

みよちゃん

社協だより

91

令和3年3月発行
御代田町社会福祉協議会

「みよちゃん」は皆様の社協会費、共同募金で発行されています



様々な仕事を請け負っています

やまゆり共同作業所 管理者 鷹野 由紀

「やまゆり共同作業所」は「障がいを持つ人も地域の中で自分らしく輝くことができる」という理念の下、地域の中の作業所として、地域に開かれた運営を目指して日々活動を展開しています。

利用者がそれぞれの目的を持ち、作業的活動の中で工賃を得ています。ほぼ毎日行っている役場庁舎の清掃活動は、朝一番に行うとても重要な仕事です。十数名の利用者と職員で庁舎へ出向き、各棟の玄関やホール、トイレ、会議室等の清掃を行います。役場職員の方をはじめ、多くの地域住民の方とのふれあいもあり、大変やりがいのある仕事です。その他エコールームや縄文ミュージアムの勾玉制作のキットの下処理作業も請け負っています。また、ふるさと納税の返礼品として作業所で制作しているクラフトテープのカゴバックを取り扱っていただいています。

現在の新しい取り組みとしては「MIXOTALライ麦ストロープロジェクト」より依頼を受けたストローの選別、採寸、切断と最終梱包作業です。これはTVでも作業風景が放映されました。また今後の注目の作業は、昨年新聞にも掲載された「御代田町切手でふるさと納税事業」のお手伝いとして、町へ納税された切手を決められた額で封筒に張り付けるといった仕事です。まだ、始まったばかりですが良い仕事ができる様に精一杯取り組んでいきたいと思っています。

コロナ禍で様々な制限があった一年でした。本当は季節の行事が沢山あり、仕事の中でも楽しみや張り合いを持ちながら取り組めていましたが、昨年は本当に我慢を重ねる日々...それでも、毎日仕事ができる喜びを噛み締めて。また、明日から利用者とともに歩んでいきたいと考えています。

おうちde クッキング

今回は、無化学肥料、無農薬の自然栽培で野菜を作っている、もぐりん(主宰・酒出佐登美さん)さんの「松本地大根」を使い、町内在住の岡本雅恵さんにレシピを教えてくださいました。

鶏ささみと

大根の梅しそ春巻き

材料 (10 個分)

鶏ささみ(筋を取っておく)	3〜4本
大根	1/6本(正味200g)
梅干し	約1個
しそ	10枚
塩	少々
胡椒	少々
春巻きの皮	1袋(10枚)
揚げ油	適量

<作り方>

- 1 大根の皮をむき細切りにし、ボウルに入れて塩で和えて10分ほどおく。
- 2 鶏ささみを2cm幅にカットする。
- 3 春巻きの皮の中央に、しそを1枚のせ、その上にぎゅっと水気をしぼった大根、カットした鶏ささみ3〜4切れ、ちぎった梅干しを少しずつのせて胡椒をひく。
- 4 春巻きの皮で具材を包み、巻き終わりは水をつけて糊付けする。
- 5 170〜180℃に熱した油で、こんがりきつね色になるまで揚げる。

松本地大根…信州松本の伝統野菜。肉質はキメが細かく歯切れよく風味があり、主に漬物に使用されます。つぼ漬けや切り干し大根にもおすすめです。

はじめまして、こんにちは。岡本雅恵と申します。昨年2月末に御代田町へ家族で移住してきました。私は、東京で友人と「TORI」というカフェを営んでおり、子どもが生まれてからは、ケータリングや企業様向けのレシピ開発、親子向けのワークショップ、地方の6次加工の講師などをしていました。ご縁があり、ハートピアみよたの隣にある「ふれあいファーム」で畑に携わることで、収穫の喜びや農家さんの大変さを知ることができ、実りある時間を過ごすことができました。そんななかで、より地元の方々と繋がりながら私ができることを食を通して形にしていきたいという想いが募り、畑の隣にある古民家を「Rom(ロム)」という屋号で自身のアトリエとして借り、現在は準備中です。四季を感じながら、豊かな食材を使い、ケータリングやテイクアウトを中心に美味しい料理を届けられたらいいなと思っています。食に限らず、ピラティスやヨガの教室を開催したり、親子向けのアトラスクールもいずれできたらと夢が膨らんでいます。このご時世の中、直接対面することの難しさはありますが、地域の皆様が集える場所になるよう願っています。どうぞよろしく願います！



健幸教室 やってます！！

やかに せになれる

「長野県地域発元気づくり支援金事業」により行っています。



『ボディスパイダー』という運動器具で、足上げの鍛錬。
意外ときついです。



バランスボール。
慣れると体の重心が安定するようになります。



運動機器を使って、自分のペースで。
『イチ、ニー、サン、シ』



理学療法士の指導により、ストレッチポールでの運動。
背筋が伸びて、気持ちいい！

昨年の12月4日から毎週金曜日に「ハートピアみよた」で、健幸教室が始まりました。

教室のコンセプトは、『仲間と楽しく運動、笑って健幸に』です。

第1期生14名が、毎週、楽しい雰囲気の中で運動をしています。

受講されている方にお話をお聴きすると「体の調子が良くなった」

「ここに来るのが楽しみ」など、笑顔でおっしゃられていました。

1月は新型コロナウイルス感染症の影響で、お休みとなってしまいましたが、
2月12日から再開しています。



町のこんなところにも

昨今のコロナ禍において、私たちの生活や意識は一変しました。「思うように働くことができない」「収入が減ってしまった」など、様々な困難に直面している人も少なくないのではないのでしょうか？

