

各戸配布

# しむかっぷむら 社協だより

第29号(2019年1月)



## ～冬休み企画～

12月26日（水）、占冠村保健福祉センターにて、「冬休み企画」を開催しました。

占冠村社会福祉協議会では、小学校の夏休み、冬休み期間中の年2回、絵本の読み聞かせと工作体験を組み合わせた企画を実施しており、この日は絵本の読み聞かせの後、「プラバン」を作成。プラバンとは透明のプラスチック板に好きなイラストを描き、オーブンで焼いて固め、キーホルダーなどのアクセサリーに加工するもので、思い思いのイラストを描き、完成した作品を手にした子どもたちは、自慢げにそれぞれの作品を見せ合っていました。

「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

# 年頭のご挨拶



占冠村社会福祉協議会

会長 山下由美子



舞い申し上げます。また、被災されました皆様が、一日も早く平穏な日常を取り戻せますようお祈り申し上げます。

明けましておめでとうございます。  
村民の皆様におかれましては、良き新年をお迎えになられたことと心よりお慶び申し上げます。

旧年中の本会活動にご参加、ご協力をいただきました皆様に厚く御礼申し上げますとともに、  
本会活動を支えてくださいましたすべての皆様に深く感謝申し上げます。

さて、昨年は何と申しましても、九月六日未明に発生した胆振東部地震が、私たちに深い衝撃と悲しみをもたらしました。

北海道で初めて震度七を観測し、死者四十一名、負傷者六百九十一名、多数の住家が全半壊し、激しい揺れによる土砂崩れで、茶色の山肌がむき出しになった映像は、生涯忘れるることはないでしょう。

地震によりお亡くなりになられました方々、ご遺族の皆様に対し、謹んでお悔やみを申し上げますとともに、被災された方々に心よりお見

謹んで

新春のお慶びを

申し上げます。

会長	山下由美子
副会長	大沼八恵子
副会長	原田 明律
理事	赤石 秀明
理事	児玉 仁子
理事	河淵 悅司
理事	伊賀 聰一
監事	木村 裕一
監事	稻田 實
評議員	森 喜代美
評議員	松下 抄子
評議員	安居 明美
評議員	鷹木 秋夫
評議員	窪田 敏雄
評議員	五十嵐正子
評議員	大和 妙子
評議員	中本 進一
評議員	坂東 利則
評議員	相川
他職員一同	公司

# ～様々な交流が生まれました！年末イベント報告～

## 《占冠ふれあいもちつき会》

【12月6日】

コミュニティプラザにおいて、年末恒例の「占冠ふれあいもちつき会」を開催しました。世代間交流により相互理解を深め、共に支え合う地域づくりを目的として、今年もゆうあいサークルやボランティアのご協力により、地域の高齢者や保育所幼児、保護者など約100名の参加者ともちつきを楽しみました。

毎年参加してくれている保育所の幼児たちも、エプロンと三角巾をつけてもちつきを体験し、子ども用の小さな杵を元気よく振り下ろしていました。

【12月7日】

トマムコミュニティセンターにおいて、昨年より多い約50名の参加のもと、もちつき会を開催しました。

今年、初めて参加したトマム学校の子どもたちは、大人用の杵でもちつきに挑戦。最後はふらふらになりながらも、美味しいおもちを完成させました。

つきたてのおもちはその場ですぐに丸められ、雑煮にして参加者全員でいただきました。

中央、トマムそれぞれの保育所幼児が手作りしたアクセサリーなどを高齢者とボランティアに手渡される一幕もあり、和やかなもちつき会になりました。



みんなでおもちを丸めました！



もちつき頑張りました！

## 《クリスマス会》



楽しい交流をありがとうございました！

【12月10日】

利用者やその家族、中央小学校の児童、地域住民など33名が集い占冠村小規模多機能型居宅介護施設とまへるのクリスマス会を開催しました。

オープニングは、とまへる利用者と職員が聖歌隊に扮して歌を披露し、歌に合わせて小学生や家族もマラカスで会場を盛りあげました。

余興の後は、レクリエーションでbingoゲームやじゃんけん大会を行い、子どもたちと楽しい時間を過ごすことができました。利用者にとっては、すばらしいクリスマスプレゼントになりましたね。

中央小学校の皆さん、地域の皆さんありがとうございました。

## 《ふれあいクリスマス昼食会》

【12月21日】

占冠村コミュニティプラザにおいて、ふれあいクリスマス昼食会を開催しました。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。

今回の昼食会は、高齢者22名とゆうあいサークルのボランティアなど、総勢45名が参加し、一足早いクリスマスを楽しみました。



※上記で紹介した事業は、いずれも事業費の一部を共同募金会の歳末たすけあい助成を受けて実施しています。村民の皆様から寄せられた善意に感謝申し上げます。

# ～赤い羽根共同募金、歳末たすけあい運動終了～

12月31日をもちまして、平成30年度の赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金運動が終了いたしました。運動期間中、村民の皆様にはあたたかい募金をお寄せいただき、大変ありがとうございました。

