



### 災害ボランティアコーディネーター 養成講座

第4回 平成25年11月30日  
災害救援ボランティア指導による災害図上訓練(DIG)

#### CONTENTS

- 2 ● 年頭のご挨拶
- 3 ● 平成25年度 大口市社会福祉協議会 会員加入実績報告
- 4 ● じぶんの町を良くするしくみ。赤い羽根共同募金
- 6 ● 社協トピックス
- 8 ● 特集 大口市協の災害・防災関連プロジェクト
- 10 ● ボランティア情報局
- 12 ● 介護豆知識
- 13 ● 大口市育て情報 ぎゅっと
- 14 ● 社会福祉協議会 生活福祉資金貸付制度のご案内  
ひとり親家庭お祝金贈呈事業

### 社会福祉法人 大口市社会福祉協議会

事務局 月～金(土日祝・年末年始休) 8:30～17:15  
電話 (0587) 94-0060 FAX (0587) 94-0059  
〒480-0126 大口市伝右一丁目35番地  
大口市健康文化センター(ほほえみプラザ) 2階  
ホームページ <http://www.oguchi-shakyo.or.jp>  
Eメール [chiikifukushi@oguchi-shakyo.or.jp](mailto:chiikifukushi@oguchi-shakyo.or.jp)



「いざ」というとき、

困ったときに助け合える」

支援の仕組み作り

## 年頭のご挨拶

平成26年の年頭にあたり、謹んでご挨拶を申し上げます。

旧年中の本会に対するご厚情に感謝するとともに、実施する諸事業に関し温かいご理解とご協力を賜り心より厚く御礼申し上げます。

さて、昨年は日本の景気が回復傾向を見せ始めたこと、2020年夏季オリンピックの東京開催決定等が明るい話題として取り上げられました。

その一方、日本各地で、巨大台風や豪雨、竜巻等による災害が頻発した年でもありました。

また、経済格差の拡大による生活困窮世帯の増加、加齢や病気・障がい等による生活不安に関する報道も、絶えることはありませんでした。

私たち社会福祉協議会の役割

は、明るい話題の陰で困っておりながら、見落とすことなく、寄り添い、支援していくことでもあります。

災害については、いつ起きてもおかしくないと言われる「南海トラフ巨大地震」を想定し、行政及び関係機関と連携・協働をはかりながら、人材育成と地域防災力の強化に努めます。

生活困窮世帯については、生活福祉資金貸付の相談窓口として、町民の方のお話を直接伺いながら支援にあたります。「生活困窮者自立支援法」施行に伴い、より一層の支援が実施できるよう、職員の資質向上と体制整備をはかりま

す。また、お年寄りや障がいをお持ちの方等で、ひとり判断することや、お金・書類の管理をすることに不安のある方への支援も行います。この「日常生活自立支援事業」という公的な福祉サービスについては、平成27年度から県社会福祉協議会の委託を受けて実施す



社会福祉法人  
大口町社会福祉協議会  
会長 舟橋 宣成

ることが決定し、準備を進めていきます。

災害、生活困窮、日常生活の不安：いつ自分や身近な人の身に起こるかわかりません。私たちは、誰もが安心・安全に、あたりまえの日常生活が続けられるよう「いざ」というとき、困ったときに助け合える」支援の仕組み作りを行っていきます。

また、地域での助け合いの基礎となるボランティア活動、人となりのつながりを作るサロン活動の支援をはじめ、地域福祉を推進する各種福祉事業について、役員一丸となり取り組む所存です。

併せて、在宅介護サービス事業についても、質の良いサービスを提供し、町民の皆様から親しまれるよう創意工夫を重ねていきます。

結びにあたり、町民の皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。



子育てサロンまむ\*まむ  
七夕飾り作り



大屋敷新田地区 ふれあいサロン  
いっぶく茶屋



災害救援ボランティア  
炊出し訓練実演



子育てサロンまむ\*まむ  
ハロウィンパーティ



外坪地区 ふれあいサロン  
ほっこり



傾聴サロン  
笑桜会



災害救援ボランティア  
防災訓練

# 平成25年度 大口町社会福祉協議会 会員加入 実績報告

## 会費総額

3,240,600円

## 町内世帯加入率

67%

※平成25年11月30日現在

町民の皆様、企業・法人様のご加入、誠にありがとうございました。また、会員募集について、地区区長さんをはじめ各法人の皆様には、多大なご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

