
24	水	9:30	こもの菊 定例会	町民センター
		9:30	ピアンカ 活動日	わかば作業所
		19:30	手の会(夜) 定例会	けやき
25	木	9:00	花しょうぶの会 活動日	千種コミセン
		9:30	あゆみの会 活動日	わかば作業所
		10:50	あじさいの会 活動日	竹永コミセン
26	金	10:00	手の会(昼) 定例会	けやき
		10:50	さくらの会 活動日	朝上コミセン
		10:50	鶺鴒の里会 活動日	鶺鴒川原コミセン
		19:30	オルゴール 定例会	けやき
27	土	19:00	すたんぷ 活動日	けやき
		10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
28	日	10:00	グルッポ・フィオーレ 活動日	けやき
		10:50	ひまわりの会 活動日	菰野コミセン

●この紙面にはボランティアセンター登録グループのうち希望される団体の活動予定を掲載しています。



 通常の活動日を掲載していますが、新型コロナウイルスの影響で、変更及び中止する場合がありますので各自事前にお確かめください。

菰野町ボランティアセンターURL
<http://komonovc.sakura.ne.jp/index.htm>
 ボランティア活動カレンダーURL
<http://komonovc.sakura.ne.jp/yotei/index.htm>



子育てchu!

子育てリレーエッセイ No.209

土井美穂子さん（菰野地区）

結婚して菰野に住んで 12 年になります。我が家には 3 人の娘がいます。子育てを何年しても朝から寝るまでバタバタと奮闘する毎日です。

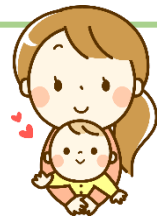
20 代前半で出産を経験し、当時頼れる友人も少なく常に戸惑いながらの子育てでした。何で泣いてるの？何で寝ないの？何で！！本当に余裕など無い不安っぱいの毎日でした。その中で同居している家族の介護を経験しました。また分からないだらけの不安な毎日です。

しかし、沢山の方々にサポートをしていただきました。『分からない』と声を上げれば、必要なサポートが受けられる機関を紹介してもらえたり、沢山の人の協力を受けながら介護をすることが出来ました。この経験から私の人生観は一変しました。人の優しさのなかで生きているんだと実感し、感謝の気持ちでいっぱいになりました。

介護についても、子育てについてももっと深く知りたいと思い、今では講義を受けたりボランティアに参加しています。私自身、知識を得ることで不安が減り、気持ちが楽になったからです。毎日をこなす、という感覚から、家族と過ごす日常の時間が大切に思えるようになりました。もちろん、奮闘している日々には変わりはありませんが（笑）

『分からないこと』は誰かに教えてもらえばいいんだと気づきました。もし一人で抱えて子育てをしている方がいれば是非周りに頼って下さい。必ずあなたを助けてくれる人がいます。

どうか、この声がどこかにいるあなたに届きますように。



みんなで作ろう！ 子育てサロン 11月の予定

菰野 (ヤッホー)	11/5(金)、17(水)	10:00~11:30 菰野コミセン
鵜川原 (うきうき)	11/11(木)、24(水)	10:00~11:30 鵜川原コミセン
竹永 (ふわふわ)	11/4(木)、18(木)	10:00~11:30 竹永コミセン
朝上 (きら☆きら)	11/4(木)、18(木)	10:00~11:30 朝上コミセン
千種 (あい・アイ)	11/17(水)	10:00~11:30 千種コミセン

※状況により中止になる場合があります
(コミュニティセンター [略]コミセン)

温かい善意



社会福祉協議会は、皆様からの「温かい善意のご寄付」を地域での助け合い活動・ボランティア活動・子育て支援事業などの活動資金として有効に活用させていただいております。

このたび、下記の皆様よりご寄付をいただき、心よりお礼申し上げます。

- 9月30日 匿名 防災食品
- 10月 5日 匿名 10,000 円
- 10月11日 匿名 300,000 円

ご寄付についてのお尋ねは社会福祉協議会
TEL394-1294までご連絡ください。



「みんなのふくし」は視覚に障がいのある方へ音声データ「声の広報」でお届けすることができます。社会福祉協議会までお問い合わせください。



菰野町社会福祉協議会の
Facebook ページ
取り組み、お知らせなど
随時更新中！

編集・発行 社会福祉法人菰野町社会福祉協議会
TEL394-1294 FAX394-3422
〒510-1253 三重県三重郡菰野町潤田 1281
菰野町保健福祉センターけやき内
Eメールアドレス komono-f@m2.cty-net.ne.jp
Facebook <https://www.facebook.com/komono.shakyo>
ホームページ [菰野町社協](#)

最新のデータ

R3.10月1日現在 外国人を含む		
町総人口	41,536 人	(↓)
世帯数	16,907 世帯	(↑)
65歳以上人口	10,824 人	(↑)
高齢化率	26.1 %	(↑)
年少人口 (14才以下)	5,671 人	(↑)
年少人口率	13.7 %	(↑)
一人暮らし高齢者数	567 人	(↓)
障害者手帳保持者数	2,003 人	(↑)
介護保険要介護認定者数	1,632 人	(↑)

() 内矢印は、先月比