

だれでも 安心して暮らせる 福祉の村づくり



山江社協だより

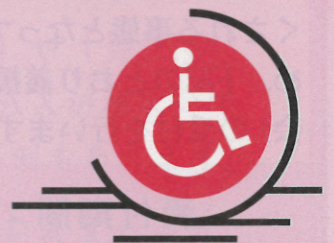
社会福祉法人 山江村社会福祉協議会
〈山江居宅介護支援事業所〉
〈山江指定訪問介護事業所〉



見守りネットワーク事業研修会の様子 ～緊急時の対応について学んでいる参加者の様子～

災害義援金の受付を行っています！	2
現在の状況について	3
見守りネットワーク通信	4
共同募金実績報告	5
男性料理教室開催	6
レシピ紹介	7
山江村老連だより	8
お知らせコーナー	9
皆で生き生き！脳トレ体操など	10

もくじ



災害義援金の受付を行っています!

近年、国内でも自然災害が頻発し、各地で多くの被害をもたらしています。災害で被災された方々を支援するため、当協議会でも下記の義援金の受付を行っています。皆さまの温かいご支援を宜しくお願いいたします。

◎東日本大震災義援金（東北関東大震災義援金）

3月11日に発生しました東北及び関東地方を中心とした大震災にて被災された方々を支援するため、下記のとおり当協議会でも義援金の受付を開始しました。

一人でも多くの方々の温かいご支援とご協力をお願いいたします。

また、村内の主な箇所にも募金箱を設置しておりますのでご協力をお願いします。

受付期間：**平成23年9月30日（金）**まで

◎義援金をお持ちいただく方は

山江村社会福祉協議会までお持ちいただきますようお願いいたします。

◎直接送金される方は

郵便局・ゆうちょ銀行 口座記号番号 **00140-8-507**

口座加入社 **日本赤十字社 東北関東大震災義援金**

■郵便局窓口での取扱の場合は、振替手数料は免除される。

■本義援金については、半券をもって受領書を兼用する。

◎宮崎県新燃岳火山活動被害義援金

平成23年1月末から活発化した新燃岳の火山活動により宮崎県西諸県郡高原町及び同都市において、多くの方々が生命または身体に危害を受ける恐れが生じ、避難を余儀なくされる事態となっていることから、宮崎県共同募金会では被災された方々を支援するため、下記のとおり義援金の募集を行うことになりました。このため、(共同募金会山江村分会)の受付を行いますので、多くの方のご協力をお願いいたします。

受付期間：**平成23年7月29日（金）**まで

◎義援金をお持ちいただく方は

山江村社会福祉協議会までお持ちくださいますようお願いいたします。

◎直接送金される方は

金融機関 ゆうちょ銀行 口座番号（普）**01770-2-512**

口座名義 **社会福祉法人 宮崎県共同募金会 新燃岳義援金**

※郵便窓口での振り込みについての手数料は無料。

(振込用紙裏面の通信欄に「宮崎県新燃岳火山活動被害義援金」と記入すること。)

現在の状況について

(平成23年3月25日現在)

●救援物資の受付は行っていません。

当協議会では、どちらの災害についても、現在のところ救援物資の受付は行っていません。寄せられた多くの物資が、配布する人材の不足や物資を輸送する手段が困難であったため、以前の災害では物資の1/3が処分された事もありました。

今後、救援物資の受付を実施する際には、改めてご案内申し上げますのでご理解いただきますようお願いいたします。

●災害ボランティアの受け入れについて

東日本大震災、新燃岳火山活動被害、どちらの災害についても、災害ボランティアの受け入れについては条件が設けられています。(日帰りで参加できる方・食糧の確保が自分で出来る方など)現地での受け入れ態勢が整わない限り、災害ボランティアを受け入れることは難しいため、個人で現地入しての災害ボランティア活動は控えていただきますようお願いいたします。また、被災地へのボランティアの受け入れについてのお問い合わせ・ご相談は、当協議会までお願いいたします。

山江村社会福祉協議会 ☎24-1508 (村内無料電話兼用)

義援金詐欺にご注意を!

