



優れた、より良い福祉コミュニティーをめざして

ふれあいネットワーク

まほろば

社協広報

第78号



アマニ活用講座

食べるだけじゃもったいない?!

ぼぼねっと企画が主催する公開セミナー4回目は、アマニの茎や実を使ったクリスマス用アレンジメントを作りました。参加者からは、「玄関に飾ってみたら思っていた以上に素敵にできて、ずっと眺めていたくらい(笑)」と大好評でした。

今後、5回目はお正月用しめ縄アレンジメント、6回目はアマニを使った料理教室を(平成30年1月27日(土))開催予定です。

興味がある方は是非ご参加ください。お待ちしております。

詳しくは社会福祉協議会(電話97-2102)まで!!

山形村福祉のつどい	1・2
鉢盛中学校福祉教育/公開セミナーのお知らせ	3
笑いが長寿の秘訣!/子どもひろば実行委員・協力ボランティア募集	4
ボランティアグループ紹介	5・6
赤い羽根・歳末たすけあい共同募金運動の実施結果 /山形小学校寄付/山形村赤十字奉仕団からのお知らせ	7

平成29年度 山形村福祉のつどい開催！！

～未来の子どもたちにつなぐふるさとPart2～

10月28日(土)、山形村農業者トレーニングセンターにて平成29年度山形村福祉のつどいを開催いたしました。

社会福祉協議会会長表彰

福祉活動功労者・福祉事業協力者の方々へ、表彰と感謝状をそれぞれ授与いたしました。地域福祉の発展に寄与された功績に感謝申し上げます。

福祉活動功労者 上大池老人クラブ 様

福祉事業功労者 匿名 ご本人の希望により匿名でのご紹介となりました。

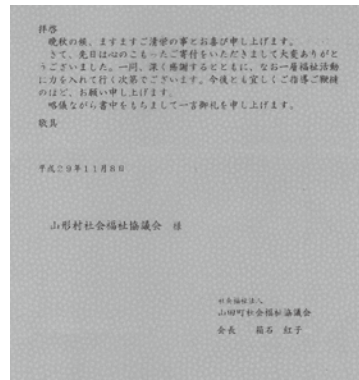


岩手県物産展 義援金送金報告

岩手県物産展売上 23,655円

※物産展の売上には、『ほぼねっと企画』で販売した山田の醤油の売上も含まれています。

平成29年11月8日に岩手県山田町社会福祉協議会へ売上金全額を送金させていただきました。



作業所販売

今年度は『就労支援センターすばる』、『森のこびと』、『コムハウス』の製品販売を行いました。

手作りのパンやクッキー、工作品や雑貨などが並び、来場された方々はそれぞれの製品を一つひとつ手に取って選ばれていました。

作業所の利用者さんやスタッフさんが自分たちで作った製品の説明をしながら販売し、来場された方に障害者の方々の取り組みや、作業所の様子を知っていただける良い機会となりました。

川柳

今回、初の試みだった川柳の募集は、「食」に関するお題でしたが、予想をはるかに上回る百十六句の応募がありました。

個人の投稿以外にも、山形小学校では全員で取り組んでくださったクラスからの投稿もあり、会場にはたくさんの方々が投稿され、大賑わいでした。

掲示された句の中から、会場にお越しいただいた皆様の投票によって選ばれた優秀賞三句をご紹介します。

食へ過ぎて 鏡にうつる あれは誰
それやこれ 嫌と言いつつ まるちゃんさん
中高年 ふえるはせい肉 へるは金 堀佳枝さん
笑顔だいすきさん

ユーモアに溢れ、心の温まるたくさんの作品のご応募、ありがとうございます。

子ども用品リサイクル

今回のリサイクル会には、チャイルドシート・ベビーカー・ベビラック等、全十品の提供があり、その内、六品の引き取りが成立いたしました。ご協力ありがとうございました。

ご自宅に使用しそうな子ども用品はありませんか？

お子さんが生まれ、子ども用品を探してはいませんか？

山形村社会福祉協議会では、年数回子ども用品のリサイクルを行っています。本年度は、一月、三月にある子育てサロンにて開催致しますので、是非ご活用ください。

もったいない食堂 開店

～もったいない地元食材を食べつくそう～

『農家や住民の方より、ご自宅で使いきれずにある食材を提供していただき、山形村赤十字奉仕団・山形村農村生活マイスター・JA松本ハイランド女性部山形支部の方に食事を作っていただきました。その食事を来場者が皆で仲良く食べよう』というイベントを開催しました。

