

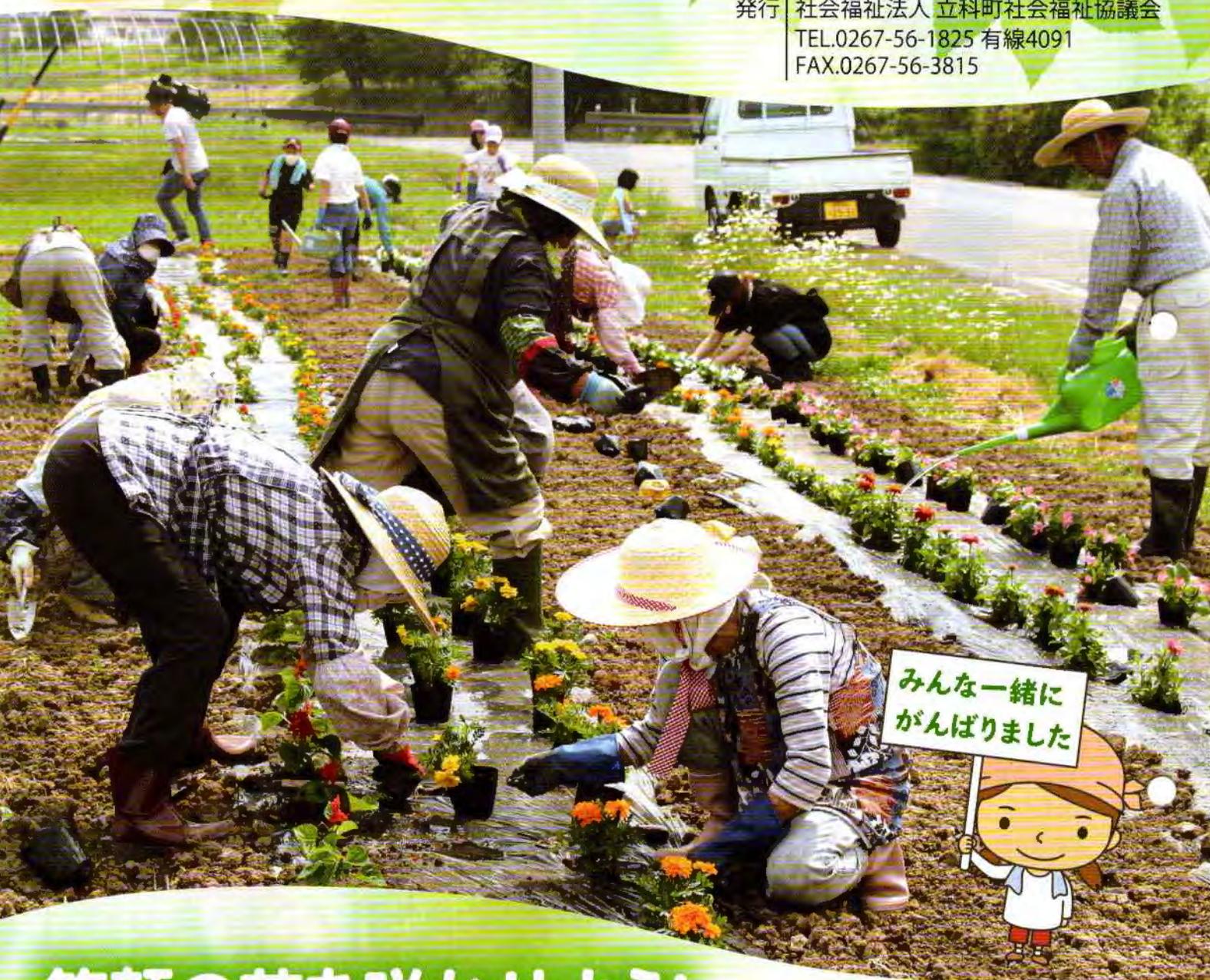
愛ちゃん

社協だより

NO. 77

2020・6月号

発行 | 社会福祉法人 立科町社会福祉協議会
TEL.0267-56-1825 有線4091
FAX.0267-56-3815



みんな一緒に
がんばりました

笑顔の花を咲かせよう!

