



しゃきようだより

平成20年に誕生した、美浦村社会福祉協議会のイメージキャラクター「みほちゃん」が10歳になりました。社協イベント「三世代輪投げ大会」で参加者全員と記念撮影。これからも、応援よろしくお願ひします！

第20回三世代ふれあい輪投げ大会



特集

祝!! みほちゃん誕生 10年

- 第20回三世代ふれあい輪投げ大会
- 健康づくり講演会を開催しました
- 平成29年度 美浦村社会福祉協議会 事業報告・決算報告
- 自立支援センターホープより
- デイサービスより
- 大切にします! あなたの善意
- 出かけてみよう夏祭り
- 夏を乗り切る健康管理のご提案





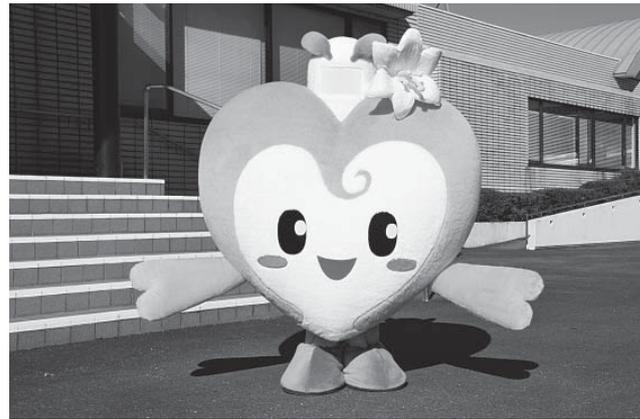
いきいき美浦に 人咲く 夢咲く 福祉咲く

祝!! みほちゃん誕生10年!!



皆様に常日頃から応援いただいている当会のイメージキャラクター、みほちゃんが今年、採用され10年を迎えます。

みほちゃんは美浦村社会福祉協議会のシンボルとして、普及啓発に活用するため、平成19年10月に、村民に親しまれる「キヤッチフレズ」「イメージキャラクター」の公募を行いました。当時、短期間ながら全国の皆様から50通を超える応募の中から審査の結果、平成20年4月より当会のイメージキャラクターに採用されました。



ご存知でしたか?

みほちゃんのコンセプト

『みほ』の頭文字をローマ字「M」をモチーフに、美浦村の恵まれた豊かな自然の中で福祉活動に励む人々を、かわいい少女にデフォルメ。頭に村の花ヤマユリで花かざり・・・元気で皆様に愛されるようにと願っております。(作者…塩崎歩美さん)

みほちゃんは、村内で行われる様々なイベントにも参加させていただいております。今後も美浦村の地域福祉の活性化に役立てるよう、美浦村社会福祉協議会をイメージする象徴として、住民の皆様にも愛されるよう、あたたかい応援をよろしくお願いたします。



みほちゃん誕生10年!! イベント開催!!

予定

みほちゃん誕生10年を祝して、イベントを企画検討中です。詳細は、しゃきょうだより(10月発行予定)やホームページ等に掲載予定なので、楽しみにお待ち下さい。

みほちゃんが誕生した平成20年(2008年)を振り返ると

○主な出来事

- ・北京オリンピック・北京パラリンピック開催
- ・小林誠・益川敏英・南部陽一郎の3名がノーベル物理学賞受賞
- 流行語 アラフォー／グ〜!／なんも言えねえ 等
- CDランキング truth／風の向こうへ 嵐
- 邦画ランキング 崖の上のポニョ

f 美浦社協公式 SNS 開設しました

美浦村社会福祉協議会の公式 SNS、Facebook と Twitter を開設しました。いいね、リツイート、フォローをお願いします! Facebook・Twitter アカウント名: 美浦村社会福祉協議会



美浦村社協 Facebook



美浦村社協 Twitter



優勝「布佐Dチーム」とみほちゃんの記念撮影

6月2日、第20回三世代ふれあい輪投げ大会が木原の農トレで開催されました。34チーム136名が参加し、熱戦が繰り広げられました。三世代（児童・保護者・高齢者2名）の4人で結成されたチーム戦ということもあり、投げる度に歓声で盛り上がる中、今回優勝したのは布佐Dチーム！高得点連発の安定した戦いぶりで、見事優勝に輝きました。JAかすみ様、美浦トレセン様、村長からたくさんの景品をご提供いただき、両手にお土産を抱えての集合写真（表紙参照）は皆さんとびきりの笑顔！力投、お疲れ様でした！