皆様から頂戴しました会費は、大口町の地域福祉の充実、ボランティア活動の推進等、大切に活用させていただきます。

区分	件数	口数	金額(円)
一般会員	5,171	5,190	2,595,000
賛助会員	78	102	102,000
法人会員	78	178	536,000
その他	32		7,600
合計	5,359		3,240,600

地区名	件数	金額(円)
秋田	427	213,500
豊田	491	250,500
大屋敷	365	183,500
外坪	211	107,000
河北	396	198,500
余野	938	469,000
上小口	370	186,000
中小口	457	229,000
下小口	1,053	526,500
垣田	253	121,100
さつきヶ丘	263	132,000
合計	5,224	2,616,600

## 法人会員紹介 (敬称略・順不同及び略式掲載)

- |                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| (福)愛生福祉会 御桜乃里   | (株)東海木材相互市場大口市場    |
| 愛知北農業協同組合大口支店   | (株)東海理化電気製作所       |
| アイテック(株)        | 東海理化労働組合           |
| (株)青山製作所        | 東久(株)              |
| (有)伊藤電気         | 東伸(株)              |
| 岩田工機(株)         | (株)巴製作所            |
| (福)一期一会福祉会      | トヨタ紡織(株)           |
| (株)一宮福祉サポート     | (有)ナダカ製作所          |
| (株)インフォファーム     | (株)日特製作所           |
| (株)いずみ          | 日本紙工(株)            |
| (医)医仁会 さくら総合病院  | (株)波多野工務店          |
| (株)ACEショップいとう   | (株)尾北福祉センター        |
| オークマ労働組合        | 日吉鋳工(株)            |
| (有)大森新聞店        | (社)尾北医師会           |
| (株)岡谷特殊鋼センター    | (株)備長大口店           |
| 大脇金属(株)         | 福玉精穀倉庫(株)          |
| 兼房(株)           | 福玉ロジステックス(株)       |
| 川村熱錬工業(株)       | 福玉米粒麦(株)           |
| (株)岐阜文芸社        | (有)藤原商店            |
| (株)木村屋          | (株)前田グリーンサービスエンジニア |
| (株)協栄製作所        | (有)まさと電気           |
| 熊沢建設(株)         | 松岡建設(株)            |
| 光栄木材工業(株)       | (有)松岡自動車           |
| (株)サカイ          | (株)松屋栄食品本舗         |
| 佐伯総合建設(株)尾張支店   | 丸栄工業(株)            |
| (株)酒井建築         | (有)まるさ運輸           |
| (株)酒井織布工場       | 丸周建設(株)            |
| (株)三五郎園         | 宮地工業(株)            |
| (株)サンレック        | (有)宮地モータース         |
| ダイセイ倉庫運輸(株)     | (株)村瀬組             |
| (株)シルビア         | 名光急送(株)            |
| (株)大美軒          | (学)名鉄学園 名鉄自動車専門学校  |
| 鈴与興業(株)         | 明治商工(株)            |
| (有)寿々木工作所       | (医)山田外科内科          |
| (株)スター精機        | ヤマザキマザック(株)        |
| 鈴与ワークス(株)       | (株)山正石油            |
| (財)タイム技研社会貢献委員会 | (株)ゆたか堂            |
| 田中産業(株)         | ユニー(株) アピタ大口店      |
| 中日保安設備(株)       |                    |



# じぶんの町を良くするしくみ。 赤い羽根共同募金

中間報告

町内の皆様のおたたくいご協力をいただき、ありがとうございます。

**募金総額 3,126,917円**

※平成25年12月2日現在

●戸別募金(地区別)の部

地区名	金額(円)
秋田	213,300
豊田	250,000
大屋敷	184,800
外坪	106,500
河北	208,500
余野	411,150
上小口	185,000
中小口	217,900
下小口	569,000
垣田	102,000
さつきヶ丘	128,500
合計	2,576,650

●職域・法人募金等の部

区分	金額(円)
職域募金	393,834
法人募金	60,000
団体募金	20,000
合計	473,834

●街頭募金の部

区分	金額(円)
町民体育祭	19,146
町内3店舗	37,904
ふれあいまつり	19,383
合計	76,433



大口町共同募金委員会  
大口町伝右一丁目35番地  
大口町社会福祉協議会内 94-0060

## 第65回赤い羽根協賛児童生徒作品コンクール 入選作品



愛知県共同募金会が主催する作品コンクールに、今年も町内小中学校から多数のご応募をいただき、誠にありがとうございました。

大口町共同募金委員会の選考により、書道390点、ポスター220点の中から、右の6点を入選作品として愛知県共同募金会へ推薦しました。

各学校からの推薦作品は、アピタ大口店と大口町ふれあいまつり会場(健康文化センター2階)で掲示しました。



水谷 玲那 (大中3年)



