

わかやまし社協

和歌山市社会福祉協議会 住所 和歌山市小人町29番地 あいあいセンター福祉交流館内

TEL 431-5249 FAX 431-5248 <http://www1.ocn.ne.jp/~w-shakyo> わかやまし社協 検索



9月の敬老月間に際し、今年度100歳を迎える高齢者宅を市長、市社会福祉協議会会長、市民生委員・児童委員協議会会長の三者がお祝い訪問しました。【前列左より、津田会長(市社協)、今年100歳を迎えた大嶋様、尾花市長、福田会長(市民児協)】

10月1日～

赤い羽根共同募金運動にご協力をお願いします。



今年も10月1日から、全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります。皆様から寄せられましたご寄附は、和歌山市内をはじめ、県内の福祉施設の支援、福祉団体の育成、地域福祉活動の推進等、福祉の充実のために活かされます。皆様のあたたかいご支援・ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ 福祉振興班 ☎073-431-5247

～CONTENTS～

- 赤い羽根共同募金運動のご協力
- 和歌山市社会福祉大会の開催
- 社会福祉協議会にご協賛いただける企業や団体からの寄付金の募集
- 善意銀行への寄付のお礼
- 高齢者料理教室メニュー紹介コーナー
- 2014夏のボランティア体験学習
- ボランティア募集
- 災害ボランティアセンター設置運営訓練の開催
- 災害に備えて！～いざという時のために～
- 非常勤ホームヘルパー募集
- ふれあいサービス提供会員募集
- 緊急通報システム利用案内
- 各種相談所のご案内

11月は、人権啓発推進月間です。

人権を守れば見える明るい未来

和歌山市社会福祉大会を開催!

- 開催日 平成26年11月11日(火)午後1:30～
 - 場所 市民会館小ホール
 - 主催 和歌山市・和歌山市社会福祉協議会
 - 第一部 式典(表彰ほか)
 - 第二部 記念講演「人のつながり、ふるさとってすばらしい」
- 講師/女優・ヘルスケアカウンセラー 石井 苗子



少子高齢化、社会構造の変動などを背景に住民の福祉ニーズは益々多様化するなか福祉関係者が一堂に会し社会福祉の現況を再認識するとともに地域福祉のまちづくりを目指し、社会福祉大会を開催します。

社会福祉協議会にご協賛いただける企業や団体を募集しています!

社会福祉協議会では、会運営の安定性を図るとともに、市民誰もが住み慣れたところで生きがいを持って暮らせるまちづくり推進のための財源確保の一環として、当会の活動趣旨に賛同して財政的ご支援をいただける企業や団体の皆様を募集しています。地域福祉の一層の充実のため、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



- ◆寄付趣旨 / 社会福祉協議会の福祉活動に対する寄附金
- ◆金額 / 1口: 10,000円、何口でも可

善意銀行

善意銀行は皆様から温かい善意の寄付金を、市民の社会福祉向上に役立たせていただくために設けられたかけ橋です。市民の皆様のご協力をお願いいたします。

平成26年6月から平成26年8月までの寄託者は次の方です。(敬称略)
7月・ローレル(株) ご協力ありがとうございました。

お問い合わせ先 総務班 ☎073-431-5249

高齢者料理教室メニュー紹介コーナー

当協議会では、住み慣れた地域で健康で自立した生活が続けられるよう、高齢者が簡単に作れて食べやすい料理の説明と調理実習をし、毎日の食事作りの参考にさせていただくことを目的に開催しています。

今回は、湊地区社協主催でおこなわれた、同教室のメニューの一部を紹介します。
みなさん是非、試してみてください。



湊地区社協で作られたメニューの紹介

- ①豚とキャベツの巻煮 (写真右下)
 - ②千切りさつま芋バリバリサラダ (写真右上)
 - ③鶏肉の山椒焼き (写真左上の手前)
 - ④ベーコンとレタスのゆかり炒め (写真左上の奥)
 - ⑤干しえびのご飯 (写真左下)
- ①～③の作り方は次のとおりです。

①豚とキャベツの巻煮

- 豚バラスライス 8枚
- キャベツの葉大 4枚
- 土生姜(スライス) 1ヶ
- (A) 出汁 600CC
- { みりん 大さじ1
- { 酒 大さじ1
- { しょうゆ 大さじ1
- 片栗粉 適量

