



昨年12月1日から12月31日を運動期間とし「地域歳末たすけあい運動」を実施したところ、町民の皆様の温かいお気持ちが数多く寄せられ、総額1,094,050円の募金となりました。この運動は、明治後期頃から新しい年を迎える時期に支援を必要とする方々が安心して暮らすことができるよう自発的な民間活動として広がったと言われております。

本会では、ご協力いただいた募金を年末年始に実施した「一人暮らし高齢者等見守り訪問」などに活用致しました。ご協力ありがとうございます。

■発行・編集/社会福祉法人鯵ヶ沢町社会福祉協議会 TEL:0173-82-1602 FAX:0173-72-5804 〒038-2761 鰺ヶ沢町大字舞戸町字後家屋敷9-4

社協あじがさわ



URL http://ajisyakyo.justhpbs.jp E-mail ajisya@r15.7-dj.com



心は密に コロナを乗り切るまちづくり 今こそつながりつづけよう

新型コロナウイルス感染症の流行により、3密(密集、密接、密閉)を避けるよう呼びかけられた ことに伴い、外出やいきがい活動など、屋外での活動は自粛ムードが広がりました。「家からなるべ く出ないこと」を感染予防対策と考え、引きこもっていませんでしょうか?

人とふれあう機会が少なくなりさみしさを感じたり、外出が減ったことで身体が弱ったように感じ たり、中には気力をなくすことも。

冬は寒さも重なり、自宅で過ごす時間は自然と増えますが、「こころとからだの健康を保つこと」 を意識した生活を心がけましょう。



こころとからだの健康に大事なポイント



栄養バランスの良い食事を しっかりとろう



毎日の暮らしで適度に 体を動かそう



趣味活動などを通して仲間 とつながっていよう

無理のない程度に、自分でできることを工夫してみよう!!



野菜食べていますか?しょっぱ い物、油っこい物はほどほどに



ラジオ体操を日課にしてみるの もいいですね



外出が不安な方は、電話やお手 紙で友達やご家族とやりとり

新型コロナウイルス感染症の流行は、私たちの暮らしを大きく変えました。マスクをすること、手 洗い後の手指消毒があたりまえとなり、日常的に感染予防対策をしっかりとるようになった反面、気 軽な外出や友人との付き合い、県外にいる家族との交流は「コロナに感染するかもしれない」という 不安から自粛する方が多く、中には気落ちされる方もいらっしゃいます。また子育て世代の方は、育 児ストレスも高まっているかもしれません。さらには、収入が激減し、日々の生活費に困っている方 も多くいらっしゃいます。

あれっ?最近姿見かけないな?いつもと様子が違うような…

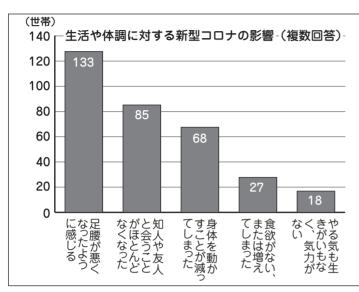
これは、「困りごとのサイン」かもしれません。このようなときだからこそ、さりげなく隣近所 の方々をお互い気にかけあいませんか?

「困りごとのサイン」を見つけた方は鯵ヶ沢町社協へお知らせください。

コロナ禍における高齢者の生活や体調への影響に関する緊急アンケートをおこないました

新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、75歳以上の日常的に介護・福祉サービスを利用していない 比較的健康な471世帯を対象にアンケート調査をおこないました。

その結果はグラフのとおりです。 ※調査対象者数:473名(郵送回答数:354名 回答率:74.8%)



グラフからわかるように、「足腰が弱く なったように感じる」と答えた方が133名、 回答者の約38%という結果でした。

その他、知人などとの交流・体を動かす機 会の減少が数多くみられ、コロナ禍の外出自 粛の影響だけではなく、加齢による心身機能 の低下も調査結果に現れました。

※先ほどご紹介した「こころとからだの健康 に大事なポイント(食事、運動、社会参加) | を 取り入れた生活を心がけていきましょう。

生活福祉資金 新型コロナウイルス特例貸付(受付期間:令和3年3月31日まで)

緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付の申請期限が、3月31日欧に延長となりました。緊急小口資金・総 合支援資金の特例貸付とは、新型コロナウイルス感染症の影響で生活資金にお困りの方を対象とした、一時 的な資金の緊急貸付です。詳細についてはお問い合わせください。

「教育支援資金」の お子さんの進学を応援します 貸付について

低所得世帯を対象に、大学や高等学校などへの進学や通学に必要な経費をお貸しします。 入学中の授業料のお支払いにお困りの方もご相談ください。

ご利用いただける世帯

低所得世帯(原則として、町民税非課税世帯または均等割課税程度の世帯



種類と貸付限度額など

資金種類	貸付限度額	貸付期間	償還期間
教育支援金	高校 月額35,000円以内 高専 月額60,000円以内 短大 月額60,000円以内 大学 月額65,000円以内	在学期間中	卒業後6ヶ月の 据置期間後、 8年~15年以内
就学支援金	500,000円以内		卒業後6ヶ月の据置期 間後、2年~6年以内

