

坂井市社協だより

Topics

- 通いの場・サロン事業の魅力 2P・3P
- 坂井市のまちを良くするしくみ 4P・5P
- 希望園創立50周年祭 6P
- 寄付・地域の活動紹介 7P

2024年 9 september
Vol.110 月

坂井市社協だより 第110号 2024年9月

編集・発行/社会福祉法人 坂井市社会福祉協議会
HP <http://www.sakaicityshakyo.jp/>
E-mail sakaicityshakyo@lake.ocn.ne.jp



とも はぐく
地域と共に育む

～福祉共育サポーター養成講座～

※「高齢者疑似体験」をする様子

この広報紙は赤い羽根共同募金の助成金を活用しています。

みょうがとツナの香味サラダ



エネルギー(1人分): 40kcal

★材料(1人分)★

- みょうが 1個 1個
- ツナ缶 小1缶 小1缶
- きゅうり 1本 1本
- もやし 1/2袋 1/2袋
- しょうが(おろし) 適宜
- ポン酢 適宜
- ごま油 適宜

★作り方★

- ① みょうがを半分に割って土を洗い流し、千切りにする。
- ② ツナ缶は油を切っておく。きゅうりは輪切り、あるいは縦半分に切った後スライスする。もやしは塩、酢(分量外、塩半つまみ、酢小さじ1ほど)を加えたお湯で下茹でしておく。
- ③ ①②を調味料で和えて完成。

★効能とレシピのポイント★

みょうがに含まれる栄養素、水に溶けやすいビタミンCやカリウムをささず摂取するため、水にさらさず調理しましょう。もやしを茹でる際に塩、酢を加えることにより独特な臭みが取れ、白くきれいに仕上がります。6月から10月過ぎの初夏から秋にかけての旬のみょうがは、それぞれの収穫時期に合わせて「夏みょうが」「秋みょうが」と呼ばれています。みょうがは下記のような機能性成分、栄養素が豊富に含まれます。他にも、ビタミンB1、ビタミンC、カルシウム、葉酸、鉄、マグネシウムなど多くの栄養成分を含みます。

- 機能性成分1 「α-ピネン」みょうがの独特の香りを出しているのがα-ピネンと呼ばれる成分です。リラックス効果や発汗、血行促進、食欲増進、眠気を覚ますなどの働きがあります。
- 機能性成分2 「カンフェン」カンフェンも香り成分のひとつ。抗菌・抗炎症作用があります。
- 機能性成分3 「ミョウガジアル」みょうがはしょうがの仲間です。食べるとほとんど辛味は感じられませんが、ミョウガジアルという辛味成分が含まれており、抗菌や解毒などの働きがあります。
- 機能性成分4 「アントシアニン」みょうがが赤いのは、赤い色素の成分アントシアニンが含まれているからです。アントシアニンはポリフェノールの一種で、生活習慣病や老化の予防に役立つ抗酸化作用があることが知られています。

※みょうがにはあくがあるため、生のまま大量に食べるとうちに不快な刺激を感じる場合があります。また、みょうがに限りませんが、機能性の高い食品を食べ過ぎると肝臓や腎臓に負担をかける可能性があります。

おいちゃんおばちゃんも
食べてニッコリ
霞の郷デイサービスの
～超簡単！レシピ～

相談のご案内

会場	いきいきサロンセンター あい愛 TEL 82-1170	坂井市役所 丸岡支所 TEL 68-5060	春江総合福祉センター (いちい荘) TEL 51-4545	坂井市社協本部 TEL 68-5070
10月	無料法律相談 7日(月) 笹木 正人 弁護士	無料法律相談 15日(火) 森口 功一 弁護士	無料法律相談 23日(水) 坪田 康男 弁護士	無料法律相談 31日(木) 清水 孝行 弁護士
11月	無料法律相談 11日(月) 岡本 美穂 弁護士	無料法律相談 12日(火) 村上 昌寛 弁護士	無料法律相談 20日(水) 安藤 健 弁護士	無料法律相談 28日(木) 伊藤 幸平 弁護士

無料法律相談…開催時間は、13:00～16:00です。
各会場、開催日1週間前から電話予約にて受付します。※先着6名までお一人30分
相談予約、お問い合わせは、市社協/各支部まで。
※相談を担当する弁護士がすでに事件の相手方やその関係者からの相談や依頼を受けている場合、
相談を受けられない場合がございます。