大森 あおい (南小5年)



新谷 佳子 (西小4年)



中間 理彩紀 (大中2年)



稲波 琴音 (西小6年)



武川 未奈 (北小6年)



## 兼房株式会社 様

工業用機械刃物の総合メーカー、国内トップシェア。刃先の表面をコーティングし耐久性を向上させる表面処理技術は世界最先端の水準。大口町の本社・工場を中心に、日本各地、アジア、ヨーロッパ、北米、南米に拠点を展開し、“世界の兼房”を目指す。

# 町内企業の赤い羽根共同募金バトンリレー



兼房株式会社総務部及び親睦会有志職員の皆様、大口町共同募金委員会

## 今年度は兼房株式会社様

毎年、町内の企業様にご協力いただき赤い羽根共同募金。募金箱の設置にとどまらず、従業員間で直接募金を呼びかける活動(社内募金活動)が、企業連携の輪を通じて広がっています。

町民の皆様福祉に役立てられる共同募金は、わかりやすい社会貢献として、わが町の誇る企業でも実施されています。

## 兼房株式会社 様 募金実績額 41,158円

今年度は、オークマ株式会社様から、兼房株式会社様へのバトンリレー。大口町共同募金委員会が協力し、兼房株式会社様の本社で社内募金活動を実施しました。

10月17日(木)朝、台風一過の秋空のもと、総務部及び親睦会有志職員の皆様、本会役職員が正門前に集合。出勤される従業員の方々に募金を呼びかけました。

派手なはっぴ姿の同僚から声をかけられると、驚きながらも笑顔で募金をくださる従業員の方々。正門は中小口の主要道路に面しており、通勤途中の車内からも注目を集めました。

世界を目指しながらも、地元を大切にされる企業。もつと町民の皆様に愛される企業へ…赤い羽根のバトンリレーは続きます。



総務部 大森総務課長と土谷氏

募金を頂く時の、従業員の方の笑顔が印象的でした。地域との良い連携活動ができてよかったと思います。(大森総務課長)

**赤い羽根共同募金にご協力いただいた皆様  
ありがとうございました**

(敬称略 順不同及び略式掲載)

- 町民の皆様 秋田区、豊田区、大屋敷区、外坪区、河北区、余野区、上小口区、中小口区、下小口区、垣田区、さつきヶ丘区、
- オークマ(株)、ヤマザキマザック(株)、兼房(株)、東久(株)、リンナイ(株)、
- (株)東海理化電機製作所、(株)青山製作所、トヨタ自動車(株)、
- ホンダロジコム(株)、キムラユニティー(株)、
- (学)名鉄自動車専門学校、名成電機(株)、JA愛知北大口支店、
- 大口町役場、大口町商工会、大口郵便局、大口南郵便局、
- (社)尾北医師会、尾北看護専門学校、(福)一期一会福祉会 一期一会荘、
- (福)愛生福祉会 御桜乃里、アピタ大口店、ヨシツヤ大口店、
- バロースーパーマーケット大口店、
- バローホームセンター大口店、憩いの四季、喫茶ほほえみ、ハートフル大口、
- (社)大口町コミュニティワークセンター、大口町民生委員児童委員協議会、
- ポイスカウト大口第一団、大口町更生保護女性会

## 赤い羽根共同募金配分金事業

## 第29回 大口町障がい者スポーツ大会



【上】今年の新種目「玉おくり」【左下】総踊り【右下】手持ちかごで玉入れ



9月21日(土)、今年で第29回目となる大口町障がい者スポーツ大会を中央公民館集会所で開催しました。

障がいをお持ちの方にとって、無理なくスポーツを楽しんでいただく機会として、秋の運動会シーズンに毎年、社協が主催しているものです。

当日は、障がいをお持ちの方とご家族、町長をはじめとする来賓の方々、スタッフのボランティア・民生委員

の皆様、社協職員の総勢288名が参加。

今年は新たに、大きな風船玉を全員で運ぶ「玉おくり」を企画。ひとりひとりが玉に触れて、「参加した！協力できた！」を実感しました。

丹羽高校生による吹奏楽の演奏、太鼓を囲んだ総踊りは、毎年恒例のお楽しみ。

障がいがあってもなくても、参加者全員が一緒に楽しめる大会となりました。

## 赤い羽根共同募金配分金事業

## 浜名湖 重度身体障がい者日帰り旅行



10月22日(火)、社協がリフト付きバスを手配して、日帰り旅行を実施しました。

重い身体障がいをお持ちの方にとって、遠出は大変なもの。仲間と一緒に、ゆったり安心して出かけられる機会として、年に1回のこの旅行を楽しみにしてくださる方もいらっしゃると思います。