6月の暑い土曜日。塩沢区老人クラブ
& 育成会の花植えが行われました。

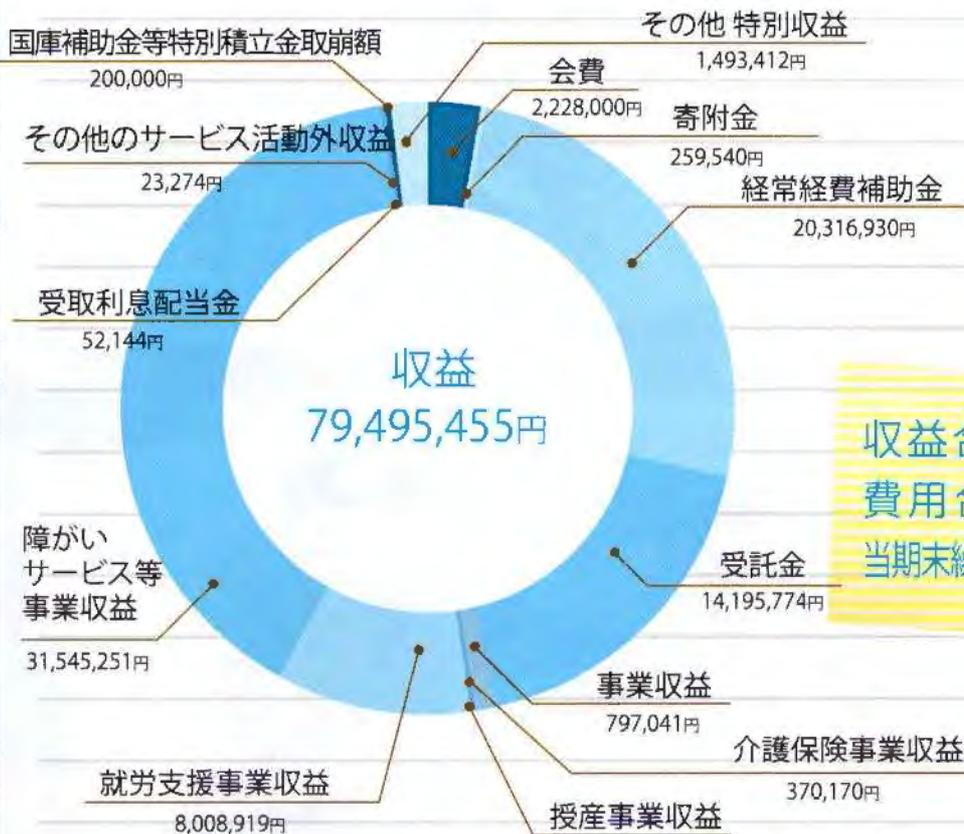
コロナ騒動が収まらない状況ですが、
3密を避けた活動が少しずつ再開され
てきています。

今月の記事

- 令和元年度社協決算 予算報告・事業予定 2・3
- 日赤立科分会会計報告・町の茶の間ただいまだより 4
- 立科発地域の活動紹介します 5
- たてしなふれ愛園だより 6
- 地域活動支援センター開設・頭の体操 7
- 社会福祉協議会からのお知らせ 8