赤い羽根共同募金のPRのために作成した「しむかっぴーピンバッジ」の頒布につきましては、社協の行事や村のイベントなどで、多くの方のご協力を賜りましたことに深く感謝いたします。

また、運動期間中、募金箱の設置にご協力を賜りました店舗、事業所の皆様にも感謝申し上げます。こうして集められました募金は、占冠村の福祉事業推進に使われるほか、道内各地域の福祉施設整備や福祉事業推進、大規模災害の支援のために全額使用させていただきます。



## 赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金集計額

(12月14日現在)

●赤い羽根 230,963円

●歳末たすけあい 73,400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。



## ～ありがとうございます！～

### ＜コカ・コーラ製品の寄贈＞

【12月17日】

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、「村内の福祉イベントや、福祉施設などで使用してください」とコカ・コーラ製品（缶、ペットボトルなどの飲料水）19箱（470本）の寄贈を受け、早速、12月20日に開催した老人クラブ連合会（長生会）の忘年会や、21日のふれあいクリスマス昼食会に使用させていただきました。



北海道コカ・コーラボトリング（株）営業統括本部 第二本部 営業三部 旭川販売課 課長代理の稻葉 範之さんは、「年末時期のイベントなどに役立ててほしい。今後も取り組みを続けていきたい。」と話されておりました。  
心温まる寄贈に心より感謝申し上げます。



# 占冠村の福祉関係団体活動をご紹介！

## 《占冠村老人クラブ連合会（長生会）》

占冠村老人クラブ連合会（長生会）の主な年間活動として、毎月の第3木曜日に例会を開催し、趣向を凝らした内容で、会員同士や地域の子どもたちとの親睦を図っています。また、近隣市町との交流、親睦を目的に富良野沿線5市町村の会員が集う事業も実施されており、大変有意義な活動内容になっています。

現在会員数は65名で、村内に居住する満60歳以上の方であれば入会することができます。

12月20日は、“忘年会”としてコミュニティプラザで例会を開催し、午前中は中央小学校の児童とビンゴ大会を実施しました。老人ク

ラブ会員と児童が2人1組でペアを組み、景品をかけて挑戦！読みあがる数字に一喜一憂していましたが、無事に全員景品をゲットすることができました！

ビンゴ大会の後は、小学生が歌やダンスを披露して会場を盛り上げていただきました。

占冠村老人クラブ連合会（長生会）では、1年を通してこうした活動を実施しています。まだ入会されていないあなたも、生きがいづくりや仲間づくりのため入会しませんか？入会を希望される方は、占冠村老人クラブ連合会事務局（占冠村社会福祉協議会内電話 56-2700番）まで、お気軽に問い合わせください。



箱の中身は何でしょう？



なかなかビンゴになりません！

## 《占冠村身体障害者福祉協会》

占冠村身体障害者福祉協会は、「身体障害者福祉の指向する基本理念の具現に努め、常に相互の連絡を密とし、身体障害者の自立と社会参加の促進に寄与し、その生活の安定と福祉の増進を図る」ことを目的として活動しています。現在の会員数は17名で、村内に居住する身体に障がいをお持ちの方と、会の目的に賛同する方が入会しています。

会の活動は、1月に開催する「新年の集い」をはじめ、一泊二日で実施する「研修旅行」などの事業を実施してお

り、活動についても、役員会や総会の中で、会員同士が意見を出し合い、内容を決めていくのが本会のスタイルです。

現在は会員数も減少しておりますが、今後も「会員同士の交流」と「楽しい会」をモットーに活動を続けてまいります。

なお、協会では障がいをお持ちの方や、会の目的に賛同される方の入会をお待ちしております。入会を希望される方は、占冠村身体障害者福祉協会事務局（占冠村社会福祉協議会内 電話 56-2700番）までお気軽に問い合わせください。



# ～広がれ！食育実践！～

## 《冬野菜を食べよう！》

寒さが増すと、白菜が美味しい季節を迎えます。新鮮な白菜は生でも楽しめるうえ、炒め物、和え物、漬け物など、バリエーションも豊かです。また、加熱すると冬定番の鍋料理や煮込み、スープなど様々な料理で楽しめます。

白菜は90%が水分で、ビタミンCが多く、カリウム、カルシウム、鉄などのミネラルも含まれています。

今回は、良質なタンパク質が豊富な鶏胸肉と、消化吸收に優れ、少量で効率よく栄養補給できる卵を組み合わせた料理をご紹介します。



是非お試しください！



### ◆『白菜と鶏肉の卵炒め』◆

#### 材 料 (2人分)

・白菜	180 g
・鶏胸肉	1枚 (270 g)
・卵	2個
・生姜せん切り	20 g
A 酒	大さじ1
A 醤油	小さじ2分の1
A かたくり粉	大さじ2分の1
B オイスターソース	大さじ1
B 醤油	小さじ2
B 砂糖	大さじ2分の1
・ゴマ油	大さじ1と2分の1

