

下仁田町

社協だより



調理ボランティアによる配食サービスが再開されました。



第45号

2020年10月1日 発行

目次

- | | |
|--------------------|-------------------|
| ○フレイルの進行を予防するために | ○赤い羽根・歳末たすけあい募金募集 |
| ○令和元年度事業報告・決算報告 | ○ボランティアだより |
| ○令和2年度会費報告 | ○なんでも福祉相談 |
| ○あたたかい心をありがとうございます | ○福祉インフォメーション |
| ○日本赤十字社協力会員会費募集 | ○シルバー人材センター会員募集 |

✿フレイル予防で健康寿命をのばそう✿

新型コロナウイルス感染症は、高齢者や喫煙者、糖尿病、心疾患など基礎疾患がある方は重症化しやすいことが明らかになっています。自分自身を守るために手洗いを中心とする感染予防が必要です。また、人が多く集まる場所を避けることなどが言われており、家に閉じこもりがちになりますが、高齢者にとっては合わせて「動かないこと（生活不活発）」による健康への影響が危惧されます。

「生活不活発」により、フレイル（虚弱）が進み、心身や脳の機能が低下していきます。体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。また、インフルエンザなどの感染症も重症化しやすい傾向にあります。動かない時間を減らし、自宅でもできるちょっとした運動でフレイルを予防し、抵抗力を下げないようにしましょう。

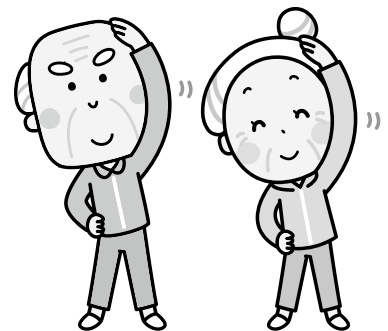
先の見えない自粛生活 フレイルの進行を予防するために

**動かない時間を減らしましょう
自宅でも出来るちょっとした運動で体を守ろう！**

● 座っている時間を減らしましょう！

その分、立ったり歩いたりする時間を増やすことも重要です。

テレビのコマーシャル中に足踏みしてみるなど身体を動かしましょう。



● 筋肉を維持しましょう！

関節も固くならないように気を付けて

ラジオ体操のような自宅でできる運動でも、筋肉の衰え予防に役立ちます。スクワットなど足腰の筋肉を強める運動も有効です。

● 日の当たるところで散歩くらいの運動を心掛けましょう！

天気良ければ、屋外など解放された場所で身体を動かしましょう。

散歩はお勧めです。ただし、人混みは避けましょう。



しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！

● こんな時こそ、しっかりバランス良く食べましょう！

多様性に富んだ食事を三食欠かさず食べることを意識してください。しっかりバランスよく食べて栄養をとり、身体の調を整えましょう。免疫力を維持することにも役立ちます。さらに身体(特に筋肉)を作る大切な栄養素であるタンパク質をしっかりとることが大切です。

※食事の制限をうけている方はかかりつけ医の指示に従ってください。



お口を清潔に保ちましょう しっかり噛んで、できれば毎日おしゃべりを

● 毎食後、寝る前に歯を磨きましょう！

お口を清潔に保つことが、インフルエンザ等の感染症予防に有効です。毎食後、寝る前の歯磨きを徹底しましょう。義歯の清掃もとても大切です。



● お口周りの筋肉を保ちましょう。おしゃべりも大切です。

お口の不活動も問題です。一日三食、しっかり噛んで食べましょう。噛める人は意識して少し歯ごたえのある食材を選ぶことも大切です。自粛生活で人と話す機会が減り、お口の力が衰えることも。電話も活用し、意識して会話を増やしましょう。鼻歌を歌う、早口言葉もオススメです。



家族や友人との支え合いが大切です！

● 孤独を防ぐ！ 近くにいる者同士や 電話などを利用した交流を

高齢者では人との交流はとても大切です。外出しにくい今の状況こそ、家族や友人が互いに支え合い、意識して交流しましょう。ちょっとした挨拶や会話も大切です。新型コロナウイルス感染症に関する正しい最新情報の共有も、トラブルや不安の解消にもつながります。