「愛ちゃん」の発行には
「赤い羽根共同募金」の配分金が使われています。

令和元年度 立科町社会福祉協議会



収益合計 79,495,455
費用合計 82,823,369
当期末繰越金 -3,327,914

主な実施事業

地域福祉

まちの茶の間「ただいま」運営
 ふれ愛・ささえ愛ネットワーク事業支援
 小学校福祉教育体験学習協力
 地域福祉推進町民大会、たてしなふれ愛むら
 各種講座・研修

在宅福祉サービス

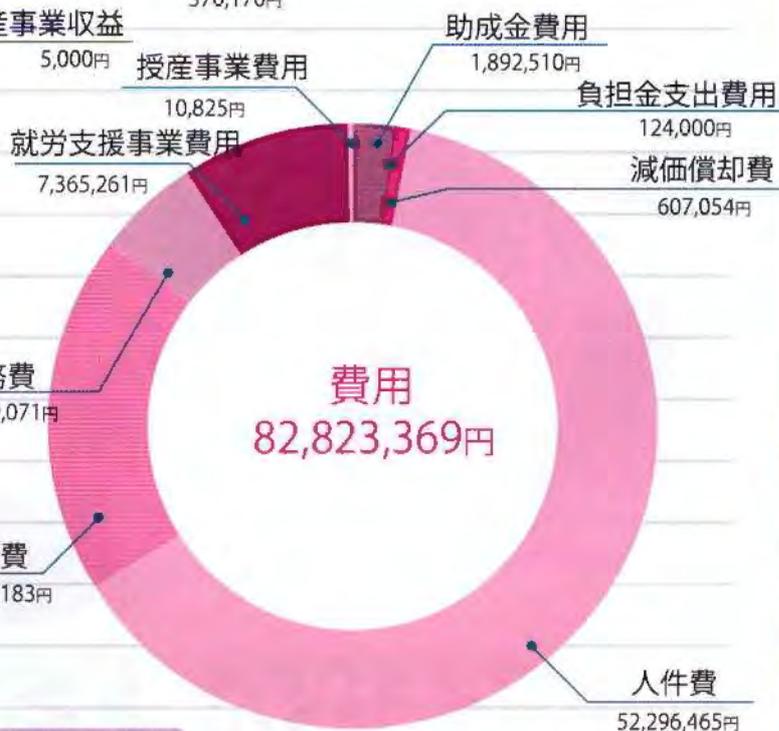
福祉自動車・車いす貸し出し
 配食サービス「お達者弁当」

高齢者福祉

おむすびサロン
 わら細工を楽しむ会
 高齢者グループ活動支援、のぞみ会

障がい者福祉

希望の旅事業、団体育成支援
 関係団体連絡会、相談支援、ふれ愛園



居宅介護支援事業

生活困窮者支援

生活福祉資金・幸福を高める資金の貸付、相談支援

ボランティア

ボランティア団体の活動支援・協働
 ボランティア体験(夏ボラほか)

相談事業

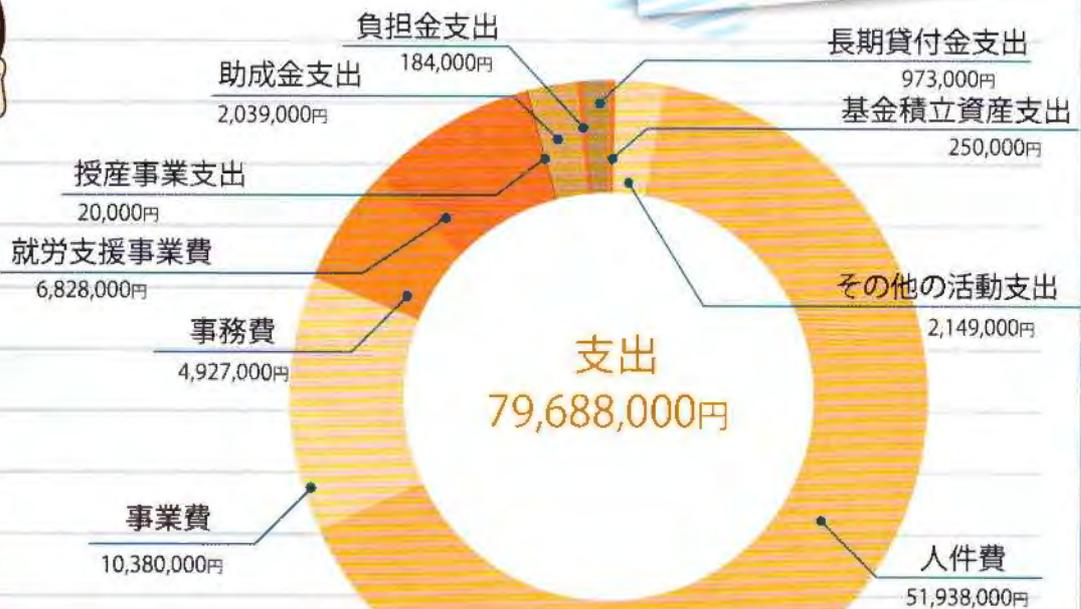
無料法律相談、暮らし・介護・健康なんでも相談

その他

福祉リサイクルバザー、歳末訪問、共同募金配分金事業 ほか



令和2年度立科町社会福祉協議会



★
車いすの操縦や
介助の仕方などを
学びました♪
★



事業予定

高齢者・障がい者・生活困窮者支援事業の推進
居宅介護支援事業、まちの茶の間「ただいま」運営
各種相談事業、福祉教育推進事業、各種講座・研修
ボランティア活動支援、配食サービス
福祉リサイクルバザー・たてしなふれ愛むら
共同募金配分金事業 ほか

日赤立科町分区 会計報告

令和元年度 立科町分区決算

令和2年度 立科町分区予算

収益	日赤会費	1,286,000
	日赤交付金 (日赤長野県支部から)	262,000
	雑収入	4
	繰越金	209,613
	合計	1,757,617

収入	日赤会費	1,286,000
	日赤交付金 (日赤長野県支部から)	262,000
	雑収入	1,000
	繰越金	261,000
	合計	1,810,000

費用	日赤会費納入金 (日赤長野県支部へ)	1,286,000
	事業費	99,092
	事務費	112,378
	繰越金	260,147
	合計	1,757,617

支出	日赤会費納入金 (日赤長野県支部へ)	1,286,000
	事業費	411,000
	事務費	113,000
	合計	1,810,000

日赤奉仕団(老人クラブ連合会)と区長・部落長が中心となり、社費の徴収・社員の加入促進活動が行われたほか、災害用備蓄品の購入などを行いました。

日赤は、社員の皆様からの社費(会費)と寄附金などを財源として、国際活動、災害救援活動、血液事業、救急法等の講習会などを行っています。皆様のご協力に感謝申し上げます。



味噌仕込みの季節がきました!