#### 作り方

- ① 白菜は葉と軸に分け、軸は繊維に沿って4cmの長さに切り、葉は一口大に手でちぎる。  
鶏肉はそぎ切りにし、Aの調味料をもみ込む。
- ② フライパンにゴマ油大さじ1を熱し、炒り卵を作り取り出してください。  
次にゴマ油大さじ2分の1を足して、①の鶏肉と、生姜を炒め、肉に焼色がついたら白菜の軸を加える。
- ③ ②に白菜の葉とBを加えて、全体に味がなじんだら、炒り卵を戻してひと混ぜし完成。



#### 《ここがポイント!!》

- 白菜の葉は、場所によって火の通りが異なるので、炒め物や煮物、鍋物などに使うときは、軸と葉を切り分け、先に軸から加熱しましょう！
- 調理時間 15分 1人分 488キロカロリー 占冠村社会福祉協議会 管理栄養士 大高美津子

# ～介護職員募集中！～

## 《とま～るで働いてみませんか！》

占冠村社会福祉協議会では、小規模多機能型居宅介護施設 とま～るで介護員として働いていただける方を募集しています。

普通自動車免許をお持ちの方が条件となります。介護に関する資格取得の有無は不問ですが、関連する資格や介護施設での勤務経験がある方は優遇いたします。

詳しい勤務条件や仕事の内容をお知りになりたい方は、占冠村社会福祉協議会電話56-2700番 中田までご連絡ください。



# ～日高町の福祉施設にタオルを寄贈～



【10月18日】

ゆうあいサークル、むつみ会、占冠村赤十字奉仕団の3団体は、社会福祉事業への理解を深めることを目的として、毎年社会福祉施設を訪問しています。

今年は、日高町の特別養護老人ホーム「日高高寿園」を訪問し、団体の代表3名がタオルなど約120枚を寄贈しました。

施設では、様々な場面でタオルなどを使用しているとのことで、大変感謝されました。事業にご協力いただきました皆様に、心よりお礼申し上げます。

## ～占冠社協関連のうごき～

### 1月

- 7日 社協仕事始め 8:30～  
(保健福祉センター)  
10日 ふまねっと教室 14:00～  
(保健福祉センター)  
17日 老人クラブ新年会 10:30～  
(コミュニティプラザ)  
20日 身障協会新年の集い 10:30～  
(保健福祉センター)  
21日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)

### 2月

- 7日 ふまねっと教室 14:00～  
(保健福祉センター)  
18日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)  
21日 老人クラブ例会 10:30～  
(コミュニティプラザ)  
22日 ふれあい昼食会 11:00～  
(コミュニティプラザ)



### 3月

- 7日 ふまねっと教室 14:00～  
(保健福祉センター)  
8日 宮下地区お茶会 10:00～  
(川添団地集会所)  
11日 ふれあいクラブ 13:30～  
(保健福祉センター)  
20日 老人クラブ例会 10:30～  
(コミュニティプラザ)



※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。（1月1日のお元気さんくらぶはお休みします。）

## ～占冠社協年末年始休みのお知らせ～

占冠村社会福祉協議会は、12月29日（土）から1月6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7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、よろしくお願ひいたします。（とま～るは年末年始も通常運営しております。）



## 《お茶会を開催！～千歳・本通地区～》

【11月9日】

占冠村保健福祉センターで、千歳・本通地区を対象としたお茶会を開催しました。

今回は、地域の方々10名が参加され、お手伝いをお願いしたゆうあいサークルの皆さんと、ハンドマッサージやレクリエーションで交流し、和やかなお茶会になりました。



会の後半は、お茶を飲みながら、昔の想い出話などを職員にも聞かせていただき、楽しいひと時を共有できました。



レクリエーションは大盛り上がり！

占冠村社会福祉協議会では、今後も各地域でお茶会を実施しますので、あなたの地域で開催されるときには、是非楽しいお話を聞かせください！

## 《文化祭に出品！～お元気さんくらぶ・ふれあいクラブ・老人クラブ～》

村の文化祭に、お元気さんくらぶ、ふれあいクラブ、老人クラブのメンバーが、それぞれ作成した作品を出展しました。

お元気さんくらぶは、1ヶ月をかけて、トマムの紅葉風景を貼り絵で表現した作品を作成。

ふれあいクラブは、昨年のふれあい広場で一部作成したカエデの木に見立てた枝に、様々な色の葉をプリントする作品を担当し、賑やかに完成させました。

また、老人クラブの皆さんには、貼り絵の前に配したカラフルな鹿を折紙で作成していただきました。

どの作品も丁寧に仕上げられており、来場者も立ち止まって作品を鑑賞していました。



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

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