● 買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを

食材や生活用品の買い物、病院への移動などに困った際に、助けを呼べる相手をあらかじめ考えておきましょう。事前に話し合っておくことが大切です。



高齢の両親をお持ちのご家族の方もぜひ促してあげましょう！

令和元年度事業報告

1. 社会福祉協議会の運営

(1) 理事会	年3回開催	(2) 評議員会	年2回開催
(3) 監事会	年1回開催	(4) 評議員選任・解任委員会	年1回開催

2. 情報提供、啓発活動の実施

(1) 社協だより発行	年2回全戸配布	(2) ホームページ公開	
(3) 社会福祉法人連絡会	(新型コロナウイルス感染症の影響により中止)	(4) ふれあい・いきいきサロン交流会	(新型コロナウイルス感染症の影響により中止)

3. 高齢者福祉事業の実施

(1) 敬老会事業	年1回5地区で開催	(2) ひとり暮らし高齢者友愛訪問	町内124名訪問
(3) 配食サービス事業	週1回 利用者実47名 延べ1,422食	(4) 布団乾燥サービス事業	月1回 利用者実7名 71回
(5) ふれあい・いきいきサロン助成事業		(6) 福祉車両貸出事業	利用者実20名 105日
(7) 福祉機器(車椅子)貸出	利用者実19名 84日	(8) 緊急食糧等提供事業	1名
(9) 満100歳慶祝訪問	1名		

4. ひとり親家庭福祉事業の実施

(1) 小学校入学祝金贈呈事業	5名
-----------------	----

5. 障害者福祉事業の実施

(1) 重度身体障害者野外研修	年1回開催	(2) 広報朗読テープ配布事業	利用者5名
-----------------	-------	-----------------	-------

6. 戦没者遺族援護事業の実施

(1) 戦没者合同慰霊祭	年1回開催
--------------	-------

7. ボランティア活動事業の実施

(1) ボランティアグループの育成	4グループ53名登録	(2) ボランティア研修	年1回
-------------------	------------	--------------	-----

8. 福祉団体活動支援事業の実施

(1) 地区社会福祉協議会助成事業	5地区	(2) 共同募金会下仁田町支会	団体事務、事業実施
(3) 日本赤十字社下仁田町分区分	団体事務、事業実施	(4) 下仁田町老人クラブ連合会	団体事務、事業実施
(5) 下仁田町遺族連合会	団体事務、事業実施		

9. 資金貸付事業の実施

(1) 生活福祉資金貸付事業	相談延べ9件 償還中2件
----------------	--------------

10. 相談事業の実施

(1) 心配ごと相談事業	月1回開催 相談4件	(2) ふくし総合相談事業	県社協との連携 相談57件
--------------	------------	---------------	---------------

11. 募金事業の実施

(1) 赤い羽根共同募金	総額1,376,842円	(2) 歳末たすけあい募金	総額381,948円
(3) 日本赤十字社活動資金	総額1,345,000円		

12. 介護保険事業の実施

(1) 訪問介護事業	利用者延べ415名 5,312回訪問	(2) 介護予防訪問介護事業	利用者延べ238名 1,893回訪問
(3) 居宅介護支援事業	利用者延べ1,615名	(4) 介護認定調査受託事業	調査延べ58件

13. 障害者自立支援事業の実施

(1) 身体障害者居宅介護事業	利用者延べ12名 96回訪問
-----------------	----------------

14. シルバー人材センター事業の実施

440件受注

15. 生活困窮者自立相談支援事業の実施

利用者実34名 相談延べ431件

令和元年度決算報告

資金収支計算書

(単位:円)

科 目	収 支	勘定科目	予算額	決算額	差 額
事業活動 による収支	収入	会費収入	1,453,000	1,419,500	33,500
		寄附金収入	150,000	155,150	-5,150
		経常経費補助金収入	9,685,000	9,684,516	484
		受託金収入	6,416,000	6,021,680	394,320
		事業収入	23,487,000	23,486,126	874
		介護保険事業収入	42,580,000	47,201,563	-4,621,563
		障害福祉サービス等事業収入	396,000	353,240	42,760
		受取利息配当金収入	3,000	1,804	1,196
		その他の収入	7,009,000	7,064,211	-55,211
		収入計①	91,179,000	95,387,790	-4,208,790
	支出	人件費支出	80,056,000	79,065,776	990,224
		事業費支出	30,792,000	29,884,431	907,569
		事務費支出	2,611,000	2,270,797	340,203
		助成金支出	700,000	700,000	0
		支出計②	114,159,000	111,921,004	2,237,996
	収支差額③=①-②		-22,980,000	-16,533,214	-6,446,786
施設整備等 による収支	収入				0
		収入計④	0	0	0
	支出				0
		支出計⑤	0	0	0
	収支差額⑥=④-⑤		0	0	0
財務活動等 による収支	収入	その他の活動による収入	15,304,000	15,303,840	160
		収入計⑦	15,304,000	15,303,840	160
	支出	その他の活動による支出	2,159,000	2,158,680	320
		支出計⑧	2,159,000	2,158,680	320
	収支差額⑨=⑦-⑧		13,145,000	13,145,160	-160
予備費支出⑩			21,815,000		
当期資金収支差額合計⑪=③+⑥+⑨-⑩			-31,650,000	-3,388,054	-28,261,946
前期末支払資金残高 ⑫			31,650,000	31,648,964	1,036
当期末支払資金残高 ⑪+⑫			0	28,260,910	-28,260,910