近年、頻発する大規模災害の発生に伴い、「災害義援金」や「見舞金」名目でお金を振り込ませたり、騙し取ろうとする電話やFAXが相次いで発生しています。また、災害に乗じた訪問詐欺が起きた事例もあります。

通常、公的機関や団体が一般家庭に個別に電話したりFAXしたり、訪問して義援金を求めることはあり得ませんのでお気をつけください!

■振り込め詐欺に関するご相談は

- ・人吉警察署 ☎24-4110
- ・山江駐在所 ☎24-3372
- ・振り込め詐欺ホットライン ☎096-381-2567

第3回 見守りネットワーク通信

今年も、まだ立ち上がっていない地区においても、見守りの輪を広げるために、立ち上げの支援を展開中です。

地域の皆さまとともに、その地域にあった見守り活動を展開していきたいと考えておりますので、皆さまのご協力を、何卒よろしくお願いいたします。

研修会を開催しました!

~今年立ち上がった地区の委嘱状交付も~



平成23年2月18日(金)19時より、山江村農村環境改善センター2階の大会議室において、**救急法~緊急時に私たちができること~**と題しまして、見守りネットワーク事業研修会を開催いたしました。



人吉下球磨消防組合 中央消防署の消防課長東様をはじめ、3名の指導員の方を講師に迎え、**心臓マッサージ・人工呼吸・AED**の使い方などの実技演習をご指導いただきました。地域の区長さんや見守り協力員さんを中心に約50名の参加があり、皆さん熱心に、講習を受けておられました。緊急時に、まず何をしたらいいのか、どのような対応をするのか、分かりやすく話をいただき、大変実のある研修会となりました。



参加者の方々からは、「何度行なっても難しい」や「こういった研修会はとても大切だからこれからも続けてほしい」といった声が多く寄せられました。

当日は今年度新たに立ち上がった、第2区、第9区の代表の方への委嘱状交付も実施しました。

《報告・今後について》

今年は、新たにCATVを利用した安否確認の実施(お元気ボタン)も試験運用を開始しました。

今後とも見守り活動の支援やCATVを使用した安否確認を実施していきますので、今後とも地域の皆さまのご協力をお願いします。

フチ! 球磨弁クイズ!

問1 かんこん

- ①鐘の音 ②たくあん ③下駄の音

私たちが普段話している「球磨弁」。知っているようで、実は知らないという球磨弁も多いのではないのでしょうか?

今回も球磨弁クイズを作ってみましたので、皆さんもチャレンジしてみてください。

若い世代の方には、知らないという方も多いと思いますので、この機会に覚えて日常生活にも取り入れてみませんか? ...答えは次のページです。

共同募金実績報告

赤い羽根共同募金

10月1日▶12月31日

皆様の温かいご協力により、多くの募金をいただくことができました。

皆様のご協力を厚くお礼申し上げます。

お寄せいただいた募金は、熊本県共同募金会を通じて全国の地域福祉や村内や色々な地域で、福祉を支える活動の資源として活用させていただいております。

皆様一人一人の気持ちが地域を支える原動力です。

ご協力いただきました地域の皆さま、ありがとうございました!

一般募金額 616,189 円
歳末募金額 347,149 円

(平成23年1月31日)



共同募金配分金事業報告

山江村においても下記の事業や男性料理教室、イベント活動に配分させていただきました。

ご協力いただきました皆様、本当にありがとうございました。



歳末助け合い支援事業



今年度も一人暮らしの高齢者の方をはじめ、地域で支援を必要とされている世帯へ、民生児童委員の協力を得て、歳末見舞金を届けられました。



世代間交流事業

世代間交流を目的として、第2区と第5区において、それぞれイベントが開催され、子どもから高齢者の方々まで楽しいひとときを過ごされました。



第2区は、14日のもぐら打ちの道具作りを通して、伝統継承と世代間交流を図られました。



第5区は、12月23日のクリスマスケーキ作りを通して地域の一人暮らしの高齢者と子どもたちが交流を深めました。

球磨弁クイズ! 問2 ゆらか

- ①やわらかい ②ゆらゆら ③ゆらり香る

問1の答え...② たくあん

【使用例】

かんこんかむや~?

*このたくあんを食べますか?