34チームが参加！第20回三世代ふれあい輪投げ大会



熱い応援を受け、高得点を狙います！

結果
 優勝：布佐Dチーム
 準優勝：大山東部チーム
 第3位：土屋Aチーム



健康づくり講演会を開催しました 「ピンピンコロリを考える～寝たきり期間を減らすには～」



参与
 医療アドバイザー
 名誉教授
 和田野



6月10日、美浦村中央公民館大ホールにて、美浦村老人クラブ連合会と共催で健康づくり講演会が開催され、約320人が参加し、大盛況のうちに閉会しました。

競馬共助会参与みほクリニック医療アドバイザーである和田野安良先生より、「ピンピンコロリを考える～寝たきり期間を減らすには～」と題して、高齢者を取り巻く社会情勢やフレイル（虚弱）状態にならないようにする生活習慣について、ユーモアを交えながらご講演いただきました。和田野先生をはじめ、ご参加、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



平成29年度社会福祉協議会事業報告

◆地域の福祉力向上

○社会参加推進

住民が地域社会に参加し、仲間を作ることでいきいきとした人生を送ることを目的としたサロン活動を支援（6団体に助成）することで、介護予防や閉じこもりの防止を行いました。また、普段、映画館に行く機会が少ない方に対して、みんなで一緒に映画を見る機会を提供する「映画上映会（湯を沸かすほどの熱い愛）」を開催しました。

○福祉交流活動

行事を通して世代間交流を深めることを目的として、親・子・孫が輪投げを通して交流する「三世代ふれあい輪投げ大会」（152人）、レクリエーションを通じて高齢者と幼児が交流する「保育所児と高齢者のふれあい運動会」（214人）を開催しました。

○福祉教育活動

福祉への理解と関心を深め、思いやりの心を育成するため、村立小中学校に福祉教育の推進助成金を支給しました。

○広報事業

福祉情報の提供と福祉意識の啓発を目的として、社協だよりの発行（年4回）、ホームページの運営、マスコミキャラクターみほちゃんの着ぐるみを用いた

各種イベントに登場させ、PR活動を行いました。



社協イベントで「みほちゃん」をPR

○その他の関連事業

地域福祉団体の活動支援を行いました（5団体）

◆児童・高齢者・障害者福祉

○高齢者祝賀

永年にわたり社会に貢献された高齢者の長寿等を祝福することで、福祉の増進を図ることを目的として、敬老会（村と共催 281人）、村内最高齢者祝、喜寿祝（44人）、金婚祝（11組）を実施しました。

○歳末たすけあい支援

支援を必要とされる方々が温かな年末年始を迎えることを目的として、商工会発行のクーポン券やシルバー人材センター利用券の贈呈（計266世帯）を行いました。

○サンタ訪問

支援を必要とされる母子・父子・障害者世帯に対し、サンタクロースがお宅を訪問し、お菓子をプレゼントしました。（37人）

○小学校入学祝品の贈呈

表面は障害者マーク、裏面は各校歌をデザインした下敷きを、村内小学校及び美浦特別支援学校初等部に入学者の児童130人に贈呈しました。

○自立支援センター ホープ

就労が困難な障害者が、地域社会で自立ができることを目的として、内職や生活訓練を中心とした通所事業を実施しました。（28人）

○見守り配食サービス

ひとり暮らし高齢者の健康増進と安否確認を目的として、民生委員やボランティア団体等のご協力を得て、46人へ月2回（年24回）夕食用の弁当を配達しました。

○福祉用具・車両貸出

高齢者や障害者等の生活の質が向上することを狙いとして、車いすおよび、

車いすが乗れる福祉車両を計60回貸し出しました。

○シルリハ体操指導士会運営支援

村内における高齢者の介護予防推進を目的にしたシルリハ体操指導士会の事務局として、指導士の活動を支援しました。



○おもちゃ図書館

障害の有無にかかわらず、子どもがおもちゃをとおして遊び場を提供するため、福祉センターでおもちゃ図書館を運営しました。

○日常生活自立支援事業

認知症の高齢者、知的・精神障害者等で判断能力が十分でない方の福祉サービスの利用援助や、日常の金銭管理等を行いました。

○地域見守り活動

地域の安心・安全の確保を目的に、村老人クラブ連合会による「みほ見守り



隊」を発足し、27地区で延べ3177人が、下校児童・ひとり暮らし高齢者の見守りを行いました。



地域の見守り活動を行っています

◆子育て支援

○いきいき子育て支援金

子どもを安心して生み育てることができる環境づくりを支援することで地域の活力が生まれるよう、村内在住で1〜3歳の第3子以上を養育する家庭に対し、支援金を29人に支給しました。

