

城北の福祉

ともに支え ともに生きる

第 68 号
2017, 4, 28
(平成29年)

編集・発行
城北地区
社会福祉
協議会

城北小学校に

縄跳び用具を寄贈

城北地区民生児童委員協議

会では、本年3月22日に民生

児童委員と主任児童委員の代

表者が、城北小学校を訪れ縄

跳び用具を寄贈しました。

用具は体力づくり、運動能

力の向上など

に活用するた

め、今春入学す

る新1年生が

対象です。

城北地区民

生児童委員協

議会は、登下校

の児童たちに

挨拶・見守り運

動などに取り

組み、子ども達

の健全育成に

協力していま

す。

贈呈式は校

長室で行われ、

小谷会長・副会

長2名と主任

児童委員1名が出席して行わ
れました。

縄跳び用具の寄贈は8年連

続で行われており、小谷会長

が「児童達の運動能力向上に

役立てて下さい」と長谷川校



小谷会長（右）から長谷川校長先生へ縄跳びを渡す

長先生に105個の縄跳び用
具を手渡しました。
校長先生は「縄跳びは気軽
にできる運動で、楽しく使用
しております。学校の児童達

福祉事業では、深刻な生活

課題の解決に向け、今までの

制度の対象とならない事案に

対応していく

機能が求めら

れています。

このため、

県内の社会福

祉法人が地域

における公益

的な取り組み

として協働

し、生活困難

者に対する相

談支援を行う

「えんくるり

事業」を28年

1月より開始

しました。

「えんくるり事業」は鳥取

県内の社会福祉法人が種別の

枠を超えて協働し、さまざま

な人の「助けて」「や」「困った」

にいち早く気付き、支援する

は地区の皆さんに育てても
らっておりありがたいことで
す」と感謝されていました。
(民生児童委員 西村仗行)

取り組みであります。

現在、社会福祉法人の責務

として求められている「地域

における公益的な取り組み」

として全県的に実施をめざし

ます。

今後の取り組みは、年々参

加法人を増やしながら、基金

や事業規模を拡大し、県民の

「安心・安全」を社会福祉法

人が率先して形成することを

目標としています。

問合せ先は次の通りです。

鳥取市伏野1729-5

(県立福祉人材研修

センター)

鳥取県社会福祉協議会

(地域福祉部)

TEL〇八五七-五九一六

三三二

※文章引用

鳥取県社会福祉協議会

平成29年3月1日発行

パンフレットより

「えんくるり」 事業ってなあ～に

金婚式・ダイヤモンド婚式

祝賀式の調査について

5月25日(木)鳥取市民会館で開催されます、金婚式(結婚して50年)ダイヤモンド婚式(結婚して60年)をお祝いする式典に参加されますご夫婦を城北地区社会福祉協議会ではこの3月に各町内会を通じて調査しているところであります。

鳥取市では、金婚式を迎えられる方々は昭和42年1月1日〜12月31日の間に結婚された方、また、ダイヤモンド婚式は昭和32年1月1日〜12月31日の間に結婚された方としております。

なお、戸籍上と事実婚との婚姻年月日が相違することがありますが、本人の申し出によるものとします。

申し込みいただきましたご夫婦の方には、式典の出欠に問わず、5月中旬に鳥取市から開催案内のハガキが郵送

されます。

また、昨年度の調査で申し込みいただけなかったご夫婦や本年度うっかり申し込みをしていなかったご夫婦の方は急いで城北公民館に連絡をお願い致します。

城北地区社会福祉協議会の

評議員会 (総会) 開催日決まる

総会に当たる評議員会開催日が5月14日(日)に決定致しましたのでお知らせ致します。

時間は午後1時30分より午後3時までです。

懇親・慰

労会は午後6時からと少し時

間が空きますが、関係者のみなさまには多数のご出席をお願いいたします。

この日は、地区社協を含む8団体の合同総会を予定していますので、この様な時間配分となりました。

よろしくお願い致します。

健康は笑いから

みなさんはどんな時に笑っていますか？

そして最近笑っていますか？

「笑う門には福来る」と昔の人は笑いの効果をよく知っていたのですね。

脳の研究が進むにつれて、笑いの効果は科学的に確認されています。

では、笑いの効能とは・・・

体の中の免疫細胞が活性化されることによりがん予防・認知症予防など様々な病に大きな効果が報告されています。

毎日、はつらつと笑顔でイキイキと過ごすことが大切な

のですが、なかなか思うようには行きませんよね。

そこで、とても良い方法があります、実は「作り笑い」でもOKなのです。

今日は、あまり笑わなかったなあ・・・などという時に、鏡に向かって口角を上げて作り笑いをするだけでも脳をリラックスさせたり、免疫力アップさせる効果があるとの報告もあり「笑う習慣」を身に付けることが健康を維持する秘訣です。