▲大活躍の 麴菌 (こうじきん)

「ただいま」がオープンして2年目を迎えました。記念すべき第1回目のイベントで仕込んだ味噌は、とてもおいしく仕上がっています。参加してくださった皆さん、どうもありがとうございました。



今年はコロナウイルスの大流行で、地区の皆さんにお声がけ出来ませんでした。町内にお住いの講師の方と「ただいま」の利用者さんで味噌を仕込みました。

今年も麴づくりから行いました。皆さん昔を懐かしんで慣れた手つきで進めていきます。「昔はどのうちも作ったもんだけどない」といつもと変わらず和やかな雰囲気の中、2年目の仕込みが終わりました。

今年来ていただけなかった分、来年は大勢の人たちが集まって、いつものような賑やかさを取り戻したいですね。

また皆でにぎやかに作りたいね。



なんと言っても味噌づくりは楽しいよね





「それな」ってなに？



蟹窪の地域活動という「それな」をご存じの方は多いのではないのでしょうか。
「それな」は山浦妙子さんが発起人となり作った、地域のお茶飲み場です。
自宅横のハウスを開放し、毎月第一・第三木曜日に近所の方とお茶飲みを楽しんでいます。いつもと違ってにぎやかで、お邪魔すると、時間を忘れておしゃべりしてしまいます。

立科発 地域の活動 紹介します



「六月会」大活躍!



また、蟹窪では老人クラブとふれあいネットワークの会「この指とまれ」六月会が共催する秋祭りも大きな行事の一つです。
東日本大震災の復興支援も兼ね、大槌町より海の幸を仕入れ、炭火焼でふるまわれます。手作りの豚汁やおにぎりも並んで豪華です。

企画する方達の「来た人に楽しんでもらいたい」という気持ち溢れています。子どもたちも駆け回り、高齢者まで3世代が集う温かいお祭りです。
昨年度は、神社の入り口に竹灯籠がお目見えしました。これは、六月会の皆さんが、この秋祭りの為に作ったものです。初めての作品とのことですが、職人揃いの六月会の皆さん、さすがの出来栄でした。

地区で集う場があるということはとても大事です。集まるのが難しくなっているこの頃だからこそ、これからは隣近所を気にかけて合う関係性が大切になってくると思います。
その関係性が、いざという時の助け合いに繋がっていくのではないのでしょうか。今、まさに「向こう三軒両隣」の精神が見直されてきているように思います。

生活支援コーディネーター 内藤 明香

たてしなふれ愛園をより

えごま油作りました!

近年は健康志向の高まりもあり、オメガ3系脂肪酸は「健康に良い油」「体に良い食材」として、 α -リノレン酸を含むえごま油に注目が集まっています。

ふれ愛園では、昨年えごまを無農薬栽培しました。種まきから収穫までの作業や除草作業などの管理作業を行っています。生産したえごまは食用油に加工して製品にします。ゆっくりと圧力をかけて搾る「低温圧搾法」と呼ばれる昔ながらの製法で油を搾りました。

初めての試みで、ふれ愛園にとってもチャレンジでしたが、地域の方の力もお借りしながら、製品にすることが出来ました。



早く芽が出ないかな？
楽しみだなあ!



▲エゴマの種まき



◀農作業風景

えごまの成長楽しみ
農作業、頑張ります。



えごまとは?

「えごま(荳胡麻)」は、シソ科の一年草で、原産地は東南アジアです。ゴマとよく勘違いされますが別物です!

えごまには大きく分けて、白えごまと黒えごまの2種類があります。ふれ愛園では白えごまを栽培しています。

なんといっても
「かけるだけ」と
いう手軽さがうれ
しいえごま油!

えごまに含まれる成分は?