○ひとり親家庭支援

経済的負担を軽減し、児童・生徒の健全な育成のため、小学校・中学校に入学するひとり親家庭へ入学祝金を贈呈しました。

◆ボランティアの育成・活動支援

○ボランティア活動基盤づくり

ボランティアをしたい人と頼みたい人を上手に結びつけるため、ボランティアセンターで、地域のボランティア活動

の支援・育成を行いました。(団体登録44団体495人、個人登録29人)

○みほちゃん広場の開催

ボランティア育成の一環として夏休み中の子どもの学習、食事・遊びの場を提供し、子育て支援を行いました。(延べ参加人数160名)



ボランティアによる学習指導

◆心配ごと・法律相談

村民の悩み事・心配ごとを解決することを目的に、心配ごと相談を月2回、弁護士による法律相談を月1回開催しました。

◆善意銀行・やまゆり基金運営

○寄付金の受入

善意を持って寄せられた金品を受け付けており、29年度は、510,507円の寄付金と45件の寄付品をお預かりしました。また、村内の商店・施設に依頼

して、募金箱を12ヶ所に設置しております。

◆低所得者等福祉対策

○生活福祉資金貸付・小口資金貸付

低所得世帯や高齢者、障害者の自立や生活の安定を目的として、民生委員等の関係機関・団体の協力のもとに資金の貸付事業を行いました。

○フードバンク

フードバンク茨城より提供を受けた食材で、低所得者を対象に一時的な食糧支援を行いました。

◆介護保険事業

○通所介護

美浦村デイサービスセンターにおいて送迎を行い、食事や入浴、排泄介助、機能訓練(リハビリや口腔ケア)、レクリエーションなどのサービスを行いました。その他、毎月の誕生会や季節のイベントなども開催しました。(利用者延べ7159人)

○訪問介護

ご自宅へホームヘルパーを派遣して、家事援助や身体介護を提供しています。(利用者延べ1854人)

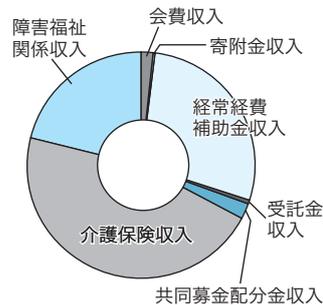
○居宅介護支援

介護保険サービスを利用される方の「介護サービス計画」の作成、相談、連絡調整を行っています。(利用者延べ1234人)

平成29年度決算報告

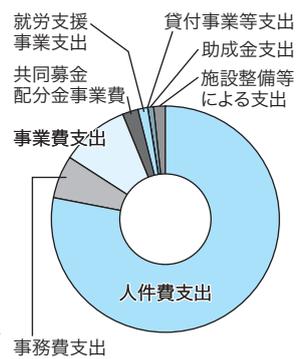
収入の部

	金額(円)
会費収入	3,016,300
寄附金収入	510,507
経常経費補助金収入	45,458,000
受託金収入	1,163,889
共同募金配分金収入	3,377,262
介護保険収入	75,363,025
障害福祉関係収入	34,285,406
財務活動による収入	1,721,160
その他	604,204
前期末支払資金残高	69,609,677
収入計	235,109,430



支出の部

	金額(円)
人件費支出	122,385,484
事務費支出	9,632,289
事業費支出	15,327,418
共同募金配分金事業費	3,691,473
就労支援事業支出	1,818,497
貸付事業等支出	200,000
助成金支出	1,407,039
施設整備等による支出	2,269,350
財務活動による支出	10,485,648
当期末支払資金残高	67,892,232
支出計	235,109,430





自立支援センターホープより

あなたの職場で実習生として働かせていただけませんか？



現在、自立支援センターホープでは、利用者の方々に就労を希望する人を対象に社会性や作業能力を踏まえた上で、就労につなげていく支援を行っております。ぜひあなたの職場で社会に出るための足がかりとなる職場実習の機会をご提供頂ければ幸いです。