車いすをご利用の方は、介助スタッフやバスの運転手さん方の協力で、安全に移動できよう配慮されています。



リフトでバスを乗り降り

今年は、参加者・スタッフ総勢20名で、静岡県の浜名湖へ出かけました。

館山寺ロープウェイに乗り、展望台から浜名湖を一望。昼食会、オルゴール館や工場の見学もあり、秋の旅路を満喫しました。

頑張る  
人



大野和人さん

愛知県知的障害者育成会 「作品展 手をつなぐ」

中日新聞社会事業団賞を受賞

9月24日から30日まで、愛知県内の知的障がいをもつ方の絵画を集めた「作品展 手をつなぐ」が、豊橋市で開催されました。年に1度の作品展は、今年で13回目。

大口町在住の大野和人さんは、『スカイツリー2013』と題した得意のちぎり絵を出品。見事、中日新聞社会事業団賞を受賞しました。

大野さんは、スカイツリーに登った喜びを鮮やかなちぎり絵で表現。「全体に細かく切って貼るのに時間がかかりました」というコメントのとおりに、丁寧さとあたたかさの伝わる作品です。

大野さんは、目がよく見えないという不自由さもありながら、ご家族や周りの仲間を支えられ、今日も作品づくりにチャレンジしています。

第61回  
愛知県社会福祉大会

- 町社会福祉協議会会長感謝  
民生委員、児童委員5年以上  
丹羽 純子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
渡邊 三枝 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
家庭介護(5年以上)  
石原 かよ子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
坂本 孝之 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
宮田 勝利 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
福祉関係団体  
大口町身体障害者福祉協会女性部 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
寄附  
ダンスサークル大口 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
豊淑五会 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
福祉関係団体役員  
有賀 和子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
安荘 ヨシ 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
高木 ふみ子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
前田 千代子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
市区町村社会福祉協議会役員  
池田 良子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
松岡 景子 様

10月24日(木)、愛知県体育館で表彰を受けられた方々をご紹介します。

県知事感謝

- 県知事感謝  
民生委員、児童委員10年～15年  
社本 良子 様

県社会福祉協議会会長感謝

- 県社会福祉協議会会長感謝  
市区町村社会福祉協議会役員  
池田 良子 様
- 県社会福祉協議会会長感謝  
松岡 景子 様

平成25年度 大口町表彰式

町社会福祉協議会会長表彰

- 町社会福祉協議会会長表彰  
民生委員、児童委員5年以上  
丹羽 純子 様
- 町社会福祉協議会会長表彰  
渡邊 三枝 様
- 町社会福祉協議会会長表彰  
家庭介護(5年以上)  
石原 かよ子 様
- 町社会福祉協議会会長表彰  
坂本 孝之 様
- 町社会福祉協議会会長表彰  
宮田 勝利 様
- 町社会福祉協議会会長表彰  
福祉関係団体  
大口町身体障害者福祉協会女性部 様

町社会福祉協議会会長感謝

- 町社会福祉協議会会長感謝  
寄附  
ダンスサークル大口 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
豊淑五会 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
福祉関係団体役員  
有賀 和子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
安荘 ヨシ 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
高木 ふみ子 様
- 町社会福祉協議会会長感謝  
前田 千代子 様

善意だより

社会福祉に役立ててほしいと、大口町社会福祉協議会にあたたかい寄附が寄せられました。厚くお礼申し上げますとともにご報告します。

順不同

(8月27日～11月30日 取扱い分)

- 下小口区盆踊り実行委員会 様 30,450円
- 第50回チャリティー演歌まつり  
もくせいの会 様 22,918円
- 匿名希望 50,000円
- 愛知県立丹羽高等学校 生徒会 様 15,984円
- 第8回民踊のつどい 豊淑五会 様 39,865円
- ダイセー倉庫運輸(株) 様 200,000円