男性料理教室開催

今年は1月～3月にかけて村内の成人男性を対象に、男性料理教室を開催することになりました。今回は1月、2月に開催した男性料理教室についてご報告いたします。

1月

山田地区：1月26日（水） 万江地区：28日（金）

テーマ：パパッと簡単！

献立

チャーハン、大根のサラダ、わかめスープ、白菜とリンゴのコールスロー風

参加者からは、本当に簡単に作れるので好評でした。家でも早速してみたいと話される方も多数いらっしゃいました。



2月

山田地区：2月23日（水） 万江地区：26日（金）

テーマ：簡単お鍋

献立

水炊き、大根の即席漬け、簡単浅漬け、いちごミルクゼリー

参加者からは「料理教室に参加するようになってから調理することに自信がついた。また、自宅の台所に入ることに抵抗がなくなった。台所にたっても妻が何も言わなくなった。」との嬉しいコメントもいただきました。



3月

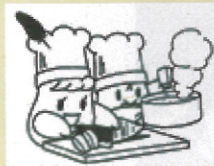
山田地区：3月23日（水） 万江地区：26日（金）

テーマ：希望メニュー

男性料理教室で使用したレシピがほしい方はお気軽にお電話ください。

山江村社会福祉協議会

☎24-1508（無料電話兼用）



この事業は赤い羽根共同募金の配分を受けて実施しています。

球磨弁クイズ!

問3 あしつぎ

- ①足の指 ②あさって ③踏み台や脚立

問2の答え…① やわらかい

【使用例】
こんめしはゆらかな～。

【レシピ紹介】

1月、2月で調理したレシピの一部を紹介します。ぜひご自宅でもチャレンジしてみたいはいかがでしょうか？



簡単！おいしい！ぱらっとチャーハン！！

【材料 2人分】

ご飯	2杯分
ねぎ	20g
卵	2個
油	大さじ1
塩・コショウ	少々
しょうゆ	少々

【作り方】

1. ねぎは小口切り、卵はときほぐしておく。
2. フライパンをよく熱し（煙がでる直前まで加熱）、油をまわしいれ、といた卵を入れて、**すぐにご飯を加えたら**、木しゃもじでご飯を切るように混ぜる。
3. ネギを加えて、塩コショウで調味し、鍋肌にしょうゆを加えて、よく混ぜ香ばしく仕上げる。

POINT!

すぐに入れることでご飯がパラパラになりやすい!!

お好みでウィンナー、ソーセージ、白す干し、干しエビ、鮭などを入れても美味しいですよ。

うまい！お手軽つけダレ&漬物

ポン酢

【材料 4人分】

みりん	大さじ1/2
薄口しょうゆ	大さじ2
濃口しょうゆ	大さじ2
酢	大さじ2
レモン汁	大さじ2
だし汁	大さじ1

【作り方】

1. みりんを煮きってから、順次合わせるだけ！

ごまだれ

【材料 4人分】

ねりごま	大さじ3
しょうゆ	大さじ3
酢	小さじ2
さとう	小さじ2
にんにく(おろし)	小さじ2

【作り方】

1. これらの材料を合わせるだけ！

大根の即席漬け

【材料 4人分】

大根	500g
ポン酢	100m
めんつゆ	100m

【作り方】

1. 大根は皮をむいて一口サイズに切り、塩をする。
2. 大根の水気をしぼって、ポン酢とめんつゆをあわせた液に漬ける。

めんつゆなど、使い切っていない調味料も使えて簡単で美味しいですよ！

球磨弁クイズ!