会場	三国コミュニティセンター	いきいきプラザ霞の郷	春江中コミュニティセンター	坂井老人福祉センター	坂井健康センター
10月	28日(月)	7日(月) 21日(月)	7日(月) 21日(月)	3日(木) 17日(木)	5日(土) 19日(土)
11月	11日(月) 25日(月)	18日(月)	18日(月)	7日(木) 21日(木)	2日(土) 16日(土)

結婚相談…相談員は、坂井市婦人福祉協議会の方です。
開催時間は、13:30～15:30です。
坂井健康センターの土曜日については、13:00～15:30です。
お問合せ先：坂井市婦人福祉協議会 山崎まで 090-2123-0622

社会福祉法人 坂井市社会福祉協議会

- 本部
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄18-3-1
総務課 TEL 0776-68-5070 FAX 0776-67-2807
E-mail: sakaicityshakyo@lake.ocn.ne.jp
- はるえ支部
〒919-0412 坂井市春江町江留中10-15-1(春江総合福祉センター内)
TEL 51-4545 FAX 51-6269
- さかい支部
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄18-3-1(本部内)
TEL 67-0699 FAX 67-2807
- 三国希望園
〒913-0031 坂井市三国町新保42-2-7
就労継続支援B型 TEL 82-2365 FAX 82-2664
生活介護 TEL 82-3440 FAX 82-2664
放課後等デイサービス TEL 82-4440 FAX 82-2664
日中一時支援 TEL 82-4440 FAX 82-2664
- 霞の郷デイサービスセンター
〒910-0224 坂井市丸岡町八ヶ郷21-7-1(いきいきプラザ霞の郷内)
TEL 68-5065 FAX 68-0067
- 坂井老人福祉センター
〒919-0521 坂井市坂井町下新庄19-1
TEL 67-0640
- みくに支部
〒913-0021 坂井市三国町薬円53-16-1(いきいきサロンセンターあい愛内)
TEL 82-1170 FAX 82-1593
- いきいきサロンセンターあい愛 TEL 82-2020 FAX 82-1593
- まるおか支部
〒910-0242 坂井市丸岡町西里丸岡12-21-1(坂井市役所丸岡支所内)
TEL 68-5060 FAX 67-2950

この広報紙は、再生紙および植物性インキを使用し、環境に配慮しています。

寄付金・賛助会費

(令和6年7月1日～令和6年8月31日)

ありがとうございました

寄付金

全国北誠会	30,000円
坂井地区パーキンソン友の会	47,219円
山内 眞一	10,000円
匿名4件	103,000円

賛助会費

匿名2件

(敬称略)

ふくし人★バトン

会の歴史は古く来年で発足から70年を迎えます。行政からの支援を受け、また連携をとりつつ実施している活動は、会員にとっても学び・楽しみ・助け合う交流の場になっています。

中でも学習支援事業では、一人親家庭の小中学生のお子さんに向けて、土日に1回2時間、年36回活動を行っています。ボランティアとして先生や大学生に協力をいただき無料で行っている事業のため、もっと利用者が増えてほしいと願っています。これからも様々な方と繋がっていただければと思いますので学習会を利用したい方は、お気軽にご連絡ください。



坂井市母子寡婦連合会 三国支部
小島 理恵

ご興味のある方はお繋ぎいたしますので、社協 みくに支部にご連絡ください。

学校で取組まれている福祉教育の紹介

坂井市立雄島小学校

学 年	4年生
取 組 み	ボッチャ体験 盲導犬・視覚障がい当事者のお話 点字体験 (令和6年9月より実施予定)



Teacher's Voice

様々な人と一緒に暮らしていく共生社会を目指して、子どもたちには障がいがある人の事をまず知ってほしいです。また、子どもたちには障がいがある人に対して「何かをしてあげないといけない。」ではなく、授業を通して、当事者の気持ちや考えを知り、新しい気づきを得てほしいです。そして、当事者の気持ちを考え理解した上で、自分達に何が出来るか考え、行動できるようになってほしいです。

みんなの居場所

サロン名	駅前区いきいき会
開催日	月1回(第3水曜日)
場 所	丸岡駅 ごうちゃんホール
参加者	18名程度
主な取組	講師による勉強会 レクリエーション等

運営者より

立ち上げて7年目に入りました。地域の高齢化も進み、またコロナ禍と重なりましたが、続けてこられたことは幸いです。ボランティアの出前講座や会員の中で得意技を持っておられる方をお願いして教わる趣味講座も楽しみとなりました。ティータイムは近況報告の場と変わり、笑顔の花が満開です。長く地域の親睦の場でありたいと願っております。



