

# いたこの社会福祉 きずな

第51号

2020. 6.25

令和2年

発行責任者

社会福祉法人

潮来市社会福祉協議会

会長 根本 健助

TEL 63-1296



毎年恒例となっているフラワーロードの苗植え。参加者同士、適切な距離を置きながら作業にあたりました。

## 目次

生活福祉資金貸付制度について・・・2P

新型コロナウイルス

感染予防対策について・・・3P

善意の箱設置協力店の紹介・・・4P

令和元年度社協会費収入について・・・5P

今、気をつけたい健康のこと・・・6P

民生委員児童委員から・・・7P

社協からのお知らせ・・・8P

▼市や社協職員有志の協力で、サルビア、ブルーサルビアなどを植え付けました。



潮来市 社協  で検索

 [i.shakyo@poem.ocn.ne.jp](mailto:i.shakyo@poem.ocn.ne.jp)



新型コロナウイルス感染症の影響で生活費にお困りの方へ

# 生活福祉資金貸付制度

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業等で、生活の維持が困難となった世帯に対して、生活費の貸付を行っています。（※生活福祉資金は平時から相談、利用いただける制度ですが、この度の新型コロナウイルス感染症の影響で申し込みの要件が緩和されたものを紹介いたします）

- ① 緊急小口資金 貸付上限 10万円
  - ② 総合支援資金 貸付上限 15万円×3か月
- （※ともに一定の条件を満たせば、ひと月あたり20万円に拡大）

## 〈ご用意いただくもの〉

- ・申請書（ホームページからダウンロードください）
- ・住民票（世帯全員が記載されているもの）
- ・通帳またはキャッシュカードのコピー
- ・本人確認書類（運転免許証、健康保険証、マイナンバーカード等）のコピー
- ・印鑑（申請書に押印いただきます）

※詳細はお問い合わせください

## 〈上記の生活福祉資金の特例措置について〉

- ・据置期間がそれぞれ最大1年にまで拡大。
- ・償還期限は最大10年（総合支援資金）となっており、その期間中は無利子。
- ・保証人不要（従来、保証人がいない場合、年1.5%の利子）

▶申請様式のダウンロードは、社協のHPもしくはQRコードから

潮来市 社協



（緊急小口）

（総合支援）



▶お問合せ先は、こちら（潮来市社協）

0299-63-1296

※原則、郵送での申請をお願いいたします

宛先 〒311-2421 潮来市辻765番地 潮来市社会福祉協議会

封筒に〈生活福祉資金申請書在中〉と朱書き下さい。

また希望者には、書類を送付いたしますので、お問い合わせください。



# 潮来市社協における新型コロナウイルス 感染予防対策について

潮来市社協では、福祉に関する相談窓口として居宅介護支援事業所、地域包括支援センターが、またケアプランに基づいて介護サービスを提供する訪問介護事業所がそれぞれ設置されています。その中で実施している感染症防止策について報告させていただきます。

## ① 居宅介護支援事業所、地域包括支援センターの感染症対策

- ・ 訪問面接前の手洗い・うがいの徹底、マスクの着用
- ・ 面接時間の短縮や電話による相談受付

## ② 訪問介護事業所の感染症対策

- ・ サービス提供前後のアルコール消毒の徹底
- ・ サービス中のマスクやエプロン、手袋の着用

## ③ 社協建物内の感染症対策

- ・ 館内通気口を常時開放し、換気の徹底化
- ・ 事務所窓口に飛沫感染防止用の透明ビニールシートを設置
- ・ 大規模会議の原則中止。小規模会議については参加者同士、十分な間隔を空けたうえで開催

## 善意銀行 預託品の紹介

### 手作りマスクを寄付していただきました。

新型コロナウイルス感染症の流行に際して、ある市民の方から「必要な方に使ってもらえたら」とマスクや消毒液の寄付がありました。社協では掲示板やFacebookなどを通し情報発信を行い、社協へ来所された方、およそ100人にマスクを届けることができました。

マスクを受け取った方々からは「マスクが手に入らない時期に助かりました」「かわいいマスク大切にに使わせていただきます」と喜びの声と感謝のメッセージがたくさん寄せられました。

マスクの制作にあたってくださった皆様を始め、様々な善意の寄付をお寄せ下さった方々に感謝申し上げます。

(※その他、預託いただいた方につきましては最終ページで紹介しています)