下小口区盆踊り  
実行委員会  
区長 酒井様



愛知県立  
丹羽高等学校  
生徒会様



11月23日(土・祝)、『大口町表彰式』が、大口町健康文化センター4階・ほえみホールで開催されました。

社会福祉協議会からは、会長表彰として7名・1団体、会長感謝として4名・2団体に、ほう賞を授与しました。



第50回チャリティー演歌まつり  
もくせいの会 代表 大島様



「幸せは、突然やって来ない。でも、不幸せは、ある日突然やって来る。災害も、同じではないでしょうか。」

(数年前、ある日突然病に倒れ、車いす生活を余儀なくされた車いすシェフ伊藤 健氏。あたりまえの生活が奪われてしまうという経験は、被災経験と共通するところも。そこから前を向き、今を生きる伊藤氏からのメッセージ。)

10  
/26

今から知ろう、できることをやろう

## シェフと作ろう! 災害時の非常食講座



健康文化センター1階で非常食講座を開催。15名が参加し、伊藤シェフが考案したレシピをもとに調理を行いました。

災害発生後、長期間物流が止まり、食材に限られることを想定。災害用備蓄品と身近な食材を組み合わせ、心も体もあたたまるアレンジ非常食3品が完成しました。

11月2日(土)ふれあいまつり会場で、ボランティアがライスコロッケ200個の試食を来場者に配布。伊藤シェフも来場し、アレンジ非常食のPRを行いました。

【左上】伊藤氏が考案した非常食のアレンジメニュー。アルファ米のライスコロッケ黒ごま風味、保存パンのパンフディングオレンジ風味、にんにくと青菜のスープアルファ米入りの3品

【右上】非常食講座の様子

【下】ボランティアが、アレンジ非常食の試食を配布する様子



11  
/2

がんばろう東北! これからも応援し続けよう

## 福祉わくわくランド 東北名産品の販売

東北へ災害ボランティアに行った大口絆つなぐネットのメンバーが、岩手県の名産品をふれあいまつり会場で販売。大船渡市の「かもめの玉子」、陸前高田市の「マスカットサイダー」、宮古市の「きっと芽がでるせんべい」の全種類を完売しました。





# 大口社協の 災害・防災 関連プロジェクト



講師：大船渡市在住  
東海新報社常務取締役  
上野和彦氏

「復興は、国がやってくれるのを待っていても  
だめだ。自分たちで、みんなで作るしかない。」

(東日本大震災のあの日、津波が押し寄せた大船渡市。年老いた母を背負って高台へ逃げた直後、自宅は津波に飲み込まれた…自らも被災体験をもつ上野氏のメッセージ。)

10  
/12

## 西尾張ブロック社協災害救援活動会議 防災講演会

大船渡市の被災体験と復興を伝え続ける東北の地元新聞『東海新報』を手がける上野氏を講師に招き、ほほえみホールで講演会を開催しました。



9  
/12

## 平成25年度 防災訓練

災害時要援護者（高齢者、障がい者、妊婦等）を車いすで避難所まで移動する手段として、社協の貸出用福祉車両の操作と、車いす介助を実演。自主防災会、消防団等の参加者の皆様にご紹介しました。

11  
/9

## 11/9(土)~12/7(土) 全5回講座 災害ボランティアコーディネーター養成講座

災害ボランティアセンターのボランティアスタッフ養成

丹羽消防署の救命救急士、宮本 勝也氏を講師に招き、災害ボランティアセンターのスタッフとして、身につけておくべき応急手当の講習を実施。

心肺蘇生とAEDのほか、その場にある物を使って骨折の添木にする、両袖に丈夫な棒を通して衣類を仮担架にする方法等を実践しました。

第1回 ※第2回~第5回は次ページ  
『ボランティア情報局』をご覧ください



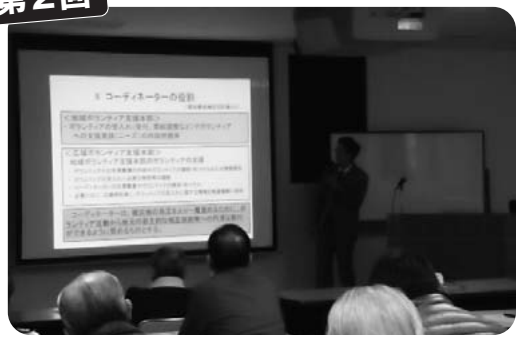
# 災害ボランティア コーディネーター 養成講座



昨年11月9日、16日、25日、30日、12月7日の5回にわたり災害ボランティアコーディネーター養成講座がおこなわれました。ボランティア情報局では、第2回～第5回を特集します。



## 第2回



11月16日の前半は、愛知県防災局職員 高柳幸央氏による「愛知県の災害と防災対策」についてのお話を聞きました。被災者の方の声で最も多かったのは「①まさかと思った ②備えておけばよかった ③やはり地域が大切」だったそうです。地域で取り組む大切さと難しさを教えていただきました。