～Tさんの職場実習レポート～

* 今回の職場実習レポートはホープから初めて実習を行った利用者さんの実例を掲載させていただきます。

まずは、職場実習先の見学から

相談支援員さんと一緒に職場見学を行いました。Tさんから『楽しそうだな～。働いてみたいな。』との感想がありました。



相談支援員さんが本人の気持ちを確認して実習先に実習依頼をしました

1日職場実習を行い野菜の袋詰めや値札貼り等を行いました。

Tさん『初めての場所は緊張するー!!でも、楽しい!また来たいな。』との感想がありました。



いよいよ、職場実習先と契約

継続して週に1回職場実習を行う事が決定しました。

Tさん『嬉しい!少しずつ仕事を覚えて頑張るぞ!』とても意欲的な感想です!

今回、初めて利用者さんの希望に沿った職場実習を契約し行う事が出来ました。今後も引き続き利用者さんの自立に向けての支援を行っていきたいと思います。

介護事業所より インスタ映え！？城山公園へお花見に……



デイサービスセンターのレクリエーションの一環で、4月に木原の城山公園へお花見に行ってきました。

八重桜とチューリップの見事な共演に息をのむばかり。ご利用者の素敵な笑顔がその美しさを物語っていました。来年はどこに行こうかな。



美浦村社会福祉協議会臨時職員募集

- ◇募集職種及び採用予定人員
通所介護（デイサービス）事業所介護員 1名
- ◇受験資格
経験不問（初任者研修等資格あればなお可）
昭和31年4月2日以降に生まれた人、要普通運転免許（AT限定可）
- ◇勤務場所・勤務時間等
美浦村デイサービスセンター（土日祝祭日及び年末年始休業）
午前8:30～午後5:15（週3～4日）
※週5日、社会保険加入希望の場合は応相談
- ◇雇用期間（共通）
平成30年9月1日から1年間（更新あり）
※早期勤務開始希望は応相談
- ◇給与
時給880円～920円（所有資格による）
※昇給あり
交通費支給、雇用保険加入、賞与年2回、処遇改善加算、有給休暇あり、その他規定に基づき支給
- ◇試験方法・試験日等
面接試験（平成30年8月実施予定）
※詳細については応募者に通知します。
- ◇応募方法
7月31日（火）までに自筆の履歴書を社会福祉協議会に提出。

大切にします！あなたの善意

<平成30年4月2日～平成30年6月5日寄付分>

- ◇善意銀行
匿名1件……………¥10,000
匿名1件……………¥3,000
- ◇物品寄贈
池延 亮 様……………紙パンツ・パッド
匿名4件……………紙オムツ・介護用品
- ◇使用済み切手・プリペイドカード
JRA 美浦トレーニングセンター 様
美駒寿会 様
高柳 様
匿名1件



美浦村社会福祉協議会では、寄付金の他、使用済み切手や使用済みテレホンカード、書き損じ葉書を受け付けています
※使用済み切手を収集の場合、切手のまわりの余白を5ミリ～1センチ位残して切り取り、日本切手と外国切手に分けてください。

車いす／福祉車両貸出

- 高齢者や障害者等の外出支援として、車いすや福祉車両（車いす用リフト付車両）を貸出します。
- ◇福祉車両利用料金（車いすは無料）
保険料（1日500円）+走行距離（1km×14円）
- 【お問い合わせ】TEL：885-0038

美浦村おもちゃ図書館

世界中で長く愛されている良質のおもちゃたちが、あなたのお子さんに遊んでもらうのを待っています。

- ◇対象 美浦村にお住まいの障害児／未就学児
- ◇開催日 毎月第2／第4土曜日
午前10時～11時30分
- ◇場所 みほふれ愛プラザ
- ◇内容 おもちゃでの遊び
おもちゃの貸出

いきいき子育て支援金

子供を安心して産み育てる事の出来る環境作りのため支援金を支給しています。

- ◇対象 第3子以降の子を養育している親権者1名
- ◇条件 美浦村に在住1年以上あることなど
- ◇金額 1歳児／2歳児 年2万円
3歳児 年1万円
- ◇注意点 自己申告になります。申請期限があります。
詳しくは「いきいき子育て支援金」で **検索**