▲感謝の気持ちを手作りのメッセージカードにのせて伝えてくれました。

## 令和元年度 善意の箱募金

**191,949円** の寄付をいただきました。

ご協力ありがとうございました。

### 令和元年度 善意の箱 設置協力店の紹介（※順不同）

飯塚酒店	箕輪整骨院
ウェルシア潮来須賀南店	かんぽの宿潮来
うなぎや酒店	潮来カントリー倶楽部
コメリハードアンドグリーン潮来店	ジェイゴルフ霞ヶ浦
サンキ ララルー店	潮来市商工会
セイミヤ潮来店	佐原信用金庫 潮来支店
セイミヤ延方店	なめがたしおさい農業協同組合 潮来支店
セブンイレブン潮来あやめ1丁目店	筑波銀行 潮来支店
タイヨー ララルー店	東日本銀行 潮来支店
とんかつ とん平	潮来市シルバー人材センター
なごみ ララルー店	潮来市民プール
石橋商店	道の駅いたこ
兼平ガソリンスタンド	潮来公民館
原弥兵衛商店	牛堀公民館
吉屋商店	大生原公民館
甚兵衛寿司	中央公民館
古高山荘硯山亭	津知公民館
牡丹江	延方公民館
マンジョーレ	潮来市立図書館
ラーメン純輝	潮来市社会福祉協議会
潮来整骨院	



▲社協窓口に置かれた「善意の箱」。この他にもアクリルの募金箱もあります。

潮来市社協では、善意の箱という募金箱を市内の施設や商店等に設置させていただき、市民の皆様からの寄付を募っています。いただいた寄付金は、社協が推進する社会福祉事業に活用させていただきます。

また上記の施設以外に設置をしていただける協力店を随時募集しております。社会貢献活動の一環として、社協の地域福祉活動にご協力をお願いします。

# 令和元年度 会費収入 合計 3,951,000円

## 令和元年度 社協会員名簿 (敬称略・法人名称略)

一般会費 2,979,000円

特別会費 10,000×66口

理事等 1口 11件	荒原 茂・大平 幸一・小沼 雅義・風間 道夫・小谷野保明・坂本 貴徳・関川 勝美 關戸多鶴子・千野根恵男・根本 健助・和田 直子
---------------	---

### 法人等

6口 1件	茨城南部工業協同組合
5口 2件	潮来工業団地連絡協議会 三愛理研(株)・サン・トックス(株)・三和紙工(株)・昭和産業(株)・(株)千代田グラビヤ トノハテクノ(株)・丸一鋼管(株)
	潮来市建設業組合
3口 5件	(株)いたこ・兼平ゴム工業(株)・(株)さわた・(株)セキネネオン・高須産業(株)
2口 1件	(株)菱木土建
1口 22件	飯島建設(株)・(有)石村電気・(税)岩本会計・大川雅春税理士事務所 小野村工業(株)・(有)かつら印刷・関東自動車(株)・(株)グッドライフ潮来 ショッピングプラザララー会・甚平衛寿司・(株)スカイワールドトラベル・(有)たがねや (株)田崎技術・出口会計事務所・とんかつとん平・なめがたしおさい農業協同組合 日の丸家具・観音堂・(有)平山建材・福楽園・(株)ムロタニ・(株)森内建設・匿名1件

賛助会費 2,000円×156口

評議員 等 1口 13件	穴井 徹男・石田美枝子・井上 精二・今泉 典子・小沼由紀子・河嶋 賢一・笹本あき子 篠塚 洋一・鈴木 清・田口 健・仲澤 一郎・萩原 正吉・横田 京子
民生委員・ 児童委員 1口 69件	沼田 香織・増田利恵子・中村 宏・若槇 勝男・堀井 輝子・白鳥恵美子・高田とも子 牧野由美子・石津 俊恵・前島 操・磯山 隆・小田倉 登・大川友紀子・紫村 栄 高品 瑞子・伊藤 則子・大川 康洋・井上志津江・荒野 英樹・篠塚 明子・南部 和子 高品 良子・荒張 誠子・箕輪 高二・伊丹 静江・根本 瑞子・立原 勲・四ノ宮巳典 大竹 正子・宮内 一行・岩本 善子・宮本 照子・富永 幸子・内田 正雄・石田 伸吾 窪谷 一夫・粉名内なつ・立野 恭子・荻 けい子・植村 保三・黒須 和弘・村岡 英昭 岡部千恵子・黒須 一則・方波見巳三・橋本 幸次・深澤 政司・平塚 一衛・臼井 孝 平林 育代・大川 勇吉・本田 忠夫・郡司 幸一・古谷 淳子・羽生 英雄・仲田 悦啓 布施 聡・森内 精子・茂木 和子・高野るみ子・箕輪 幸代・明間 愛子・茂木 稜威 小川 清司・鬼澤すみ子・前山 教夫・田所 茂乃・石津ひさえ・茂木 春美
50口 1件	潮来市区長会