問4 かつとしゅ

- ①ヘアカット集 ②次から次に ③買っておく

問3の答え…③踏み台や脚立

【使用例】
そのあしつぎば持ってきてんない？

～山江村老連だより～

村民の皆さまには、かねてより山江老人クラブ連合会（山老連）に対して、適切にご指導と、積極的なご協力を戴き深く感謝申し上げます。

本年は本県において高齢者の祭典といわれる「ねんりんピック」が開催されます。本村から地域文化伝承部門で東浦臼太鼓踊り参加の予定です。

さて、老人クラブは地域を基礎とする高齢者の自主的な組織であり、仲間づくりを通して生きがいと健康づくり、日常生活を楽しくすることが目標です。今回は一部紹介します。

山老連役員

シルバーヘルパー宿泊研修

沢山買って楽しい研修でした。2月21日～22日に鹿児島県阿久根市へ26名にて参加しました。テレビ・新聞等で報道されている注目の市政では、老人クラブがどのような活動をされているかを、地元の会長、女性部長、事務局長、会員と交流しながら研修を行いました。また、前市長の市政時代に、700万円の予算でシャッター通りと堤防に100mほどの素晴らしい油絵をスケッチされており、新名所になっています。市の活性化の一部と思われます。また、ポンタン工場では、熱心に見学され、甘酸っぱい香りの中で加工されたポンタンを、皆さんお土産に沢山買われていました。とても意義のあった研修でした。



グラウンド・ゴルフ大会

3月1日、中央グラウンドにて「健康で、楽しく、誰でも出来る生涯スポーツ」として、グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。今年は今までにない106名の参加があり、路面の悪い中ではありましたが、参加された方々は競技を通してお互いの交流を深め、とても楽しいひとときでありました。

◎個人成績◎ (敬称略)

- 優勝 内川 幸人
- 準優勝 松本 正
- 3位 上村 志満子



地域活動

3月8日、小山田単位老人クラブ会員で努力しあい、色とりどりの花が咲くようにと、思いを込めながら、花いっぱい運動活動として、地域の道路に彼岸花を植栽されました。



いずれ道行く人々の目を楽しませることと思われます。

ねんりんピック2011熊本への協力 ～沢山のご協力をいただきました～

ねんりんピック2011熊本「みんなでおもてなし募金」を各老人クラブへお願いし、多くの会員から理解・ご協力を賜り、誠にありがとうございました。いただきました募金は、熊本県ねんりんピック推進室へ送金いたしました。

募金額：75,000円



ねんりんピック2011熊本の概要

平成23年10月15日(土)～18日(火)
第24回全国健康福祉祭を熊本県で開催します。大会では、高齢者の方々に親しみの深いスポーツや文化の交流大会22種目を、県内9市4町で開催します。

球磨井クイズ!

問5 う～ばんぎゃ～

- ①おおざっぱ ②簡単 ③しっかりしている

問4の答え…②次から次に

【使用例】
かっとしゅ持ってこんばわからん!

お知らせコーナー

寄付金をいただきました



平成23年1月19日に人吉タクシー(株)の役職員の皆さまより**29,010円**の御寄附をいただきました。

誠にありがとうございました。

まだまだ 物品寄付受付中!

山江村社会福祉協議会では、前号に引き続き、物品の受付を行っております。家では中々食べない缶詰やレトルト食品といった食料品はございませんか? 当協議会では、地域福祉活動や災害時に役立てるため、受付中です!



■対象物品：レトルト食品や缶詰、野菜など「これは?」といったものがありましたら気軽にお電話ください。

■持ち込み先：山江村社会福祉協議会

皆さまの温かいご支援をお待ちしております。

*東日本大震災への物品寄付受付ではありませんのでご注意ください。

ペットボトルのフタ回収 についてのお願い

1. フタはさっと洗ってください。
2. ある程度数がたまりましたら、当協議会までお持ちください。当協議会にて取りまとめを行い収集機関に送ります。



〈ポイント〉

フタの汚れがひどい場合は業者に引き取ってもらえないので、取り除くか、よく洗ってください。

また、ペットボトル容器を使って、簡単に回収容器が作れますので手作りしてみませんか?

◎回収容器の作り方◎

[準備物]

- ・ペットボトル ・カッター
- ・ハサミ ・マグネットクリップ

ペットボトルの底部分をカッターやハサミで切り取り、マグネットクリップを挟むだけ! アレンジはお好みでどうぞ!