後半は、災害救援ボランティア3名と学生ボランティア3名による「被災地支援活動の報告・体験談」もおこなわれました。テレビの映像では見られない現地の様子や、被災者の方との交流を聞くことができました。

## 第3回



11月25日は、名古屋大学減災連携研究センターの見学と取り組みの聴講。



## 学生ボランティア 被災地での体験談



## 第5回

12月7日は災害ボランティアセンターの立ち上げ・運営訓練。災害時にボランティアを派遣する拠点となるセンターを設置し、受付やオリエンテーション、派遣の調整等の訓練を行いました。  
今回の養成講座では、参加者15名に修了証書が授与されました。参加者の中には、障がいをお持ちの方が避難できる避難所のあり方を考えている方もいらっしゃいました。今後の活躍が期待されます。



## 第4回



11月30日は、災害救援ボランティアによる「災害図上訓練」

# ボランティア情報局

2014 春

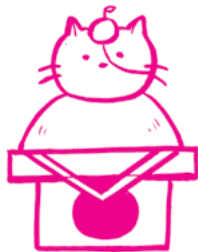
答えは 4社

## ふくしわくわくランド

昨年11月2日、3日に、ふくしわくわくランドが開催されました。今回は、主に、防災・復興支援フェア、福祉体験、調理・修理・掃除等の活動に10団体が参加しました。



「高齢者疑似体験うさぎとかめ」では、塗り箸と割り箸を使って豆つかみをしました。「全然違う～。塗り箸は、つるつるすべて難しいなあ」「とつても集中したよ～。だつて集中しないとつかめないもん」



「大口町手話サークルコスモス」では、コスモスのメンバーがジェスチャーで表現した絵カードを参加した子どもが当てるゲームをしました。「楽しかった～。簡単だけど、よく見てないとわからないよ」「パトカーはちょっと、わからなかったなあ」



トヨタ紡織(株)

今回で2回目の参加。車いす清掃と「チャリティーブック」と名付けられた古本回収。古本は、障がい者就労支援施設で、再販するために回収しています。



昨年も参加した方は「去年はとても寒かった。今年は、温かいのでとても掃除がしやすいです」。車いすの利用者さんの車いすの乗り降りの介助も大変手慣れていました。



初めて参加した方は「掃除することに慣れているので、車いす掃除も気にならないです」と心強い言葉。

### ■編集後記■ 取材・作成／編集ボランティア OZ

お正月に近くの神社へ初詣に行かれる方も多いかと思います。いったい町内には神社がどの位あるのか気になって数えてみたところ全部で23社ありました。その中には今年の干支の馬の像が奉納されている神社があり、この馬の事を神馬と言うのだそうですが、現在は本物の馬ではなく、このように像だったり絵馬を奉納することが多いようです。初詣に行かれた神社に神馬はいましたか？