### 法人等

5口 1件	茨城日産自動車(株)潮来須賀店
3口 1件	杉下法律事務所
2口 1件	未来サービス
1口 5件	潮来ロータリークラブ (有)篠塚タイル・(株)富士屋ホテル・堀江 清作・室谷 洋三・匿名1名
1口 9件	(株)敬文館・(株)セイミヤ・関彰商事(株)ビジネスソリューション部鹿島支店・千歳屋旅館 土子そば店・浜野電機商会・ホテル芝田・政木屋・(有)松島商事

新型コロナウイルスの感染予防で、外出を控えている高齢者の皆様へ

## 今、気をつけたい健康のこと



### ●今年は特に「熱中症に気をつけましょう！」

マスクをしていると、喉の渇きを感じにくく、気づかないうちに脱水症になる心配があります。喉が渇いていなくても、小まめに水分補給をしましょう。

個人差はありますが、成人の場合、一日に必要な水分は食事の他に二二〇〇mlです。①起床時②朝食時③10時頃④昼食時⑤15時頃⑥夕食時⑦入浴前後⑧就寝一時間前と、それぞれコップ一杯の水分をとるのがおすすめです。

また熱中症の六割は、家など屋内で発生しています。扇風機、冷房、涼しい

衣服を早めに準備し、気温や湿度に応じて、上手に使いましょう。

### ●最近よく耳にする「フレイル」ってなに？

「健康」と「要介護状態」の間で、例えば次のような状態を言います。

- ◆以前より歩けなくなった
- ◆力が弱くなった
- ◆疲れやすい
- ◆食が細くなった
- ◆気持ちが悪くない
- ◆やる気が起きない
- ◆物忘れが気になってきた

しかし、この段階なら回復が可能です。この記事

で紹介しているように、意識して体を動かしたり、誰かと話をするなどで、フレイルの予防・改善に努めましょう。

### ●「フレイル予防その1」筋力低下を防ぎましょう！

一週間安静にしている弱った筋肉は、回復するために二週間以上かかります。できるだけ体を動かしましょう。

意識して体を動かすようにしていると、何歳からでも筋力低下が改善できます。筋肉に抵抗をかける「レジスタンス運動」が筋力の向上に適しています。例えば、イスに座った姿勢

から太ももを上げる「もも上げ」、立った姿勢からヒザを曲げて30cmくらいしゃがみ込む「スクワット」など。一回10〜15回程度を一日に1〜3回、週に2〜3日行うと効果的です。

### ●「フレイル予防その2」できれば毎日「おしゃべり」をしましょう！

丸一日誰とも話しをしない日はありませんか？おしゃべりには、頭をすっきり気分転換させる効果があります。また毎日の生活に「楽しみ」があると、「健康でいたい」という意欲にもつながり、ウイルスへの免疫度も向上します。



## 民生委員児童委員コーナー

民生委員児童委員の改選により、昨年12月に新たな体制がスタートして半年。ひとり暮らし高齢者の見守り活動や希望者へのお弁当配布、様々な相談への対応等、新任委員も地域の方に顔や名前を覚えていただいた矢先新型コロナウイルスの影響により活動を自粛する事になってしまいました。訪問を控え電話等により様子を確認させていただいていますが、直接お会いできない為“体調は大丈夫だろうか？”“困っている事はないだろうか？”と心配をしています。早くコロナが収まり皆さんにお会いできるように願っています。

また私たち民生委員児童委員は地域の相談者として守秘義務に基づき関係機関や行政等と連携をとりながら活動を行っています。介護や子ども・子育て、障がい者、その他福祉に関する事等、悩んだり困ったりしている事があつたら遠慮せず声をかけて下さい。