問5の答え…① おおざっぱ

【使用例】
あんひた、たいぎゃ～う～ばんぎゃ～だもんね。
*あの人は、大変おおざっぱですよ。

↓すべてのお問い合わせはこちら↓

山江村社会福祉協議会
電話：28-3556
24-1508(村内無料電話)

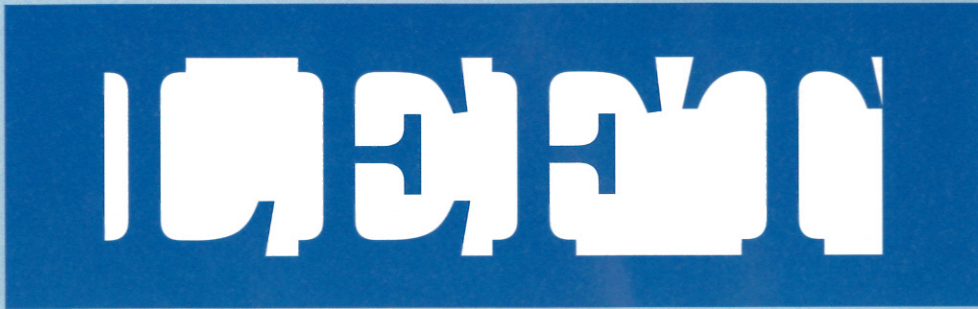
皆で生き生き！脳トシ体操！VOL.5

人間の脳は20代から老化していくといわれています。毎日少しずつでも簡単な読み書き計算をすることで、脳は活発に活動し、トレーニング次第で脳は若返ります。

今回は、「多義図形」と、「数独パズル」をご紹介します。注意力と集中力を発揮して、数字を入れてみてください。

? 多義図形 ?

白色の図形は何をあらわしているのでしょうか？



? 数独パズル ?

ルール

- 1.空いているマスに、1～9までの数字のどれかを入れます。
- 2.縦列（9列）、横列（9列）、太線で囲まれた3×3のブロック（9マスのブロックが9つあります）のどれにも1～9までの数字が1つつ入ります。

ヒント

右下の3×3のブロックに注目！ここにはまだ6が入っていないので、どこかのマスに6が入ります。1の下の2マスと7の上のマスは、同じ縦列にすでに6があるので、入りません。7の右上にあるマスは、横列に6があるので入りません。残る空きマスは7の右だけなので、このマスが6と決定。このようにして決めていきます。もし決まらないところがあれば、そこは放っておくのがコツです。

6	1						5	2
	9		5		7		6	
		8		3		9		
4		2		9		6		1
			8		4			
8		7		2		4		5
		5		6		1		
	4		1		2		7	
1	8						4	9

編集後記

九州は火山地帯といわれ、阿蘇山・桜島の代表的活火山、そして、噴火を続ける新燃岳等、いつ地震・災害が発生するか懸念されている中、3月11日、東日本大震災が発生、かつてない被害の大きさに目を覆い、まさかの現実を受け入れることになろうとは誰が予想したでしょうか。「災害が起きた時、私達にできること」として私達に何が出来るかしっかりと検証していく必要があります。しかしながら、日本国民はもとより、海外からの支援にも感謝し、また、被災者の方々の前向きな姿勢に涙が溢れ、感動しました。ガンバレ、日本!!

話はかわりますが、可憐な福寿草が春の訪れを告げ、色鮮やかな花々が咲き、季節の流れを感じています。世界も民主化運動へと動いています。かつて自由を求め戦った革命戦士K大佐、中東の暴れん坊としての異名をもち、一世を風靡した人物です。しかし、後には、政権を奪い、権力を行使し、全てを私物化し、思いのままに政治を動かした独裁者になってしまいました。我が国でも、4月には統一地方選挙が行われますが、大切な一票、明日のため思いを込めて投じたいですね。人はそれぞれ、思想信条・主義主張が異なりますが、権力を手にすれば、己の足元ばかりを照らしがちであります。差別なく平等にばかりを灯してほしいものです。

最後に、福祉事業にゴールはありません。今年度も「住民の誰もが安心して暮らしているように」をスローガンに掲げ、山江村社会福祉協議会では福祉活動を進めてまいります。前進!!

(T)

【答え】

- ・多義図形…LEFT(左)
- ・数独パズル

6	1	3	9	4	8	7	5	2
2	9	4	5	1	7	8	6	3
5	7	8	2	3	6	9	1	4
4	5	2	7	9	3	6	8	1
9	6	1	8	5	4	3	2	7
8	3	7	6	2	1	4	9	5
7	2	5	4	6	9	1	3	8
3	4	9	1	8	2	5	7	6
1	8	6	3	7	5	2	4	9