貸借対照表

(単位:円)

資産の部	
勘定科目	金 額
流動資産	34,079,616
預金	25,141,162
事業未収金	8,938,454
固定資産	42,036,771
基本財産	1,000,000
定期預金	1,000,000
その他の固定資産	41,036,771
車輛運搬具	1,814,491
器具及び備品	279,100
退職手当積立基金預け金	24,683,180
奉仕銀行積立資産	500,000
介護保険事業運営資金積立資産	13,760,000
資産の部合計	76,116,387
負債の部	
勘定科目	金 額
流動負債	5,818,706
事業未払金	3,540,414
その他の未払金	923,843
職員預り金	1,354,449
固定負債	31,601,920
退職給付引当金	31,601,920
負債の部合計	37,420,626
純資産の部	
基本金	1,000,000
その他の積立金	14,260,000
奉仕銀行積立預金	500,000
介護保険事業運営資金積立預金	13,760,000
次期繰越活動増減差額	23,435,761
(うち当期活動増減差額)	2,170,348
純資産の部合計	38,695,761
負債及び純資産の部合計	76,116,387

「下仁田町社会福祉協議会会費報告」

～ご協力ありがとうございました～

令和2年4月にお申し込みした「令和2年度下仁田町社会福祉協議会会費」が、下記のとおり集まりましたのでご報告いたします。

ご協力いただいた町民の皆様をはじめ、下仁田町区長会並びに会費の納入にご尽力いただきました各地区役員の皆様に心から感謝申し上げます。

下仁田町社会福祉協議会会費は、地区社協、各地区で実施する福祉事業、ボランティア活動事業、「下仁田町社協だより」の発行などの貴重な財源として使わせていただきます。

今後とも社協の地域福祉事業に対し、皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

令和2年度下仁田町社会福祉協議会会費

地 区 別	会 員 数	会 費 額
下仁田地区	879世帯	439,500円
馬山地区	622世帯	311,000円
小坂地区	476世帯	238,000円
西牧地区	405世帯	202,500円
青倉地区	312世帯	156,000円
合 計	2,694世帯	1,347,000円

❀ あたたかい心をありがとうございます ❀

令和2年4月14日より8月25日までの毎週火曜日、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴い、配食サービスのボランティアによるお弁当作りをお休みさせていただいていた期間、「下仁田町飲食店組合」のご厚意により配食サービスを継続することができました。

ご協力いただいた店舗の皆様、大変ありがとうございました。

【事業協力店】(順不同、敬称略)

日昇軒、常盤館、安兵衛、エイト、ヒロ、きあい、鍋屋

介護保険事業(訪問介護事業)に役立てていただきたいと、寄附物品をいただきました。

【寄附】

安兵衛 新井 渉 様

エタノール製剤(消毒液) 20リットル



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

日本赤十字社協力会員会費(活動資金) 赤い羽根・歳末たすけあい募金

～ご協力をお願いします～



令和2年10月に「令和2年度日本赤十字社協力会員会費(活動資金)」並びに「令和2年度赤い羽根募金」、12月には「令和2年度歳末たすけあい募金」を、下仁田町区長会を通じて町民の皆様をお願いいたしますので、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

10月	日本赤十字社協力会費	500円	赤い羽根募金	500円	計1,000円
12月	歳末たすけあい募金	100円			(1世帯あたり目標額)

日本赤十字社活動資金は、日本赤十字社群馬県支部を通じて、日本赤十字社が実施している国際救援活動や国内の災害救護活動、また身近に行われている救急法などの講習普及事業、学校等で行う青少年赤十字活動(JRC)等、様々な活動の貴重な財源として使わせていただきます。