当日は提供していただいた野菜や果物・お米を使って、「トマト入り野菜スープ」「炊き込みご飯」を予定していましたがそのほかに、酢の物や和え物など即興で6品も出来上がりました。

食事をした方からは、「こんなにたくさん野菜が入っているけど、本当に使いきれなかった食材なの?」「美味しかった～!」と感想が多く聞かれ、大満足の企画となりました。



シンポジウム ～未来の子どもたちにつなぐ食～

松本大学総合経営学部専任講師 今村篤史氏の司会により、『未来の子どもたちにつなぐ食』をテーマに、シンポジウムを開催しました。

活動事例発表

◆山形小学校 栄養教諭 杉木 悦子氏

山形小学校で行なった給食に関するアンケートから、「朝食を時々食べない」と答える子どもが全体の8%いることがわかりました。その理由は「食べる時間がない」が最も多く、夜寝る時間が遅くなり、朝なかなか起きられず排泄もできていないから、朝ご飯が食べられないのではないかと考えられます。



『朝食、夕食を誰と食べているか』では、「家族や大人と一緒に食べている」という回答が最も多かったことから、孤食ではなく誰かと一緒に食事ができていることがわかりました。

山形小学校の給食は、「おいしいごはんを子ども達に食べてもらいたい」という調理員さんの願いから、朝一番に手で研いだお米でご飯を炊いています。

山形村で作った野菜・果物や米等の食材を給食に取り入れ、子どもたち一人ひとりが豊かに育つ食育に取り組んでいます。



◆日本食育協会 上級食育指導士 中村 真紀子氏

日本人は欧米人に比べて穀物を多く食べるので、摂取した穀物を消化するために小腸が長くなったこと、実際のどのくらいの長さがあるのか内臓の様子を分かり易く模型を使って説明しました。

◇良くない食事例

『オカアサンヤスメハハキトク』

- オ…オムライス
- カ…カレーライス
- ア…アイスクリーム
- サン…サンドイッチ
- ヤ…焼きそば
- ス…スバゲッティー
- メ…目玉焼き
- ハ…ハンバーグ
- ハ…ハムエッグ
- キ…ギョーザ
- ト…トンカツとトースト
- ク…クリームシチュー

柔らかいのであまり噛まずに食べてしまう。ビタミンとミネラルが少なく、ミネラルの中のカルシウムが不足しやすい。動物性脂肪が多く含まれていて高カロリーであるため、生活習慣病の原因になる可能性があります。

生活習慣病の予防・コレステロールを下げる・老化予防・疲労回復など、良いことがたくさんあります!

◇良い食事例

『まごわやさしいこ』

- ま…まめ (豆類)
- ご…ごま (種実類)
- わ…わかめ (海藻類)
- や…野菜
- さ…さかな (魚介類)
- し…しいたけ (きのこ類)
- い…いも (いも類)
- こ…こめ

◆信州手打ちそば そば幸店主 根橋 昌希氏

生まれも育ちも山形村で、子供のころから近所の人たちにお世話になっていました。昔は、近所付き合いも盛んで、どこの子か誰かがわかっていたが、今は近所との繋がりの機会が少なくなってきて、とても寂しい状況だと感じています。自分も今まで近所の方に助けてもらったように、何か子どもたちにしてあげられることはないか・・・と考えました。

そこで、この仕事を始めてから、地域の子どもたちと一緒にそばの種まきや収穫を行なっています。子どもたちに山形村の特産品を知ってもらうことで、食から地域の繋がりを深めるための活動になってほしいと願っています。

笑いが長寿の秘訣!～地域交流事業～

11月12日(日)、上大池コミュニティセンターで「お元気会」が開催されました。

毎年、公民館社会部の皆さんが上大池の高齢者のお元気を祈って、趣向をこらした敬老の会を催しています。今年は初めて社会福祉協議会も協力させていただき、古今亭菊生師匠をお招きした落語会を開催しました。

菊生師匠の「片棒」「幾代餅(いくよ餅)」という話芸で、40人を超える会場の皆さんは大いに盛り上がっていました。

その後、菊生師匠も交えた食事会では「こんな間近で落語を見たのははじめて」というお客さんの声や、同じ上大池地区の仲間同士では「久しぶりに行き会えた人がいてうれしかった。元気だったかい(会)?」といった喜びの声が聞かれました。



子どもひろば実行委員・協力スタッフ 大募集!

