２０２０ 冬号

社協だより

ー長野原町社会福祉協議会だよりー

発行 社会福祉法人
長野原町社会福祉協議会

住所 〒377－1305
長野原町大字与喜屋 1,624 番地
長野原町老人福祉センター内

TEL 0279－82－4487
Fax 0279－82－0015

謹賀新年

会長 大羽賀 進

新年明けましておめでとうございます。

昨年は社会福祉協議会の活動に対し、町民の皆様には、ご理解とご協力を頂き心から感謝を申し上げます。また、諸団体の皆様よりたくさんのご寄付をして頂き、ありがとうございます。真心のご寄付を福祉の向上のために使わせていただきます。

昨年十一月二十二日、群馬県社会福祉大会が昌賢学園前橋ホールで行われました。席上、本町から七人の方が、長年に亘る社会福祉役職員功労者の表彰を受けられました。ご紹介いたします。黒岩すみ江さん、佐藤愛十さん、篠原哲夫さん、下谷華敬さん、樋田淳一郎さん、星河満彦さん、丸山はる江さん、以上七人の方です。たいへんにおめでとうございます。表彰を受けられました皆様には、引き続き本町の福祉の向上のためにご指導とご協力をお願い致します。

また、福祉ボランティア顕彰、学校の部で本町から第一小、中央小、東中学校が選ばれ、第一小、中央小の二校による活動報告があり、会場の多くの観客が感動を受けておられました。本町町民の一人として嬉しい気持ちでいっぱいでした。三校の皆さんには、今後もボランティアのご活躍、お願い致します。

また、老人クラブ連合会の皆様には、本町で初めて行われました「芸能大会」（写真下）観賞する人、芸を演ずる人、一体的に大きな感動がありました。人々の心を和ませる活動は、たいへんに大事なことです。町老連の皆様に対し心から御礼申し上げます。本年も皆様の活動を期待しています。

本年は東京オリンピックが五十五年ぶりに開催されます。世界平和の祭典、大成功で終わることを願わずにはいられません。本年四月一日に、長野原町に聖火ランナーが走ります。みんなで応援していきましょう。

結びに町民の皆様方のご健勝を役職員一同心からお祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

▲活動発表する中央小の皆さん（舞台上左）

▲活動発表する第一小の皆さん（舞台上左）

▲エントランスに掲示された活動内容

▲町老連芸能大会・フィナーレの長野原音頭

この広報紙の発行に、共同募金の配分金が使われています。

体調管理セミナーを開催

免疫による風邪対策について
群馬県栄養士会から高橋氏

十二月二十三日、長野原町老人福祉センターにおいて、社会福祉協議会の主催による『体調管理セミナー』が開催され、四十八名の町民の皆様にご参加いただきました。

▲開会のあいさつをする大羽賀会長

群馬県栄養士会員で公認スポーツ栄養士等の資格を持つ高橋泰子氏を講師にお招きし、免疫による風邪対策についてお話を聞きました。

加齢により、噛む力が弱くなる、唾液や胃液の分泌量が減る、味覚が鈍くなる、のどが渇きやすくなる、腸内環境の機能が低下するなど体の変化がみられます。このようなマイナスの変化を予防・悪化の防止に必要なのが、適切な栄養の摂取です。

▲講師の高橋泰子氏（中央・奥）

たんぱく質、炭水化物や脂質、ビタミンやミネラルといった栄養素をバランスよく摂取することで、免疫力が高まり、感染症の予防となります。特にたんぱく質は加齢とともに摂取量が減少する傾向にあり、意識してとることが必要です。たんぱく質が豊富な大豆は、大豆イソフラボンという成分が、若々しさを保持し、発がんや悪玉コレステロールの増殖を抑止します。

▲協賛の大塚製薬（スクリーンの左・奥）から情報提供

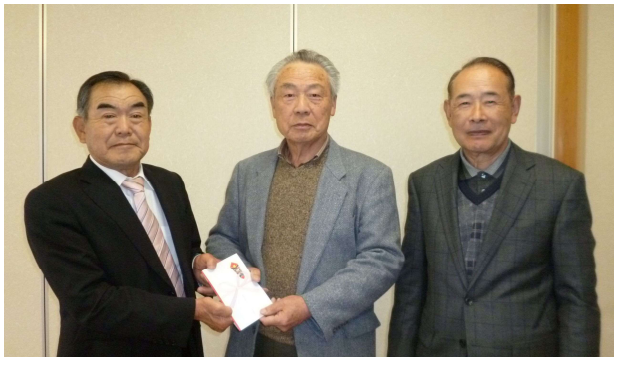
あたたかいこころ

左記の皆様よりご芳志をいただきました。

匿名様　一万四、〇〇〇円
宮﨑久美子様　十万　円
割田三男様　十万　円
長野原町老人クラブ連合会様（写真）　十一万八、二〇二円

福祉に対するあたたかい心をありがとうございます。

尊い寄付金は、地域福祉のため有効に活用させていただきます。



▲老連・小林次男会長（写真中央）より目録が手渡されました。左は老連・小林柳一副会長（会計兼務）

ふれあい・いきいきサロン吾妻ブロック研修会

@ながのはらで開催

十月十日、@ながのはら長野原町住民総合センターにおいて、令和元年度ふれあいいきいきサロン吾妻ブロック研修会が開催され、吾妻郡内の関係者約１２０名の皆さんが参加されました。