笑顔は、お手軽で無料・副作用もありませんしかも、効果は折り紙つきです。

さあ今日から、いやいや今から実行しましょう。

(総務班 橋本京子)

調理ボランティア 募集中

福祉活動の一環としておひとり暮らしの方を対象に年20回食事サービスをを行っています。

限られた経費の中で季節の食材を使っているのも美味しいお弁当を作ってくださいというボランティアの方々本当にありがとうございます。

受給者の方からは「いつも彩りよく考えられたお弁当で季節を感じていますよ」と嬉しい声を届けていただいています。

でも最近調理ボランティアの方の高齢化が進み人手不足で困っています。どうか皆さま空いた時間がありましたらお手伝いしてくださいませんか。どうかよろしくお願いいたします。

(食事ボランティア班)

訂正のお知らせ

1月に発行いたしました記事の見出しで「優勝は三好氏」のところグラウンドゴルフ優勝者を誤った別名で表記してしまいました。ここに訂正とおわびを申しあげます。



城北ふれあい教室

第9回 (168回)

西年の新年を迎え、今年最初の城北ふれあい教室が1月21日に開催されました。

健康チェックの後、講師の増田小百合さんによる軽妙なそして楽しい指導のもとタオルを使った運動を行いました。

「継続は力なり」、毎日運動を続ける大切さを痛感いたしました。

昼食をはさみ、午後は公民館事業でもある「マジックレクリエーション」によるマジックショウをいなば幸朋苑の福本大輔さんに演じていただきました。

笑いはどんな薬より体に良いと言われていきます。

「初笑い」で今年1年間元気に過ごせることを願いたい時を持ちました。

第10回 (169回)

3月18日53人の参加者がありました。

福本さんによるみごとなマジックです

恒例の健康検査で始まり午前中は、薬剤師・徳吉淳一さんに「薬のつきあい方」と題してご講演いただきました。飲み方を誤ると逆効果になる薬のリスクについてとか、健康寿命の延

ロンです。毎週水曜日の10時からお昼

城北ふらっとサロン 開設7年目を迎えて

伸を願う患者さんに薬が最高の効果をもたらすようにとの、熱い思いも感じました。また、乾燥剤は薬局でもらえ、お薬手帳持参で40円安くなるなどお得情報をありませ

感しました。午後は、「おしゃべりねずみさん」による涙腺が崩れそうなお話や能トレ童話で和やかに過ごしました。(ふれあい教室班 第9回 入江 順子 第10回 倉本 律子)

ふらっとサロンは、住民の皆様の間所づくりにと平成23年11月に立ち上げてから7年目を迎えます。誰でも

もいつでも予約なくふらっと来て、談笑の輪に入りいつでもふらっと退席できる、そんな気ままに参加できるサロン、それが城北ふらっとサ

ままで、月に一回はランチの日を設けていてスタッフの皆様は、毎回季節の食材を使い彩り豊かな食事を作ってくださっています。3月15日(水)には、市社協の前川さんにきていただき「ずっと城北地区で暮らしていくためには」をテーマでお話をして頂きました。その中で「一日6人の方と話せば認知症予防になりますよ」と言われ週一回でも出かけようと思ふとちよっとオシャレをして、ウキウキそんな気持ちで若返りの細胞を活発にするのではないのでしょうか。ふらっとサロンはまさにそんな気持ちにさせる場所ではないかと思っています。



7年目を迎えたふらっとサロンの様子

どうぞ皆様一度足を運んで見られませんか。美人スタッフ一同がお待ちしています。(世話人 橋本京子)



