

# おづのふくし

発行 小津学区  
社会福祉協議会  
広報啓発部会

令和 3 年度

小津学区社会福祉協議会 会長就任のご挨拶

小津学区社会福祉協議会 会長 福造 堅司

平素は、小津学区社会福祉の推進にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

この度、社会福祉協議会の会長を務めさせていただくことになりました。知識もなく微力ではございますが頑張っって参りたいと思いますので、みなさまのお力添えをお願いいたしたく存じます。

さて、人々の悩みや困り事には、人それぞれの悩み・困り事があります。それを一人で抱えないでいろいろな人と関わり合っって先に進んで行きたいものです。孤独死、家族の地域からの孤立がニュースになる昨今、地域や近くの人とのつながり、ふれあいが益々大切になります。

そこで、小津学区社会福祉協議会では、「在宅介護のつどい、すこやかサロン、高齢者のつどい、ふれあいと福祉の心を育てるつどい」などの行事を計画しております。いろいろな人と話をし、周りからの刺激・知識を得て生き生きとした日々を過ごす機会としてご利用いただければ幸いと存じます。

ここに、小津学区の基本理念を述べます。

「ふだんの 暮らしに しあわせを！」

・・・ふれあい(愛) ささえあい(愛) たすけあい(愛) まなびあい(愛)・・・」

最後になりましたが、学区民のみなさまのご健勝を祈念いたしまして、

就任の挨拶といたします。



## 令和3年度 学区社協事業について

**5月**

- ・理事会 書面決議
- ・福祉協力員研修 中止

**6月**

- ・在宅介護者のつどい 延期
- ・自治会長・民生委員児童委員  
福祉協力員・健康推進員合同研修 中止
- ・学区社協・まちづくり推進会議合同研修 中止

**7月**

- ・ふれあいお楽しみ会/高齢者のつどい 中止
- ・第一回学区すこやかサロン 中止

**8月**

- ・サロンボランティア活動講座 19日(木)10:00～

**9月**

- ・民生委員児童委員・福祉協力員 合同研修 未定
- ・ふれあいお楽しみ会/バス研修 未定
- ・住民福祉講座 4日(土)13:30～

**12月**

- ・ふれあいと福祉の心を育てるつどい 2日(木)～8日(水)
- ・第二回学区すこやかサロン 中止

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為事業を変更・中止させていただきます場合がございます。

## 生活支援ボランティア

～暮らしの中でちょっと困っていることはありませんか？～

守山市社会福祉協議会では、ボランティアの協力を得て、日常生活の中で

ちょっとした困りごとのお手伝いをする「生活支援活動」をおこなっています。

### 対象者

市内在住の概ね 65 歳以上の方または障害のある方で、親族や近隣住民の協力が得られない世帯

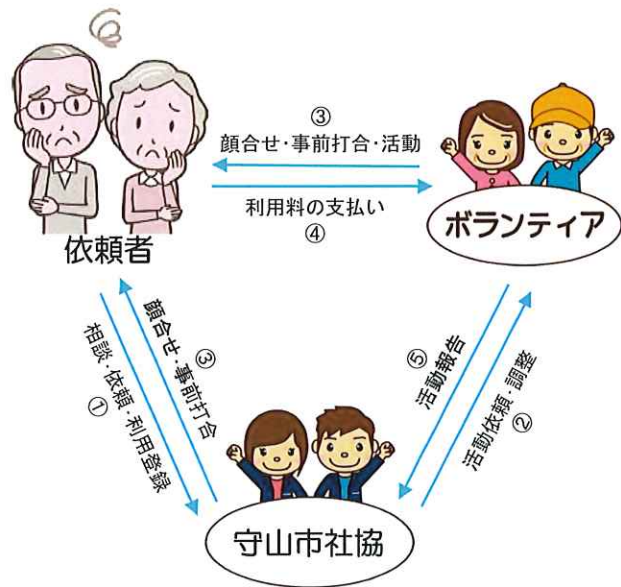
\*障害者手帳をお持ちでなくても構いません。

### 利用概要

利用内容	庭の除草作業、ごみ出し(不規則の大型ごみ)、電球の交換 付き添い(通院・散歩・買い物)、その他
利用料	実働 1 時間 500 円 * 材料費等の実費負担あり
利用日時	平日 8:00～17:00 * 場合によっては土日祝も可

- \* 利用内容は、随時追加予定です。
- \* 付き添いに伴う、送迎や介助行為等はできません。
- \* ご相談の内容によっては、お断りする場合があります。

### 生活支援活動の仕組み



### ボランティア大募集！！

「ちょっと助けてほしいな」の声に、「私にできることなら！」と、活動にご協力くださる方を募集しています！興味・関心のある方はぜひご連絡をお願いします。

### 【問合せ・申込み】

社会福祉法人 守山市社会福祉協議会  
(すこやかセンター 2 階事務局)