### ご存じですか？「回想法」

「回想法」は、1960年代にアメリカの精神科医であるロバート・バトラーによって開発された手法で、昔の懐かしい写真や音楽、昔使っていた馴染み深い家庭用品などを見たり、触れたりしながら、昔の経験や思い出を語り合う一種の心理療法です。

ご家庭で懐かしい物などを見て思い出に耳を傾げるだけでも、脳を活性化し情緒を安定させ、長く続けることで認知症の進行予防・改善やうつ状態の改善の可能性があるとされています。お話を聞く時は、内容を否定せず、話したいことをご本人のペースで話してもらえるように心がけるとよいそうです。

懐かしいアルバムを開いて、ご家族（おじいちゃんおばあちゃん）との会話のきっかけにされてみてはいかがでしょうか。



# 社協からのお知らせ

## 一善意銀行預託者の紹介一 (令和2年3月1日～令和2年5月31日)

♥寄付金預託の部♥ (敬称略)		匿名	2,000円	大町静香	マスク50枚
かすみ光友会	2,735円	匿名	2,000円	匿名	鉛筆70本
潮来ライオンズクラブ	30,000円	匿名	5,000円	匿名	消毒液10ℓ
♥物品預託の部♥ (敬称略)		匿名		匿名	加湿器、葉書30枚
匿名	2,000円	昭和産業株式会社	ファイル80冊	匿名	ミシン、アイロン
匿名	73,816円	高橋トシ子	布マスク25枚	匿名	マスク100枚

## 脳トレクイズ

【問題】 AからCをつなげて出来た言葉を書いて応募してね!

1		2		3	
	B		4		A
5	6			7	8
		9		10	
11			12	13	
14				15	

### ★タテのカギ

1. 墨を水でするための道具
2. 植物に水をかける
3. 土俵が活躍の場所
6. ○○○○ポスト
8. 友だち
10. 穀物の一種
11. ヒヨコは自分で卵の○○を割る
13. 落ちてくると危険です

### ★ヨコのカギ

1. 1,2,3,4,5…
3. 算数、国語、○○、社会
4. ○○○な歌で、宴会を盛り上げる
5. 遅刻の○○○を話す。
7. 手をかえ○○をかえて説明する。
9. 目から落ちます
11. 梅雨の季節にご注意

12. 評価されると嬉しいです。
14. アラジンの魔法の○○○
15. タカ科の鳥

正解者の中から抽選で10名様に道の駅いたご商品券1,000円分プレゼント!



【応募締切】  
7月31日(金)必着

### 応募方法

①クロスワードパズルの答え②住所③氏名④年齢⑤「広報紙きずな」に関するご意見・ご感想をご記入の上、以下の住所まで官製ハガキでお申し込みください。当選の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

〒311-2421 潮来市辻765 潮来市社会福祉協議会「きずな係」まで

## 各種相談の案内について

法律相談	福祉心配ごと相談
7月15日(水)	7月1日(水)
8月19日(水)	8月5日(水)
9月16日(水)	9月2日(水)

場 所：潮来市社会福祉協議会

時 間：1組30分、6組まで

料 金：無料

内 容：財産問題、土地売買、金銭貸借、境界線問題、災害等

※各種相談とも事前予約制となっております。空き状況はお問い合わせください

## フラワーロードの苗植えに関する報告

(表紙から) 例年は市内で活動されているボランティアの皆さまの協力のもと植え付け作業を実施していましたが、新型コロナウイルス感染症予防の観点から、今年は市や社協の関係各課職員その他有志のみで植え付けを行いました。

とりわけ主催者でありますD-51の皆さんは参加者の調整や、当日朝早くからの作業、大変お疲れ様でした。



D-51代表の穴井さん

## 編集後記

昨今の新型コロナウイルスによりこれまでの生活が大きく変わるとともに時代の転換期が訪れたように感じます。

さて、前号より新たな広報委員による広報誌作りがスタートしました。完成までには、打ち合わせを重ね、さまざまなアイデアが出されました。本号では、回想法やクロスワード、新型コロナウイルスに関連した「フレイル」や「手作りマスクの寄付」などを取り上げ、広報委員のアイデアをかたちにしていきました。

次号以降も興味・関心を持っていただけるような広報誌作りを努めていきます。(森山記)

## 広報委員

委員長	森山健吾
委員	小沼由紀子
	小野玲子
	山口よしえ
	和田直子
事務局	高塚尚子
	野口貴広