社協の相談事業《無料・要予約》

会場：老人福祉センター ◎予約受付 TEL：885-7080

心配ごと相談所

相談日：第1・3月曜日
（祝祭日の場合は翌営業日。※年末年始を除く）

時間：午後1時～3時

弁護士による法律相談

7月 相談日：7月25日（水） 予約開始：7月2日（月）

8月 相談日：8月22日（水） 予約開始：8月1日（水）

9月 相談日：9月26日（水） 予約開始：9月3日（月）

時間：午後1時30分～午後4時

社会福祉法人

美浦村社会福祉協議会・
美浦村デイサービスセンター
〒300-0424

茨城県稲敷郡美浦村受領 1546-1

TEL：029-885-0038

（社会福祉協議会事務局）

：029-885-8885

（美浦村デイサービスセンター）

FAX：029-840-4552

ホームページ：

<http://www.mihoshakyo.jp>

美浦村老人福祉センター・

ボランティアセンター・
美浦村自立支援センター「ホープ」
〒300-0421

茨城県稲敷郡美浦村木原 150-2

TEL：029-885-7080

FAX：029-885-1042

（福祉センター・
ボランティアセンター）

TEL：029-885-6010

FAX：029-886-3633

（自立支援センターホープ）

これらの事業は赤い羽根共同募金の配分金、社協会費を財源として行われています。



出かけてみよう夏祭り



祇園祭といえば、京都・八坂神社のそれが一番有名ですが、八坂神社は中世までは「祇園社」、「祇園神社」もしくは「祇園感神院」と呼ばれていました。八坂神社に名前が変わっても、地名の祇園と祇園祭の名称が今も残っています。

京都以外でも全国各地に祇園祭という祭りがあります。本家京都のその華やかな活気にあやかり、郷土の祭を景気づけようと、山車を曳き回す形の祭が各地で起こりました。いくつかのものは、その地名をつけて「〇〇祇園祭」と呼ばれました。

美浦村でも、毎年7月に木原地区で開催される、楯縫神社（一の宮神社）の五穀豊穡を願う例祭が「木原祇園祭」の名で親しまれています。今年は7月14日、15日の土日に開催するそうです。

本格的な暑さが到来 夏を乗り切る健康管理のご提案

暑さを乗り切る・エアコンとの上手なつきあい方

梅雨が明けると、本格的な暑さが到来しますが、夏の体調不良の原因として一番多いのが「暑さによる体力消耗」で約7割。次いで5割超は「冷房による外気温との差」が原因だそうです。半数以上の人が、夏にエアコンの冷房が原因で体調を崩していることになりました。

エアコンによる体調不良は「冷房病」、又は「クーラー病」とも言いますが、どちらも正式な病名ではなく、主に冷房が原因で起きる自律神経のバランスが乱れた状態のことを指します。冷房病の症状は冷え性と同じで、体や手足の冷え、体のだるさ、疲労、食欲不振、頭痛、腰痛、肩こり、不眠などがあります。

なぜ自律神経が乱れるのか。人間の体はもともと体温調節機能を備えていて、夏には夏型に、冬には冬型の体へと調整しています。夏は体内に熱がこもらないよう血管を拡張し、熱を体外に逃がしやすくしています。逆に冬は体内に熱を確保するよう血管を収縮し、逃がしにくくしているのです。

しかし、夏型の体でエアコンのよくきいた部屋に長時間いると寒さを感じ、自律神経が血管を収縮させて冬型の体に変えようとします。このため自律神経は季節を混乱し、体の温度調節機能に乱れを起こしてしまい、夏の暑い時期でも冷えを感じ、先にあげた冷え性のような症状が出てしまいます。

夏の暑さによる体力消耗が主な昔からの夏バテとは違い、現代のようにエアコンが普及してからの新たな症状で、自律神経の機能低下によるものです。エアコンの設定温度はやや高めにし、外気温との差を5度以内にする。また、冷風が直接皮膚に当たらないようにする等の対策を取ると良いでしょう。

季節の食材を！夏野菜のすすめ

夏野菜を食べるのも夏のほった体温を下げるひとつの方法です。夏野菜とは、トマト、きゅうり、なす、ゴーヤ、すいかなどです。これらは、水分やカリウムを豊富に含んでいるものが多く、身体にこもった熱を身体の中からクールダウンしてくれます。

逆に冬に収穫する野菜や、寒い地域で収穫する野菜は、体温を上げる効果があるので、旬のものを旬の時期に食べるのは、とても自然なことといえます。また寝る前に冷たい飲み物を飲むのも、急激に体温が低下して体が熱を溜め込むと反応してしまいます。寝る前の水分補給は常温か、体温が下がらない程度の冷たさが良いでしょう。