今年度も「冬休み子どもひろば」を開催いたします。

そんなイベントの企画・運営を行う**子どもひろば実行委員**や、当日の子どもたちの遊びの見守りや、食事作りのお手伝いをしてくださる**協力スタッフ**を募集しています。

子どもたちと一緒に楽しい1日を過ごしませんか?
お父さん・お母さんも大歓迎!
ご協力いただける時間だけでも構いません。
ご参加いただける内容についてもご相談ください。
もち米や野菜の寄付も大歓迎です!
お待ちしております。



みんなで一緒にお弁当。
「今日のおかずは何が入ってるの?」



みんなで作ったお餅。
きなこにゴマ…全部食べたい!



ボランティアさんと書初めの練習中

子どもひろばとは、山形村の子どもたちをみんなで育て、見守っていける地域づくりを目指して、長期休み中の子どもの居場所づくりと学年・世代を超えた人との交流を目的に企画されました。

平成30年1月5日(金) 9時30分～16時

場 所：下大池コミュニティセンター

参加費：200円(昼食代)

※その他、ボランティア保険代350円

【お申し込み・お問い合わせ先】

山形村ボランティアセンター

TEL：97-2102

担当：吉澤・西澤・宮田・吉田

ボランティアグループ

～指定福祉活動支援助成金（共同募金財源）を交付している

山形村食生活改善推進協議会

会長 百瀬 みすゞ

- *活動開始 昭和60年
- *会員数 16名
- *主な活動内容 食育



調理実習の様子



トマトケチャップ作り

「わたしたちの健康はわたしたちの手で」をスローガンに活動しているボランティア団体です。略して「食改（しょくかい）」と呼ばれています。定期的な調理実習や運動などの研修会を通して健康づくりに関する知識を深め、まずは自分が健康的な生活習慣の実践者となり、そのうえで身近な方々にも「食」を中心とした健康づくりの輪を広げていく活動をしています。定期的な研修会では、減塩や骨太などの調理教室はもちろんのこと、やしょうま作りやケチャップ作りも行い、家庭での料理のレパートリーを増やすことができます。

ボランティア活動では、村の様々な事業のお手伝いをしています。乳幼児の親子や小学生に対するものは、離乳食教室や虫歯予防教室での離乳食・幼児のおやつ作り、まゆ玉作りの教室、小学生がトレーニングセンターに寝泊まりして学校に通う「リーダー養成通学学舎」での食事作りなど、食育のボランティア活動を行なっています。慣れない手つきで一生懸命作り、出来上がった料理に一喜一憂し、子どもたちの目を輝かせている姿を見ることができます。食を通してより良い食習慣を身につけて、作ることの楽しさを知ってもらいこ

れからの生活に生かしてほしいと願っています。

また、研修会で覚えたやしょうま作りの講習会を行い、作った物をピアやまがたへ持っていくなど、伝統食の継承活動もしています。

村からの委託事業の「きましょ講座」では、各公民館などでの調理実習を担当し、「生涯骨太クッキング」の研修会で学んだ料理を地域の皆さんへお伝えしています。

料理講習や村の事業のボランティアを通してお料理を楽しく作ってもらいながら、簡単で減塩、さらに美味しい食改の料理を伝え、子どもから大人まで、皆さんが健康で過ごせるような活動を続けていきたいと思っています。

食改では、一緒に活動してくれる方を募集中です。性別・年齢問わず、「食」と「健康」に興味のある方は、是非お声掛けください。



運動などの研修会の様子

お問い合わせ先（事務局）
山形村役場保健福祉課
TEL：97-2100 粟津原

の紹介

団体を紹介します～

お問い合わせ先
山形村ボランティアセンター
Tel.97-2102

トトロクラブ

代表 赤羽 未来子

☆活動開始 平成24年～
☆会員数 親子12組
☆主な活動内容 2歳児の親子の子育て支援

トトロクラブは、行政で運営されていた2歳児学級が無くなるのをきっかけに、“2歳児親子のふれあい活動の場”として、平成24年度から毎年、2歳児の有志のお母さん方が引き継ぎながら活動しております。今年度は12組の親子が元気に活動しております。

活動は5月～翌年3月まで月1回、年間で11回、主に「ふれあいの館」で行なっております。今年度は消防署見学、和紙染め遊び、リトミック他、10月には初めてハロウィンパーティーを行い、仮装パレードを行いました。また12月にはクリスマス会、1月にはパン作り教室を行う予定で、親子で様々な活動を行うことができます。