3月10日(金) 食事サービ
ス事業代表者会を開催いたし
ました。

橋本コーディネーターの挨拶の後、丸山大星の畠山さんから研修会に参加した報告をして頂きました。

食中毒予防のポイントをユーモアたっぷり交えた、お話しをしていただきました。

続いて平成28年度反省と新年度の献立を19町内代表と配食班で話し合いました。

物価高騰の折、限られた事業費の中でその時の季節、催事、価格を考慮し献立の計画を提示され、皆さんの意気込みを感じられる会となりました。

食材の新鮮・安全・安心を十二分に配慮し1年間よろしくお願ひします。

(配食班 梶谷月美)



平成29年度 食事サービス事業 (月別献立一覧表)

月日	献立内容	調理ボランティア担当	月日	献立内容	調理ボランティア担当
4/14 (金)	菜の花ご飯 魚の南蛮漬けと粉ふきいも 鶏のつくねと落、厚揚げの煮物 海老とアスパラの白和え かみなりこんにゃく 漬物・果物	田園3	11/10 (金)	大根の菜めし チキンカツ 煮魚 野菜の煮物 酢の物 漬物・果物	松並2北
4/28 (金)	白ご飯(青菜かけ) チキン&サラダ きのこと野菜の炊き合わせ 酢の物 漬物 果物	田園4	11/24 (金)	雑穀米ご飯 魚料理 野菜の炊き合わせ 玉子焼き 和え物 果物	甘味 田島
5/12 (金)	白ご飯 鶏もも肉の味噌炒め煮 竹の子の煮付け もやしと玉子の炒め物 小松菜のゴマ和え 漬物・果物	柏餅 青葉1 丸山大星 丸山西	12/8 (金)	赤飯 鯿大根 根菜のかき揚げ 紅白なます 漬物 果物	田園3
5/26 (金)	白ご飯 和風ハンバーグ かぼちゃサラダ 炊き合わせ ほうれん草ともやしのゴマ和え 漬物・果物	青葉2-2 青葉3	12/15 (金)	栗ご飯 牛肉料理 柿なます 粉ふきいも 漬物 果物	田園4
6/9 (金)	白ご飯 ささみのフライ・ポテトサラダ 豆腐ちくわの磯辺揚げ こんにゃくの甘辛煮 ほうれん草の和え物 漬物・果物	秋里	1/12 (金)	鮭のちらし寿司 揚げ鶏の甘酢煮 里芋と切り干し大根の煮付け ほうれん草の玉子とじ 漬物 果物	青葉1 丸山大星 丸山西
6/23 (金)	白ご飯(梅干し入り) 豚しゃぶ 根菜の煮物 キュウリとワカメの酢の物 ゆでたまご 漬物・果物	松並1	1/26 (金)	白ご飯 焼魚・だし巻き卵 ちくわの磯辺揚げ ふろふき大根・ポテトサラダ きゅうりとカニカマの酢の物 漬物・果物	青葉2-2 青葉3
9/8 (金)	ちらし寿司 玉子焼き 鶏の唐揚げ おひたし 煮物 漬物・果物	松並2 松並3	2/9 (金)	白ご飯 鯖の味噌煮 大根・人参・豚肉の炒め煮 大学芋 玉子焼き 漬物・果物	甘味 秋里
9/22 (金)	白ご飯 肉料理 ほうれん草ともやしのゴマ和え 酢の物 野菜の煮物 漬物・果物	青葉2-1 北町 南城北	2/23 (金)	生姜ご飯(ゆでキャベツ入り) 魚料理(フライ) 大根のそばろ煮 ウィンナーと玉葱の炒め ひじきのサラダ 漬物・果物	松並1
10/13 (金)	白ご飯 じゃがいもと牛肉のうま煮 ツナときやいんげんのゴマ和え 白ネギと豚挽肉のちぢみ 漬物 果物	美咲町 秋里タウン西	3/9 (金)	おはぎ(きなこ・あんこ) 玉子焼き 酢の物 鯖の唐揚げ 煮物 漬物・果物	松並2 松並3
10/27 (金)	栗ご飯 肉料理 厚揚げと野菜の味噌炒め 春雨の酢の物 漬物 果物	東秋里	3/23 (金)	白ご飯 魚料理 野菜サラダ 酢の物・煮豆 高野豆腐の玉子とじ 漬物・果物	桜餅 青葉2-1 北町 南城北

7. 8月を除く毎月2・4週金曜日但し、12月は2・3週金曜日