赤い羽根募金・歳末たすけあい募金は、群馬県共同募金会を通じて、県内の高齢者や障がいのある方、児童・青少年の支援活動のほか、誰もが地域で安心して暮らすための福祉のまちづくりの活動などにも役立てられています。下仁田町では来年度の敬老会等の福祉事業や、今年度歳末見舞金贈呈事業の貴重な財源として使わせていただきます。

赤十字並びに共同募金の趣旨・事業活動に対し、皆様のご支援とご協力をお願いいたします。

ボランティアだより

調理ボランティア

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止に伴い、調理ボランティア「たけのこの会」によるお弁当作りを休止しておりましたが、9月1日から再開しました。

配食サービスは、65歳以上のひとり暮らし高齢者等、食事の調理などが困難な方を対象に、栄養バランスに配慮した食事（弁当）を週1回お届けするとともに、安否の確認を通じて、自立した在宅生活を支援しています。ボランティアの代表者と新型コロナウイルス感染症の感染予防をいかに行うかについて話し合い、マスクの着用、手指・器具の消毒の徹底や3密の回避、換気の徹底等を行うことにより、事業を再開する運びとなりました。



朗読ボランティア～広報テープをお届けします～

朗読ボランティアの皆さんが、主に広報しもにた等を読み上げて、テープに録音したものを、視覚障がい者の方へお届けしています。

テープを聞いてみたい、必要だと思う方やその家族の方はぜひご連絡ください。



収集ボランティア

皆さんからたくさんのご協力をいただき、ありがとうございます。社協では下記のことを収集し、様々な支援へ役立てていますので、引き続きご協力をお願いします。

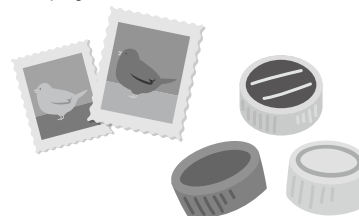
『収集物品』

使用済み切手（余白5～10mm、消印部分は切らない）

ペットボトルキャップ（よく洗ってください）

『協力者のご紹介』（受付順 敬称略）

常住寺、磯田市郎、武藤仲男、ケイハウス、小金澤ヨシ子



－ 群馬県ふくし総合相談支援事業 －

なんでも福祉相談

なんでも福祉相談は、社会福祉法人による地域貢献事業です。どこに相談したらよいかわからないといった生活や福祉に関する困りごとをいったん受け止めます。その上で、把握した内容を整理し、可能な範囲での支援対応を行います。対応が難しい場合には、本事業のネットワークを活用し、より適切な支援先へつないでいきますので、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先

下仁田町社会福祉協議会

〒370-2622 群馬県甘楽郡下仁田町中小坂608

TEL 82-5491 FAX 82-5492



このステッカーが
目印

福祉インフォメーション

INFORMATION



心配ごと相談

ひとりで悩まずに「心配ごと相談所」に気軽にご相談下さい。相談は無料。相談内容は秘密厳守いたします。

■日時 毎月第1火曜日
午前9時～午後1時まで

■場所 下仁田町公民館
3階 相談室



布団乾燥消毒サービス

寝具などの乾燥が困難なひとり暮らしの高齢者を対象に月1回、布団乾燥車両が自宅まで伺い、乾燥消毒サービスを提供します。

希望する方は、役場福祉課包括支援係までご相談下さい。

■利用料 1セット 360円



配食サービス

ひとり暮らしの高齢者等を対象に週1回の食事(昼食)を提供します。

希望する方は、役場福祉課包括支援係までご相談下さい。

■利用料 1食 350円



福祉車両貸し出し事業

介護を必要とする高齢者や身体障害者(児)で車椅子を必要とする人に福祉車両を貸し出します。レジャー・行楽・買い物・入通院などの日常生活の便利を図るためにご利用下さい。

■利用料 無料(ガソリン代は、個人負担です)

下仁田町シルバー人材センター

高齢者(60歳以上)の豊かな経験と能力を活かしてみませんか

シルバー人材センターとは

高齢者(60歳以上)で、もう就職することは望んでいないが健康のため、生きがいのため何か仕事をしたいという方が会員となり、技能や経験を活かした地域社会をつくっていくことを目的とする組織です。

*賃金は、時間当たりで計算してお支払いいたします。

会員募集

希望者はお気軽に連絡下さい。電話82-5491

主な作業内容

- ・庭の除草
- ・畑の除草
- ・草刈り作業
- ・こんにゃく植え
- ・ネギ植え
- ・庭木の剪定
- ・部屋の清掃
- ・管理作業