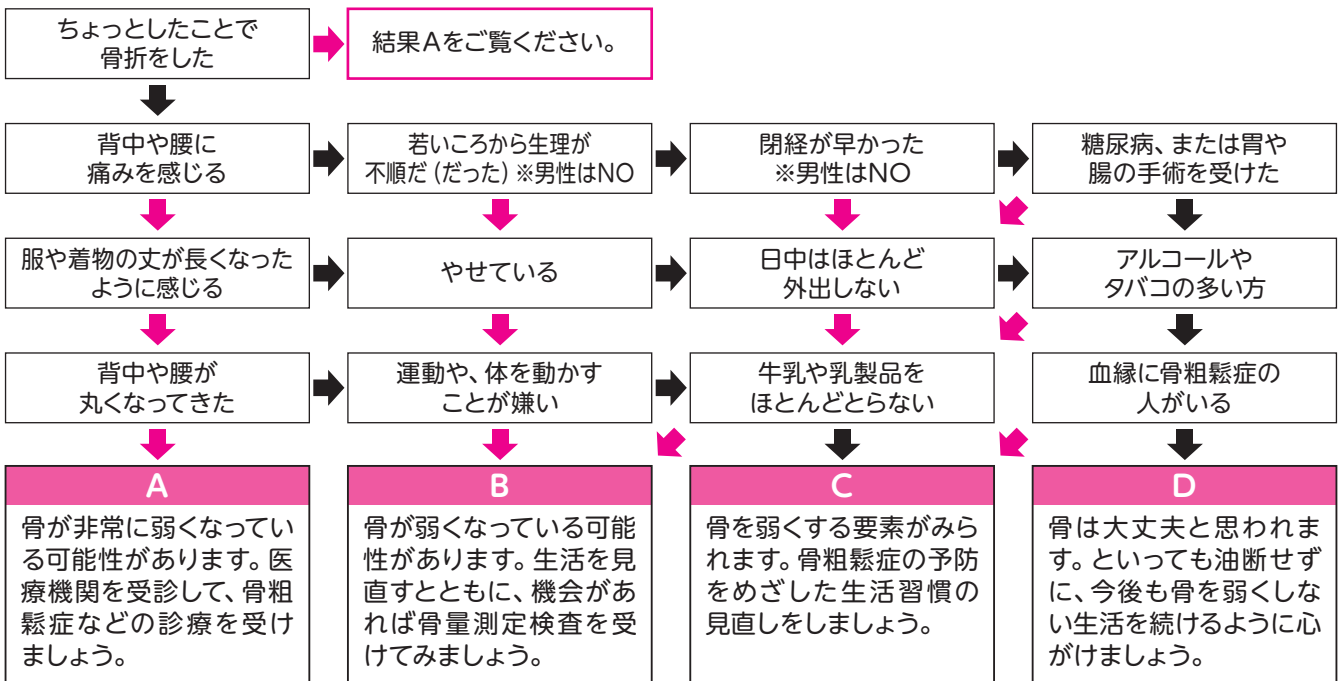
そこで問題です。神馬がいる神社は何社あったでしょうか？50年前に奉納されたものから、平成になって奉納されたものまでありました。(答えはこのページのどこかです)





60歳以上の女性の3人に1人は『骨粗しょう症』と  
 われていますので皆さんご存知ですね。特に閉経期を  
 過ぎた女性は骨がもろくなり易いと言われています。あ  
 なたの骨は大丈夫ですか?さっそく下のチェックシート  
 で自分の骨の状態を調べてみましょう。(あくまで目安で  
 すのでご参考までにご覧ください)

START → YES → NO



(919JAPANより引用)

さあ、いかがでしたか?今は大丈夫でも骨は加齢とともに減ってしまいます。今のうちから骨を減らさない生活を心掛けて、いつまでも元気で暮らしたいですね。それには『食事』と『運動』が大切なんです。

### ● 食事のポイント……カルシウム ビタミンD ビタミンK を摂る

- カルシウムは骨を丈夫にする成分、一日800mg必要です。乳製品が一番体に吸収され易いのですが、小魚、干しえび、大豆製品、小松菜、ちんげん菜にも多く含まれています。
- ビタミンDがないとカルシウムを体に吸収する事ができません。鮭、さんま、うなぎ、めかじき、かれい、干しいたけ、きくらげに多く含まれています。日に当たるだけでも体内でビタミンDは作られますよ。
- ビタミンKは吸収されたカルシウムを骨にする時に必要です。納豆、ほうれん草、小松菜、にら、ブロッコリー、レタス、キャベツに多く含まれています。

### ● 運動のポイント……「骨に体重をかける」と骨は丈夫になる

- 骨は圧力を掛けることで丈夫になろうとするので特別な運動は要りません。散歩や階段の昇り降り、片足立ちが効果的です。買い物や掃除でも効果がありますよ。

乳製品や大豆製品、骨に良い野菜を食べたり、エレベーターより階段を利用するなど、毎日のちょっとした心がけで、いつまでも若々しく元気に過ごしましょう。



# 大口子育て情報 ぎゅっと

【編集】特定非営利活動法人「まみーぽけっと」

【HP】

[http://www.geocities.jp/mammy\\_pocket/2003/index.html](http://www.geocities.jp/mammy_pocket/2003/index.html)

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。(^^)

まみーぽけっとは2003年の結成以来、ホームページ、まみぽ通信、社協だより等を通じて住民の皆さんに情報を発信してきましたが、特に冊子の「ぎゅっと」は町の協働委託を受けて発行しています。

「冊子・ぎゅっと」は母子手帳発行の時や、大口町への転入時(お子さんのおられる方のみ)に行政から手渡されることになっています。毎年、編集をし直し、最新の情報を載せていますので、古いものしかお持ちでない方や一度もご覧になったことのない方は是非、お手にとってみてください。今回は「ぎゅっと」の紹介をさせていただきます。