地域の気軽に集える居場所 通いの場・サロン事業の魅力



通いの場・サロンとは…

地域住民が主体となり、身近な場所に住民同士が気軽に集える居場所ができ、体操等の軽い運動や趣味活動等の様々な活動を通して、地域の高齢者が仲間と共に楽しく、支え合いながら地域の中で生活を続けていけることを目的とした活動です。

通いの場・サロンの目指す効果



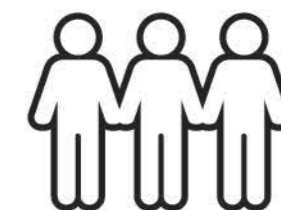
健康増進・生きがい

一緒に体操や趣味活動をすることで心身の健康だけでなく家以外の居場所が生まれ、生きがいにもつながります。



つながり

身近な場所で集まることで、人や地域とのつながりを広げ、深めることができます。



支え合い

お互いの暮らしぶりを理解し、顔が見える関係から支え合いの気持ちが育まれます。

坂井市内の活動状況

※令和5年度通いの場・サロン事業報告より

通いの場・サロンの
実施行政区割合

51%



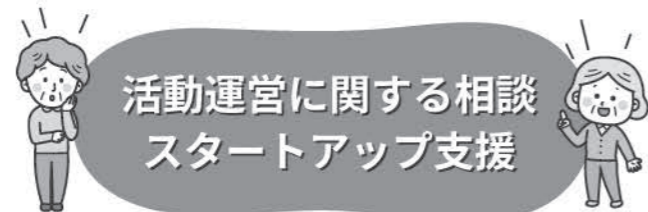
214ヶ所 >>> 令和4年度に比べ
32ヶ所増加!

年間累計開催数 前年比
1,355回 +253

年間参加者数 前年比
延べ 18,861人 +4,280



坂井市社協はこんなカタチでお手伝いしています



活動運営に関する相談
スタートアップ支援

POINT 担い手のための研修会や
情報交換の場づくり



実施している内容はバラバラでも
地域を盛り上げたい想いは同じ！
最近では他のサロンに見学しに行く方も！

POINT 必要経費の一部助成

消耗品や講師謝金などに活用できます！
※助成金額については参加人数や購入したのものによって
変わりますので、必ず事前にご相談ください。

POINT 活動に必要な備品等の貸し出し



人気の備品（一例）

- ワナゲ
- スロットボール
- プロジェクター
- スクリーン
- ダーツ
- 囲碁
- 綾小路きみまろDVD
- 健康長寿かるた

レクリエーション機材や
体操や法話、お笑いのDVD等
があります！

POINT 普及啓発のための広報活動

社協だよりの最後のページに毎号、掲載中！
運営者の想いや活動内容を PICK UP

運営や立ち上げに関すること、お気軽にご相談ください！

受講生募集 のお知らせ

坂井市社協も福祉の人づくりを応援しています！

家庭での介護や、春からの介護職就職に役立つ

介護職員初任者研修 (旧 ヘルパー2級)

coop 県民せいきょう
(第24S012号)

介護に
挑戦してみよう！

研修日程 12月3日(火)～3月7日(金) 【16日間】火・金曜 週2回開催

*ご希望の方には Zoom での受講が可能です。但し、「実技演習」は通学となります。

研修会場 県民せいきょう ハーツ物流センター2階 福祉研修室
(福井市重立町28-40)

受講料 65,500円 (テキスト代・税込)

応募定員 20名 (定員になり次第、募集終了)

募集期間 11月22日(金)迄

一般教育訓練給付金制度 適用

★詳しくは、ホームページをご覧ください。

<https://www.fukui.coop/care/shoninsya-kensyu/>

介護で働く前に適性を
確認できる実習有り！



スマホや LINE で
二次元コードを読んで応募可能

お申込み・お問い合わせ

福井県民生活協同組合
福祉事業部
(研修担当 八木・橋谷)

TEL: 0776-52-8466

どなたでも
自由に参加
いただけます

希望園は地域に暮らす障がい者を応援しつつ おかげ
をもちまして今年で50周年を迎えました。
これまで支えてくださった地域皆様への感謝を込めま
して周年祭を開催いたします。
どうぞお誘い合わせのうえ多数ご来場ください。

坂井市社会福祉協議会

希望園

就労継続支援B型 希望園

生活介護事業のぞみ

放課後等デイサービス れんげキッズ

日中一時支援事業 れんげ

時間 10時～12時30分
10月26日(土)

希望園 50周年祭

式典 イベント内容

10:00～
記念式典
利用者手話コーラス



10:00～

家具販売会
(オークション)