トトロクラブは主に「親子の触れ合い」「子ども同士の交流」「親同士の交流」の支援を目的としています。

【親子のふれあい】

近年は多くのお子さんが年少さんまでに就園します。2歳児は日中を

家庭で過ごす就園前最後の1年となりますので、親子のスキンシップを十分に図れるようにしています。

今年はトトロクラブを経験したお母さん方や友人にサポートに入っただき、活動準備の他、活動中には弟や妹のいる方のお世話をお願いしております。そのため、安心してお子さんと向き合っ活動することができます。

【子ども同士の交流】

トトロクラブと他の子育てサークルとの大きな違いは「2歳児」と年齢を限定している＝同学年の子なので、みんなで同じ活動を行うことができることです。自我が芽生え、色々なことに挑戦したがる活発なところ、人の話を聞いて行動することができるようになる時期の子どもに合わせた活動



【9月運動会】

金メダルをもらったよ！

をしています。時にはおもちゃの取り合いなどもありますが、それも集団で生活することを学ぶ大切な場面です。大勢の中で活動することが苦手なお子さんにとっては、子ども同士交流することで、就園後の集団生活に馴染みやすいようにする慣らしの場にもなります。

【親同士の交流】

お母さん方が子育ての悩みを共有したり、情報交換の場でもあります。子育ての悩みは子どもの年齢によって変わるもの。同学年の子を持つからこそ分かる悩みを話し合ったり、保育園・幼稚園等の進路について話したり、お仕事の話だったり。お弁当を持参する方も多く、活動後にお昼を食べながらお話ししています。トトロクラブOGの先輩ママさんもいますので、第1子のお母さんにはとても心強いです。トトロクラブで日頃の疲れやストレスを減らして、楽しんで子育てをしてほしいと思います。

今年度はあと3回となりますが、トトロクラブに参加したい方、また、来年度トトロクラブに参加してみたい・運営したいという方がいましたら、ぜひご連絡ください。



【6月の消防署見学】
様々な消防車に乗せてもらいました



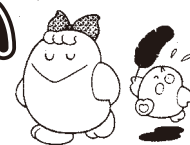
【10月ハロウィンパーティー】
児童館からすすくまで
仮装パレードをしました。

お問い合わせ先
赤羽 未来子
Mail : totoroclub17@ahk.jp

あたたかな善意、ありがとうございます



赤い羽根・歳末たすけあい 共同募金運動の実施結果



平成29年度／赤い羽根・歳末たすけあい共同募金運動を、10月1日から10月31日にかけて実施したところ、下表のような実績となり、全額を長野県共同募金会へ送金します。この募金は、その一部が平成30年度において、配分金として山形村社会福祉協議会へ交付され、村内の福祉事業（指定福祉活動支援助成金等）に充てられます。

総合計 1,962,900円

平成29年12月00日現在（単位：円）

上大池	中大池	小坂	下大池	上竹田	下竹田	職域	山形小学校	鉢盛中学校	村内公共施設等	募金総額
218,500	183,000	379,000	197,000	493,000	464,000	14,331		8,740	5,329	1,962,900

山形小学校寄付

山形村赤十字奉仕団からのお知らせ

山形村赤十字奉仕団では、日本赤十字社長野県支部より講師を招き「避難所体験ゲーム（ひなた）」の研修会を行います。

避難所で起きうる状況への理解と適切な対応などを卓上でのゲームを通して理解を深める研修です。

避難所で起こる様々な出来事への理解を深めることで、いざという時に必ず役に立つ内容です。是非、赤十字奉仕団の団員はじめ、村民の皆さんにも体験をしていただき活用していただきたいと思っております。

被災すれば、必ず利用するであろう避難所の体験を私たちと一緒に学んでみませんか？

皆さんの、参加をお待ちしております。

日時 平成30年2月24日(土) 午後13時30分～午後15時（予定）

場所 山形村保健福祉センターいちいの里「研修室」

参加費 無料

お申し込み・お問い合わせ先

山形村社会福祉協議会事務局（長野県東筑摩郡山形村4520-1）

日本赤十字社長野県支部山形村分区並びに赤十字奉仕団事務局

☎ 0263-97-2102

まほろば（社協広報／第78号）平成29年12月22日発行

●発行所 社会福祉法人 山形村社会福祉協議会（山形村保健福祉センターいちいの里内）
〒390-1301 長野県東筑摩郡山形村4520番地の1 ☎0263 (97) 2102 FAX0263 (97) 2108

ホームページアドレス <http://poponet-yamagata.or.jp/>

●「まほろば」に掲載できなかった記事についてはホームページに掲載されていますので是非ご覧ください。

この印刷物は植物油インキおよび再生紙を使用しています。