- ①キャベツをサツと水洗いしラップに包んで電子レンジで2分間加熱する。
- ②①のキャベツの芯を削り取り、水気をふいてキャベツの両端を空けて豚バラ肉をのせ巻煮の要領で巻き楊枝で止める。
- ③鍋に土生姜のスライスと(A)を入れ煮立て②を加え7～8分煮る。煮込んだキャベツを器に盛る。
- ④③残りの汁に水溶き片栗粉でとろみをつけ③にかける

1人分/熱量...178kcal、タンパク質...6g、脂質...15.3g

②千切りさつま芋バリバリサラダ

- さつま芋 1本
- にんにく 1ヶ
- アンチョビ 2枚
- オリーブオイル 大さじ2
- 薄口しょうゆ 小さじ2
- イタリアンパセリ 1枝

- ①さつま芋の皮をむき、千切りにし水につけてアクを抜き、熱湯で1分程茹で水につけて冷ます。
- ②フライパンでオリーブオイルを熱し、みじん切りにしたにんにく・アンチョビを入れ、香りが出るまで炒め、火を止め、薄口しょうゆ・イタリアンパセリを加え混ぜ合わせる。
- ③器に①を盛り、上から②を回しかける。

1人分/熱量...131kcal、タンパク質...1.4g、脂質...3.7g

③鶏肉の山椒焼き

- 鶏もも肉 2枚
- サラダ油 大さじ1
- 塩 少々
- (A) { しょうゆ 小さじ2
- { みりん 小さじ2
- { 酒 大さじ1
- { 粉山椒 小さじ1/2

- ①鶏もも肉の皮目をフォークを刺して穴をあけ、身の方は包丁で数本の切り目を入れる。
- ②フライパンに油を熱し①を皮目から中火で焼き、塩をふる。
- ③しっかりと焼き目がついたらひっくり返し、フタをして身の方も焼く。
- ④鶏肉に完全に火が通ったら火を止めキッチンペーパーでよく油を拭く。
- ⑤再び火をつけ(A)を入れてよくからめる。

1人分/熱量...217kcal、タンパク質...15.6g、脂質...16.4g

2014 夏のボランティア体験学習を開催しました



去る平成26年8月23日(土) 近畿運輸局和歌山運輸支局において、2014夏のボランティア体験学習~この夏、始めてみよう! ボランティア~を開催しました。

はじめに、和歌山市ボランティア連絡協議会の北出賀江子会長より、「ボランティア活動のきっかけづくりとして、おうちのお掃除やお料理など、まずは身近なお手伝いから始めてみましょう。」と説明があり、その後の体験メニューでは、車イス体験、交通バリアフリー体験、高齢者擬似体験、工作体験を行いました。参加者からは、「ボランティアの事が色々学べてとても勉強になりました。」等の感想をいただきました。

この体験学習で、ボランティアへの意識と理解を深め、今後のボランティア活動へのきっかけづくりになればと期待しています。

ボランティア募集!

始めてみませんか、ボランティア

ボランティアセンターでは、常時ボランティアを募集しています。自分にできることは何か、したいことは何か、どういう条件ならばできるかを考えて、ボランティア活動への第一歩を踏み出しましょう。

「ボランティアを始めたいけど、どうすればいいの?」という方、お気軽にお問い合わせください。



災害ボランティアセンター設置運営訓練開催!

~「住民同士のつながり」「地域の福祉力・防災力」の強化に向けて~

目的： 地域住民、ボランティアの方々と社協、関係機関が連携し、災害時効果的に機能するネットワークを構築、また参加者間の「顔の見える関係づくり」を目的に開催します。

日時：平成26年11月8日(土)9:00~12:00

場所：さんさん公園多目的広場(和歌山市さんさんセンター紀の川 西側)

**ボランティア活動に関心ある方
参加お待ちしております!**



災害に備えて!~いざという時のために~

- ◎避難所・避難経路を確認する
自分の居住する地域の避難場所を確認し、避難順路を確認しましょう。
- ◎食料・飲料水を備蓄しておく
食料や飲料水などの救援物資が届くまで時間がかかる場合があります。
- ◎非常用持ち出し品の準備
日頃から非常用持ち出し品を準備しておきましょう。
リストを作って持ち出し品のチェックをしておきましょう。
いつでも持ち出せるように、非常持ち出し袋に入れておきましょう。
- ◎事前に災害関連情報を得る
テレビ・ラジオなどの天気予報・気象情報から災害関係情報の収集を行いましょう。
- ◎家具等の固定
地震などにより倒れる恐れのある家具は固定しておきましょう。
就寝時の地震に備え、家具が倒れてこない場所にベッドや家具を配置しましょう。

これだけは必要 非常持ち出し袋の中身



お問い合わせ先：ボランティアセンター ☎073-431-0028

非常勤ホームヘルパー募集!