※詳しくはHPをご覧ください



10:30～

三国高校吹奏楽部
オープニングコンサート



参加賞
あるよ！

体験・ゲーム
コーナー

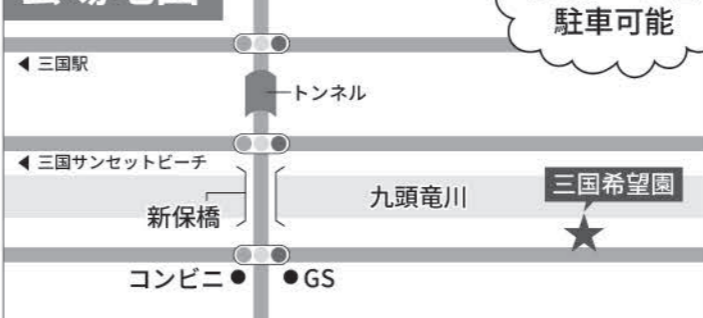


三国名物
販売

酒まんじゅう
海産加工品 他

※時間や内容が一部変更になる場合がございます

会場地図



近隣に100台
駐車可能

お車でお越しの際はできるだけ乗り合わせにご協力ください。

当日来場者の方には
希望園オリジナルグッズ
をプレゼント♪



問い合わせ先

坂井市社会福祉協議会 希望園

坂井市三国町新保 42-2-7

TEL: 0776-82-2365

H P: <http://www.sakaicityshakyo.jp/>



坂井市のまちを良くするしくみ

令和6年度共同募金運動が始まります

令和6年度 実施期間

令和6年 10月1日

令和7年 3月31日

共同募金助成のしくみ

赤い羽根共同募金

10月1日～3月31日

- | | | | | | | | |
|--------|-----------|-------|----------|---------|----------|------------|---------|
| 各世帯による | 企業・商店等による | 個人による | 児童・生徒による | 各種団体による | 募金箱設置による | 企業等の職場内による | イベントによる |
| 戸別募金 | 法人募金 | 個人募金 | 学校募金 | 街頭募金 | 募金箱募金 | 職域募金 | その他募金 |

歳末たすけあい募金

12月1日～12月31日

- | | | |
|----------|------------|---------|
| 募金箱設置による | 企業等の職場内による | イベントによる |
| 募金箱募金 | 職域募金 | その他募金 |

坂井市内の共同募金を活用した事例（令和5年度）

ビューティークア ボランティアグループ水仙



介護施設や地域サロンの利用者さんとの話し合いや、手のマッサージを通じて交流しています。

給食配布ボランティアグループかもめ



高齢者の方を対象に、週1回水曜日にお弁当をつくりお配りしています。

坂井市国際交流協会



外国の方にも避難所生活、非常食の試食などを一緒に体験してもらい、災害時の対応の基礎知識を学びました。

きべっこママ お話ボランティア



イソップ物語の「金の斧 銀の斧」を寸劇でやりました。より面白く、喜んでもらえるお話会を実施することができました。

募金

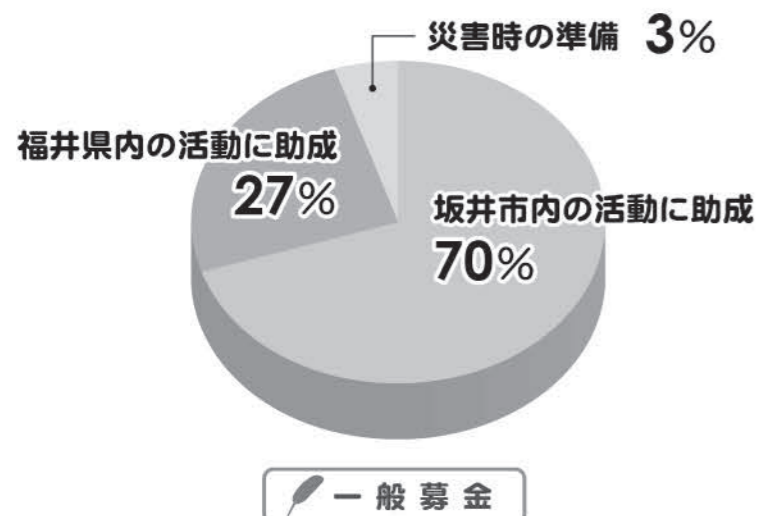
集約

福井県共同募金会

配分

ご協力
お願いします

寄せられた募金の活用のしかた



共同募金は「計画募金」です

共同募金は募金を活用したい団体からどんなことに使うかの申請を受け付け、使い道の計画をたててから募金活動を実施する計画募金です。集まった寄付金は、社会福祉法人福井県共同募金会が決定した団体に対し、翌年度に助成されます。