えごま油に豊富に含まれるオメガ3系脂肪酸、 α -リノレン酸は「必須脂肪酸」と呼ばれ、食物からしか摂れない重要な栄養素と言われています。

この α -リノレン酸は身体に入るとエイコサペンタエン酸(EPA)、ドコサヘキサエン酸(DHA)に変化し、脳や精神など様々なところにより影響を及ぼすそうです。

1日に必要な α -リノレン酸を野菜で摂取しようとすると、例えばホウレンソウなら約1.4kg食べないといけません。えごま油で摂取する場合は、1日小さじ1杯分(約3g程)が目安となり、お手軽に必要な量を摂取できます。



今後、菜ないろ畑で販売を予定しています。見かけた際には、是非、お手に取ってくださいね。



地域活動支援センター

開設しています!

開所日時 月～金の午前9時～17時(土・日・祝は除く)

- 社会福祉協議会では、「立科町地域活動支援センター」を開設しています。利用できる方は、町内在住で障がいのある方です。
- 場所は、たてしなふれ愛園内の一部スペースを利用させて頂いています。
- 費用は基本的に無料ですが、活動内容によって実費負担が発生します。(500円程度) 気になった方は、先ずはお電話でお問合せください。



新型コロナウイルス感染症予防対策を実施しております。ご利用を希望される方は、ふれ愛園までご一報ください。



たてしなふれ愛園
TEL.56-3721
有線 4321

ご相談
ください

生活リズムを整えたい、
日中家にこもりがちになってしまう、
人と話したい等、
どんな理由でもかまいません。
見学も受付けています。

ちょっと一息 頭の体操 第二回 立科町クイズ

第1問 立科町は何番目の中山道宿場町?

- ① 26番目 ② 31番目 ③ 35番目

第2問 立科町の「町の花」の名前は?

- ① つつじ ② あじさい ③ すずらん

第3問 立科町にコンビニは何店舗あるでしょう?

- ① 5店 ② 4店 ③ 3店



官製ハガキに ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④吹き出しの内容 ⑤今号の社協だよりへの感想・ご意見をご記入のうえ、「立科町社会福祉協議会」までお送りください。(〒384-2305 立科町戸田2523) 締め切り 6月26日(金)まで

前回の答え 第1問「②オレゴンシティ」 第2問「①53.3m」 第3問「③5市町村」 第4問「②キジ」

当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。

抽選で2名様に
図書カード
500円分を
プレゼント!

古着、布製品

ご提供ください



ふれ愛園では、ウエス作成用の古着(布)を集めています。古くなったシーツ、着なくなった肌着など、綿50%以上の物であれば、大きさを問わず回収しております。

持ち込みも随時受け付けておりますが、量が多く持ち込みできない場合はご相談下さい。

こんな物は対象になるの?これは?疑問・質問などございましたら、お気軽にお問い合わせください。

たてしなふれ愛園 電話:56-3721 有線:4321

善意のご寄付 ありがとうございます

(令和2年1月~5月まで)



- ・匿名 1,800円
- ・匿名 (フードバンク信州へ寄付) 食品2,400食
- ・井上 昌治様 852円(切手)
- ・白樺高原スキークラブ様 50,000円
- ・岩下 一平様 薪の原木14t
- ・匿名 玄米60kg
- ・笹井 福代様 コピー用紙

いただいたご寄付は、地域福祉の推進に活用させていただきたいと思っております。心より御礼申し上げます。

ボランティア保険

ボランティア活動保険の“特定感染症”に指定感染症(新型コロナウイルス)が追加され、補償の対象となりました。ボランティア活動中にボランティア自身が特定感染症に罹患した場合に補償されます。

※なお、「ボランティア行事用保険」「送迎サービス補償」の各プランでは、補償の対象となりません。



詳しくは、「(株)福祉保険サービス」ホームページ、または、立科町社会福祉協議会までお問い合わせください。

「愛ちゃん」に 町のテレワーカーが 携わっています!

今号より「愛ちゃん」のデザイン・編集に、新たなテレワーカー3名で携わらせて頂きます。生活目線を大切に読みやすく、伝わりやすい紙面を目指して頑張ります!



銚木裕見子



市川摩季



長岡雅子

水仙の球根を集めています

社協では、白樺高原の景観向上を目的として「ビーナスの会」が行っている、女神湖に水仙を植える活動を支援しています。今年も水仙の球根を募集して、町の皆様からご提供いただきました。

湖畔に咲く水仙も増え、散策する観光客の方々にもご好評いただいています。



このボランティア活動にご賛同いただき、水仙の球根をご寄付いただける方は、社協事務局までお届け下さい。

お問い合わせ 社会福祉法人 立科町社会福祉協議会
北佐久郡立科町芦田2523
TEL.0267-56-1825 有線4091