10/31(金)
締切

土・日
大歓迎

未経験の方も、ブランクのある方も大丈夫!最初は同行訪問や研修を通して丁寧に指導いたします。

- 募集人数/3名程度
- 採用予定日/平成26年12月 1日(月)
- 応募資格/介護職員初任者研修修了者
または、介護福祉士・ヘルパー養成研修2級以上。
- 給与/時給1,100円~(活動手当・移動手当等あり)
- 応募方法/履歴書(JIS規格)・介護福祉士登録証または養成研修修了証の写しを当協議会在宅福祉班へご持参または郵送下さい。後日、採用選考を実施します。

「住民参加型在宅福祉サービス」

ふれあいサービスの提供会員を募集しています

◎サービスを行う人(提供会員)がサービスを受ける人(利用会員)のご家庭を訪問し、家事援助・身の回りのお世話、通院・外出の付添い・産前産後のお手伝い等を行います。

「困ったときはお互いさま」の気持ちでの活動ですが、お互いの気遣い、サービスの持続性を考慮して有料・有償のサービスとなっています。

提供会員を募集中です。

お気軽にお問い合わせください。

- 年会費...1,000円(10月以降は500円)
- 活動費...平日(9:00~17:00)/1時間600円
平日時間外、土、日、祝日、年末年始/1時間1,000円

あなたの笑顔が
わたしの安心

緊急通報システム〈ペンダントはこころのささえ〉

和歌山市社会福祉協議会では緊急通報システムのサービスを行なっています。

自宅で事故や急病などにより助けが必要なとき、ペンダントのスイッチを押すことにより警備会社に緊急事態を知らせます。

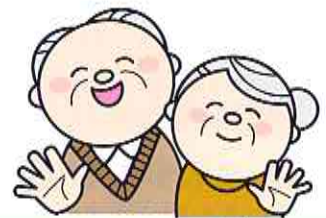
警備会社は24時間体制で監視しており、利用者から緊急通報の信号を受信した後、電話で確認し、場合によっては隊員が急行し、必要に応じ救急車の要請などを行います。

○無料で設置できる方

1人暮らしの高齢者(65才以上)又は1人暮らしで身体障害者手帳(1・2級)、療育手帳(A1・A2)をお持ちの方で、いずれも所得税が非課税の方。

○有料で設置できる方

60才以上又は身体障害者手帳(療育手帳)をお持ちの方
※無料・有料ともご利用できるのは、和歌山市在住の方に限ります。



お申込・お問合せ先

在宅福祉班

☎073-431-0410

和歌山市八番丁4番地 和歌山市八番丁館2階



在宅介護の事なら

まずはご相談ください。

○居宅介護支援事業所 ☎073-431-0224

○訪問介護事業所 ☎073-433-6578



心配ごと相談

- 日 時 毎週月・水・金曜日(祝日、年末年始を除く)午後1時~午後4時
- 場 所 和歌山市八番丁4番地(和歌山市八番丁館1階相談室)
- 相談方法 来所相談及び電話相談
電話番号
073-431-6658
- 相談内容 生計関係・家族関係等のあらゆる悩み事
- 相談員 和歌山市民生委員・児童委員、心配ごと専門相談員

法律相談(電話予約が必要です)

- 日 時 毎月第1金曜日(祝日、年始を除く)午後1時30分~午後4時
- 場 所 和歌山市小人町29番地(和歌山市あいあいセンター福祉交流館4階第5会議室)
- 予約方法 電話予約(定員6名になり次第締切)
※予約電話番号073-422-2081
※開催日前週の月曜日から受付(午前9時~午後5時)(土、日、年末年始を除く)※当日は午後2時30分まで受付
- 相談方法 来所相談のみ
- 相談内容 財産・権利・相続・賃貸契約等
- 相談員 弁護士

障がい児相談

- 日 時 毎月第3金曜日(祝日を除く)午後1時30分~午後3時30分
- 場 所 和歌山市小人町29番地(和歌山市あいあいセンター福祉交流館4階第5会議室)
- 相談方法 来所相談のみ
- 相談内容 障がい児に関する悩み事
- 相談員 和歌山市障がい児相談員



お問い合わせ先 地域福祉推進室 ☎073-422-2081

※相談は、すべて無料で、秘密は厳守します。
※裁判所で係争中のもや刑事事件は除きます。
※相談は和歌山市民の方に限ります。