※必要な資金の融資を他(日本学生支援機構や金融機関など)から受けることができる世帯は除きます。 また貸付には、上記のほかにも条件があります。

このようなことで国っていませんか? 権利擁護センターあじがさわ

権利擁護センターあじがさわでは、高齢者・障がいを持った方々が住み慣れた地域で安心 して暮らし続けられるようなお手伝いを行っています。

で自分のこと・身近な方のことで心配や不安を感じている場合はご相談ください。



お話を伺った上で、その方にとって必要な事業や制度をご紹介させて頂きます。



鰺ヶ沢町地域包括支援センター 月~金(土日祝日、年末年始除く)

> 電話72-2111 8:15~17:00

鯵ヶ沢町社会福祉協議会

月~金(土日除く。祝日も対応)

電話82-1602 $8:00\sim17:00$

こちらから、ご自宅に伺うこともできます。

※次号では将来困りそうなことなどがチェックできるチェックリストを掲載します。 是非、参考にして頂ければと思います。

権利擁護支援員 活動説明会を開催しました

社協だより ふれあい 10月号に掲載しました、「権利擁護支援員 活動説明」を令和2年11月 18日(水)10:00~開催しました。

町内の7名の方が説明会に参加され、「権利擁護支援員とは?」「権利擁護支援員の役割」「活動 報酬」について説明。その後の質疑応答では、様々な質問や疑問が出され、参加された方々の支 援員活動に対する積極性が感じられた説明会となりました。



受賞おめでとうございます



青森県社会福祉大会会長表彰、 青森県共同募金会会長表彰、西津軽郡社会福祉協議会会長表彰

新型コロナウイルス感染症の影響等を考慮し、各表彰式がやむを得ず中止となりましたが、今年度 の被表彰者の皆さまをご紹介します。(敬称略)



* 社協支部役員として20年以上地域福祉活動に多大なる貢献 *

造谷 レッ 秋田谷 シ サ 寺沢セツ

*社会福祉事業協助者で功績が特に範とする者 *

井 上 雅 哉



20年以上奉什功労者

造谷 レッ 寺沢ヤ 秋田谷シサ

* 10年以上奉仕功労者*

川 野 みどり 外 崎 節 子 工藤ト T 成田 柾 十三久子 白川 良 工 藤 梅 子 大 谷 鉄 江

奈 良 正 樹 三上一



* 社協支部役員として10年以上地域福祉活動に貢献*

奈 良 正 樹 大 谷 鉄 江 子 雄 白川 良 長谷川 ゆき子 畠 山 純 子 康

※鯵ヶ沢町社会福祉協議会会長表彰、ふくし作文・絵コンクールの受賞者は次回ご紹介します。

鯵ヶ沢町地域福祉推進大会開催中止について

例年、鯵ヶ沢町地域福祉推進大会を開催しておりますが、本年度は新型コロナウイルス感染症 の影響等を考慮し、中止させていただくことになりました。

参加をご予定されておりました皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますよう お願い申し上げます。

鯵ヶ沢町社会福祉協議会 Facebook と Instagram で情報発信中!

「鯵ヶ沢町社協をもっと知ってほしい」「社協を身近に感じてほしい」との思いから、 FacebookとInstagramを活用して、社協事業の紹介、地域や社協での出来事などさまざまな 最新情報を発信中です。(※Facebookは土日以外、毎日)QRコードから登録できます

FACEBOOK (1)



Instagram O





災害備蓄品(非常食セット)を寄贈いただきました。

令和2年12月23日欧、青森銀行様より災害備蓄品を寄贈いただきました。

この備蓄品は、災害発生時も業務がつづけられるよう青森銀行全店で備蓄しているもので、賞味期限が約 1年前となり入れ替えを機会に地域への社会貢献として青森県社協へ寄贈。その一部が本会へ寄贈となり

ました。

鰺ヶ沢支店齋藤支店長は 「備蓄品がむだにならず、 必要な方に届けられるのは うれしいです」と話し、食 品を無駄にしないフードバ ンクの活用を実感されてい ました。





齋藤支店長 右 本会齋藤常務理事

フードバンクとは

「善意銀行」を意味する社会福祉活動です。まだ食べられるのに、さまざまな理由で 廃棄されてしまう食品を食べ物に困っている人や施設に届ける活動を行っています。

令和2年10月1日~令和2年12月31日収集分

空き缶(アル	1,270kg		
ペット	ペットボトル		
合	計	1,740kg	

収益金は福祉活動に役立てられています。

今後もみなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

- ※ビン・スプレー缶などの一般ゴミの持ち込みはご遠慮ください。
- △ペットボトルは事前にフタを外してご持参ください。

収集場所

鰺ヶ沢町総合保健福祉センター ~旧いこいの湯玄関前~

正面玄関







町民のみなさまの善意をいただき心より感謝申し上げます。

日~令和2年12月31日までにご寄付を頂いた方々です~

受付場所 社協窓口

中村ヒサ子山本三江 野呂信一 櫻庭ちか渋谷玲子 坂井トキヱ澤田鉄工所 神勢津子 岩谷松子 長谷川繁 井上蓮 川野良 伊調好貴 本庄美也子 須藤チカ 兼岡みや子 湯の花グル 田中昭仁 高橋精治 成田義子 清野琥太郎 齊藤順子 兼平やつる 伝福金光 工藤瞭子 三上裕見 山本澄子 長谷川仁愿 浜横沢長寿々

唇溶

青森銀行

鰺ヶ沢支店

【古切手】 木村享子 木村工業 川野良 神爽志 今田澄枝 齊藤順子 伊藤つさ 非常食セ 渋谷忠光 マルイチ 匿名 坂井トキア 加藤由美子 佐々木元子 小貴子



プルタブ