## ☆☆☆☆☆ 目 次 ☆☆☆☆☆

### ♥妊娠・出産・子育て

行政の情報をまとめてあります。

### ♥災害に備えて

避難所一覧、非常時持ち出し品など

### ♥こんな時は？

近郊の病院の情報が載っています。  
相談機関、託児施設等の紹介もあります。

### ♥保育園・幼稚園

各園の特色が載っています。

### ♥子どもの為のその他の情報

ウイユ、スポ少、ダンスサークルなど

### ♥子どもを連れて出かけよう

### ♥大口町のお役立ち電話帳・地図

小さいお子さんのいる家庭では  
特別な持ち出し品が必要です

病院・歯科医院が63軒掲載  
電話帳代わりにもなります

40ページあります！  
毎年、情報が増えています

## 配布場所

福祉こども課  
保健センター  
戸籍保険課  
各児童センター  
ポシェドゥレーヴ

## 2014年度版のぎゅっとの表紙を描いてみませんか？

大募集

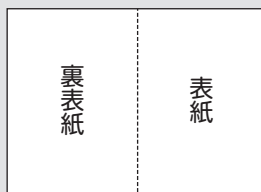
- 題材・画材は自由です。
- 大きさはA4横程度です。(右図参照)
- 応募の制限は特にありません。
- 締め切りは1月24日です。

詳しくはお問い合わせください。

ポシェドゥレーヴ TEL 95-0077  
9時~15時(日・月・祝休み)

☆応募者多数の場合は審査になります。

☆わずかですが、採用された方には謝礼をお支払いします。



A4横程度、1枚の絵を  
中心線で山折りにすると  
表紙と裏表紙になるように  
描いてください。



# 社会福祉協議会

## 生活福祉資金貸付制度のご案内

～安定した生活を図るために～

ご存知ですか?社会福祉協議会では、他の資金の借り入れが困難な所得の低い世帯や、障がい者・高齢者の方がいらっしゃる世帯にご利用いただく貸付制度を行っています。

問合せ先:社会福祉協議会 電話 94-0060

### 総合支援資金

失業者等、日常生活全般に困難を抱えており、生活の立て直しのために継続的な相談支援と生活費及び一時的な資金を必要とし、貸付を行うことにより自立が見込まれる世帯への生活資金

生活支援費	生活再建までの間に必要な生活費用
住宅入居費	敷金・礼金等賃貸契約を結ぶために必要な費用
一時生活再建費	生活を再建するために一時的に日常生活費を賄うことが困難である費用

### 教育支援資金

教育支援金	学校教育法に規定する高校、大学または高等専門学校に就学するために必要な経費
就学支度金	教育支援費の貸付対象となる学校への入学に必要な経費

### 不動産担保型生活資金

一定の居住用不動産を有し、低所得で65歳以上の高齢者世帯の方への不動産を担保とした生活資金

### 福祉資金

福祉費	生業を営むために必要な経費
	技能習得に必要な経費 及びその期間中の生計を維持するために必要な経費
	住宅の増改築、補修等及び公営住宅の譲り受けに必要な経費
	福祉用具等の購入に必要な経費
	障害者自動車の購入に必要な経費
	中国残留邦人等にかかる国民年金保険料の追納に必要な経費
	負傷又は疾病の療養に必要な経費 及びその療養期間中の生計を維持するために必要な経費
	介護サービス、障がい者サービス等を受けるために必要な経費 及びその期間中の生計を維持するために必要な経費
	災害を受けたことにより臨時に必要とする経費
	冠婚葬祭に必要な経費
	住居の移転等、給排水設備等の設置に必要な経費
	就職、技能習得等の支度に必要な経費
その他日常生活上一時的に必要な経費	

## ひとり親家庭お祝金贈呈事業

社会福祉協議会では、町内在住のひとり親家庭のお子さんの卒業と新たな門出を祝して、お祝金を贈呈します。

受付  
開始

- 対象者／大口町児童扶養手当を受給され、今春保育園、幼稚園、小学校、中学校等卒業予定のお子さんがある世帯
- 内容／対象となるお子さん一名につき次のお祝金を贈呈します  
保育園、幼稚園、小学校 3千円  
中学校 5千円
- 手続き／社会福祉協議会窓口において申請を受付します(代理可)

- 期間／平成26年3月3日(月)から3月20日(木)  
(土、日、祝日は除く)
- 時間／午前8時30分から午後5時15分  
(時間等都合がつかない場合相談可)
- 必要なもの／  
印鑑・母子家庭等医療費受給者証  
又は子ども医療費受給者証  
ただし代理申請の場合は代理の方が本人確認できるもの(保険証等)

問合せ先:社会福祉協議会 電話 94-0060