

なせ社協



～みんなが住みよい町づくり～

発行 名瀬地区社会福祉協議会
会長 荒木三和子

名瀬地区の社会福祉協議会では、事業として、社会福祉大会、社会を明るくする運動、ふれあいランドゴルフ大会、ボウリング大会、子育て支援(赤ちゃん教室・モーモークラブ・育児講座)、高齢者食事会、いきいき健康セミナー、ネットワーク訪問を行っています。その他、様々なボランティアグループ等に助成しています。



名瀬地区ハートプラン ～あったらいいな 少しのゆとり 届くといいな 誰かの思い～

無料食品・日用品配布会(フードパントリー)

第2回フードパントリーが、3月13日(日)に開催されました。これまでに戸塚区役所、戸塚区社会福祉協議会、名瀬地域ケアプラザ、567 レンジャース、妙法寺、学校関係各位他、大変多くのご協力を賜りました。また、多くの方々より多数ご寄付を賜りましたことを深く感謝を申し上げる次第です。

ご承知の通り、第4期とつかハートプランの基本目標「みんながふれあう場のあるまち」から多世代が集える場、機会の拡大の取組として、関係各位のご協力を賜り、開催致しております。

名瀬地区のスローガン「安全安心福祉のまち一名瀬」の通り、130年を超える歴史と伝統の中、名瀬地区において確かな未来を創るべく、中国の仏教書「碧巖録」の言葉に

「日日是好日」という節があります。かけがえのない一日一日を大切に感謝の気持ちで過ごすことを説いた祥語。癒しと慈愛に満ちた心温まる、そして穏やかな日々をお過ごしいただくよう今後共関係各位のご協力を賜りますことを心よりお願い申し上げます。

すべての日がかけがえのない一日であることは確か。だからこそ無事に過ごせたことに感謝の気持ちを決して忘れて

はならない。

そんな気持ちを忘れることなく前進して参る所存ですので、引き続き皆さまのご協力を賜りますことを心よりお願い申し上げます。



名瀬地区ハートプラン推進委員会会長
名瀬連合町内会会長
新井 敏行

名瀬地区にお住まいの様々な状況で生活にお困りの方対象に無料で食料を提供する支援活動を開始し、対象の方々には大変喜んでいただきました。

名瀬第二町内会館にて、12月12日の第1回に続き、3月に第2回を開催し、回覧・掲示などでもお知らせしておりました。

今後はさらに工夫をしながら、広く皆さまにお知らせが行き届くよう取り組んでまいりたいと思っております。次回は7月を予定しています。



12月のフードパントリー 準備の様子
たくさんのご寄付をいただき、ありがとうございました



第28回「いきいき健康セミナー」開催

～見て学ぼう！手軽に出来る栄養たっぷりの料理～

3月3日(木)午後1時30分より、名瀬地域ケアプラザにて2年ぶりに行いました。参加者は主に一人暮らしの高齢者(16名)、社協(5名)、ケアプラザ(2名)、講師(2名)の併せて25名でした。

前回(令和2年)までは、参加者全員がヘルスメイトさんの指導の下で調理し、後に笑顔いっぱいの楽しい食事でした。

今回は、感染予防を考慮し、検温・手指消毒し、また三密に配慮の中、講師の調理されるのを目の前で見聞きました。いつでも保存されている材料で栄養等がたっぷり摂取出来る料理を学び、特に徐々に高齢になりますと筋力が低下(サルコペニア)し、外出や体が動かなくなり、その繰り返しの結果、フレイル(心身が老いて衰えた状

態)になりやすくなります。筋力の素といわれているタンパク質の摂取が必須で体重の一割、例えば体重50kgの方は一日50g(諸説あり)タンパク質が必要とされています。タンパク質は、血液や筋肉・骨などの身体の材料となる大切な栄養素で、加齢によって徐々に食事の量が減るとともに筋力が低下しますので、若い時よりもたくさんたんぱく質を摂取することが大切です。

間食についてご提案があり、今はドラッグストアをはじめコンビニ・スーパー等でたんぱく質が手軽に摂取できるスナックタイプ等が販売されています。(写真→)

今日の調理を一つでも参考にして栄養のある食事をして頂きたいと思います。

コロナ禍、皆さまのご協力を頂きましてありがとうございました。



スクリーンに、撮影した調理中の手元が大きく映し出され、わかりやすいと大変好評でした。



ご存じですか？地域の身近な相談相手「民生委員・児童委員、主任児童委員」

民生委員・児童委員は各自治会町内会等から、主任児童委員は連合町内会からの推薦を受け、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。無給のボランティアとして活動し、交通・通信費、研修費などの活動費のみ支給されます。

民生委員・児童委員は高齢者、障害者、子育て世帯までそれぞれ担当地域の福祉の増進のための相談、援助活動をおこなっています。

<例えば>

- お一人暮らし高齢者対象の食事会(現在コロナ禍のため休止中)
- 民生委員作成の「お元気ですか」を配布しながら、一人暮らし高齢者等への訪問、見守り 延約 450 世帯(名瀬地区令和3年3月の実績)

主任児童委員は、民生委員・児童委員のなかでも、児童福祉に関する事項を専門に名瀬全域を担当しています

<例えば>

- 子育てサロン(モーモークラブ)などの運営協力
- 小中学校と連携した児童の見守り
- 育児講座、赤ちゃん教室への協力
- こんには赤ちゃん訪問事業(生後6か月以内の赤ちゃんのいる家庭への訪問)

民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務があり、個人のプライバシーや秘密は固く守られます。

名瀬地区では18名の民生委員・児童委員と2名の主任児童委員がいますので、子育てや介護などに悩まれている、周囲にそういう方がいる場合は、遠慮なくご相談ください。(お問い合わせは区役所民生委員担当へ)

民生委員児童委員 主任児童委員の活動

誰もが安心して、健やかに住み続けられる支え合いのまちづくりを担う！

すぐ子どもを
叱ってしまうわ

●身近な相談先

同じ地域の住民の立場から日々の暮らしの中で感じた不安や困りごとなどの相談に応じます。

お隣の一人暮らしの高齢者が心配だなあ

●うけとめてつなぐ役

相談の内容に応じて、地域ケアプラザ、区役所、児童相談所などの専門機関につなぎます。

●地域活動の担い手

自治会町内会、連合町内会、地区社会福祉協議会、区社会福祉協議会の一員として、子育てサロンや一人暮らしの高齢者のための食事会など、さまざまな地域活動に取り組みます。

今年は3年に一度の一斉改選の年です