実践事例発表では、すずらんふれあい・いきいきサロン絆の会（高崎市）の井上隆夫氏（写真上・左奥）から、組織構成や具体的な活動状況について説明がありました。月１回公民館での交流や健康講座などを催し、そのほかに旅行や様々なイベントを企画し、実施しているとのことです。

続くレクリエーション研修では、群馬医療福祉大学の村山明彦先生よりフレイル予防として気軽にできるレクリエーションを教えてもらいました。「フレイル」とは、加齢による衰弱または虚弱というような意味で、筋力低下や体重の減少によって疲れ易くなる「身体的フレイル」、もの忘れや判断力の低下、気分が沈みがちになる「精神・心理的フレイル」、他者との交流が減少するなどの「社会的フレイル」に大別されます。

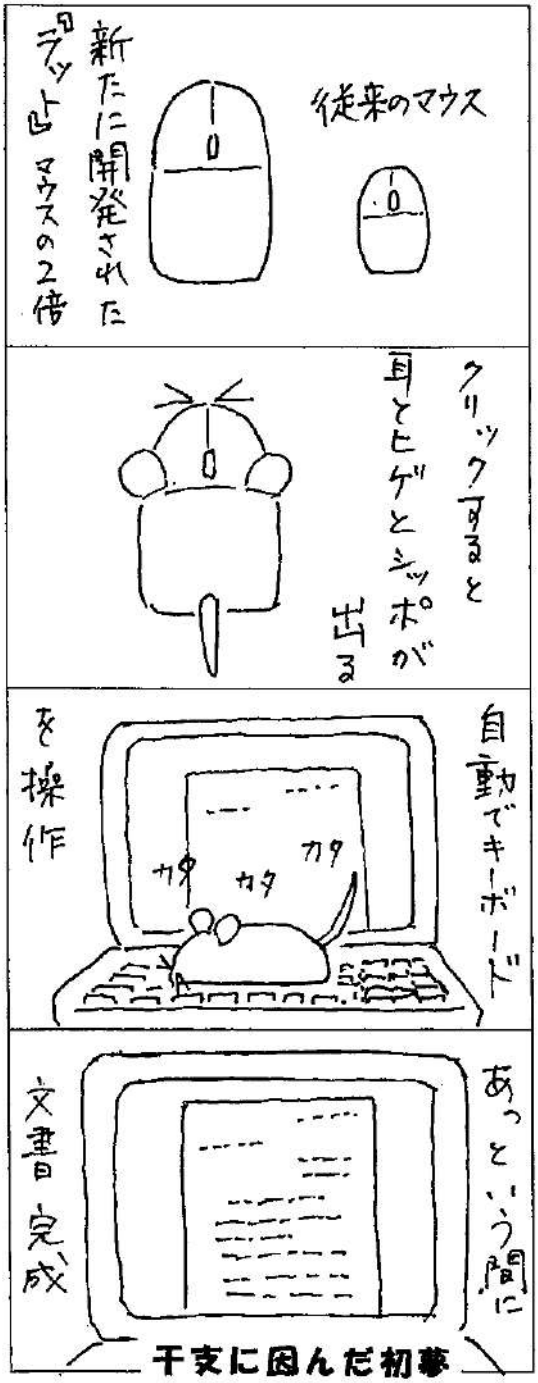
▲フレイル予防について説明する村山氏

フレイル予防の運動（イスに座ったままで）を一つご紹介します。「桃太郎さん」の歌に合わせて次の動きをします。両手で桃の形、右手で3、両手を腰に当てる、右手で1を前に出す、左手で1を自分に向ける、両手でくださいのポーズからその両手を胸の前で交差させ左右の手をそれぞれ反対の肩に置く（いただいた、というポーズ）

▲見ないで、頭の上で両手の人差し指をつけてみてください

まんが

福祉舶来



社会福祉協議会費の納入　ありがとうございました

今年度の社会福祉協議会費の納入状況が下表のとおりとなりましたので、ご報告いたします。
会費の納入につきましては、区長さんはじめ各区の役員の皆様に大変お世話になりました。
厚く御礼申し上げます。

＜単位;円＞

地区名	普通会員（500円）		賛助会員（1,000円）		特別会員（5,000円）		合　計
	会員数	金額	会員数	金額	会員数	金額	
川原畑	20	10,000					10,000
川原湯	48	24,000	1	1,000			25,000
横　壁	26	13,000	2	2,000			15,000
林	84	42,000	4	4,000			46,000
長野原	218	109,000	7	7,000			116,000
大　津	272	136,000	5	5,000			141,000
羽根尾	193	96,500	2	2,000			98,500
与喜屋	159	79,500	3	4,000			83,500
応　桑	281	140,500	3	3,000			143,500
北軽井沢	311	155,500	5	5,000			160,500
計	1,612	806,000	32	33,000	0	0	839,000
					会員数合計		1,644

会員募集中

長野原町シルバー人材センターより

新年あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願い致します。

シルバー人材センターでは、会員を募集しております。

シルバー人材センターは公益団体として、高齢者の知識や経験を活かし、地域社会に貢献する事業です。

会員の皆様は、自らの健康にもよく、多くの人とふれあい、生き生きと働き、人々の手助けになることを誇りとして、就業してくださっております。

★　入会のご相談・お問い合わせなどは、老人福祉センター内、

「長野原町シルバー人材センター」までお気軽にどうぞ！　　電話82-4487まで

長野原町シルバー人材センターは、令和元年度の群馬県シルバー人材センター連合会第3回安全大会において、安全就業優良センター表彰を受けました。会員の皆様の安全就業に対する意識の高さと、長年の無事故が評価されました。

楯（左）と賞状 ▷