電話・有線：583-2923【平日 8:30～17:15】

FAX：582-1615

## ～ 福祉の豆知識 ～

認知症予防について

### 「食事」

認知症のリスクを下げる食事として、①肥満を防ぐ（食事量の調整）、②野菜を多く摂る：野菜に含まれるポリフェノールに老化防止作用がある、③魚を時々摂る：魚、特に青魚は DHA や EPA といった健康に良い油成分を含んでいる、④発酵食品：ヨーグルト、漬物、味噌や醤油などの発酵食品には、微生物のパワーが潜んでいます。

テレビなどで〇〇が良いという番組を見ると、それが爆発的に売れて、そればかり食べる人が出てきますが、基本はバランスの取れた食事です。和食は優れた健康食品と世界中から認められています。ただしたんぱく質やカルシウムが少なめなので、和食に乳製品（牛乳やチーズ）を加えることが推奨されています。

【 参照：認知症介護情報ネットワーク 】



最近、TV 番組や新聞記事等でよく見聞きするようになった「SDGs」という言葉。「どんな意味なのか?」「なんで今、取り組む必要があるのか?」と疑問に感じている方もおられるのではないのでしょうか。



### <SDGs とは?>

SDGs (Sustainable Development Goals : 持続可能な開発目標) は、2015 年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ (予定表)」の中で掲げられました。

2030 年を達成年限とし、17 の目標と 169 のターゲットから構成されています。

### <SDGs、簡単に説明すると>

世界中の様々な国で環境問題 (気候変動) ・ 貧困 ・ 紛争 ・ 人権問題 ・ 新型コロナウイルス感染症、等多くの課題に直面しています。このままでは安定してこの世界で暮らし続けることが困難になるのではと、心配される状況になってきました。

SDGs とは簡単に言うと「前述の諸課題を、世界のみんで 2030 年までに解決していこう」という計画・目標のことです。

※「持続可能な」という部分は、「人間の活動が自然環境に悪影響を与えず、その活動を維持できることを意味しています。要約すると、次のような方針・目標があります。

「差別のない社会を作る」 : 年齢や性別、障害、人種、宗教、経済的地位等で差別をしない社会の実現。

「環境を大切にする」 : 地球環境・自然環境に配慮しながら、国や企業が活動できるようにする。



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



### <広まったキッカケ>

2017 年に開催された「ダボス会議」。

(政治経済のリーダー達が集まる会議)

そこで「SDGs に取り組むことで 12 兆ドルを超える経済価値と、3 億 8,000 万人の雇用が創出される」と発表されたことで、経済界も「取り組んでいこう」と広まり始めました。

【参照 : 日本ユニセフ協会ホームページ 等】

### 令和3年度 住民福祉講座

## 「フレイルって何？」

～フレイルを予防して  
健康寿命をのばそう～

講師：南部地区地域包括支援センター  
心山 久美子 田中 恵里菜  
日時：令和3年9月4日（土）

13：30～14：30

内容：①フレイルについて：講義  
②フレイル予防について  
・コグニサイズ  
・守山プラス（体操）

場所：小津会館 2階 大会議室

定員：30名

※ 今年度は新型コロナ感染拡大防止  
の為、事前申込、参加定員を30名  
とさせていただきます。

※当日はマスクの着用をお願いいた  
します。又、37.5度以上の発熱や  
身体の調子が悪い方は、参加を見  
合わせてください。

参加費：無料

参加申込締切：8月20日

※参加方法

小津会館へご連絡ください。

Tel 585-3366 Fax 585-5251

主催 小津学区社会福祉協議会  
広報啓発部会



## マスクで たのしみ輪

にしはら  
よしこ



## クロスワードパズル

ヨコのカギ 作者：にしはら よしこ

- ① 秋に楕円形の果実が実り、白い果肉は甘い
- ④ 琵琶湖に生息するヨシノボリ、ウロリとも呼ばれる
- ⑥ 漢字の読み方 中国語の発音を基にする
- ⑧ 広くて大きいこと
- ⑩ 土地の境界に作ることもある
- ⑪ サインや寄せ書きに使う
- ⑭ ひと声を発します
- ⑮ 鍋物に欠かせない野菜 守山は産地のひとつ

タテのカギ

- ① 三原色のひとつ
- ② 2月11日はこの記念日です
- ③ 1分の60分の1
- ⑤ 自分よりもまず他人の幸せを願うこと
- ⑦ 新聞などで、そこを見れば内容がわかる
- ⑨ これがうまくできると長く泳げる
- ⑩ 「ワニ」「フカ」などの別名がある
- ⑫ かいこから取れる糸で織る布
- ⑬ 目の上にある

ABCDEを  
並べてできる  
言葉は?