前号の「みよちゃん」でもご紹介した通り、社会福祉協議会では、フードバンク事業等を通して支援活動を行っています。今回は、御代田町内で独自に支援活動をしている団体の活動内容をご紹介します。

「NPO法人 まちの縁側から」

こちらの法人では誰でも無料で利用できる

- ① 学用品リユース
- ② フードパントリー
- ③ 学習支援

の3つを、昨年末新たにスタートさせました。以前から行われていた④ ことも食堂みよたに続き、多方面からの支援をおこなっています。

① 学用品リユース

進級や

卒業により不要になったものを、新たに必要とする人の手に引き継ぐ取り組みです。

制服、運動着、書道や

絵の具のセット、ランドセル、辞書など、捨ててしまふのは忍びないと感じている方から、それらを一旦お預かりし、必要としている方へお譲りするという活動です。

利用者のお名前や住所、



連絡先は一切聞かないので、プライバシーも保たれます。ただし、欲しいものが必ずあるとは限らないので、無かった場合は予約やご相談などしてみてください。匿名での対応や、諸機関を通しての受渡しにも対応してくれます。



すべて無料でお譲りしています



② フードパントリー

過剰在庫等、処分に困った食糧を預かり、食に困っている人にお譲りする事業です。期間を限定することなく、ほぼ毎日受け付けているのは、利用者にとって安心です。もちろん、お名前等の報告は不要です。

優しくあたたかな支援は

③ 学習支援

学校の授業でわからないことがある時に、聞ける人や場所があればいいな、と感じている子ども達のために、学習支援をおこなっています。学校帰りにちよつと寄って、わからないところを解決して、ついでに宿題もここで終わらせれば、次の日も自信をもって授業に臨めます。

この学習支援は、子ども同士の支え合いや自立を尊重しながら、ベテランの塾の講師が付き添うスタイル。「友達がやっているから」という理由で、苦手だった学習が続けられているお子さんがいるそうです。また、上級生が下級生の面倒をみると



いう子どもの自覚も芽生えているそうです。

④ こども食堂

昨日、よく耳にするようになった子ども食堂も併設しています。



子どもは無料（大人は1食300円）で温かくて美味しいごはんをいただくことができます。こちらの食堂は、ただ食事を提供するだけではありません。生きていく力を育むために、子ども達にも料理作りに関わらせています。自分で作り、片付けも手伝うことで、子どもが本来もっている生命力を養っています。

対応日時（毎週） ※は併設の「こども食堂みよた」にて対応

曜日	15時	16時	17時	18時	19時	20時
月～金			学習支援 フードパントリー ※ リユース ※			こども食堂
土日	フードパントリー リユース	学習支援(第1,3,5土日のみ)				こども食堂 (隔週)

「まちの縁側」の名の通り、いつでも気軽に立ち寄れる居場所を提供してくれています。頼れる場所が身近にあるというのは、とてもありがたいことです。



▲御代田 2670-67（平和台）

【ご協力をお願い】

これらの事業は、一般の方からの寄付を必要としています。

●賞味期限が1か月以上ある食品、（お米や缶詰、レトルト食品等）の寄付をお願いします。生鮮食品の場合は、こども食堂で使用）

●不要となった学用品。特に、御代田中学校の制服（男女）、書道用具。その他、ピア二力や辞書等は、子ども達が気持ちよく使える状態のもの。ノート、鉛筆、消しゴム等の文房具。

「これは必要？」と悩むもの、在庫の問い合わせは左記へ。

NPO法人まちの縁側なから
小林 重太郎
(090・3473・8387)

第四十二回 御代田町社会福祉大会 エコールみよた

御代田町社会福祉協議会と御代田町共同募金委員会は、令和二年十一月二十八日（土）、「エコールみよた」で第四十二回御代田町社会福祉大会を開催しました。

今年度はコロナ禍での開催ということもあり、時間を短縮し出席者も限定座席間隔も空けるなど、感染対策を徹底して実施しました。また、講演会もあらかじめ撮影した映像を会場で上映する形での、一般には非公開とした形でのビデオセミナーになりました。



午後一時半に開会し、昨年度社会福祉に貢献された方への表彰状及び感謝状の贈呈、共同募金大口寄付者への感謝状贈呈に続き「地域共生社会の実践事例から学ぶ、今後における地域づくりのヒント」という演題で、全国手をつなぐ育成会常務理事兼事務局長の又村あおい氏の講演を頂戴しました。

また今回は表彰式やエンディングの場面で御代田町を拠点に活動されておられるチェリストの蒼井大地氏が生演奏で雰囲気盛り上げて頂きました。



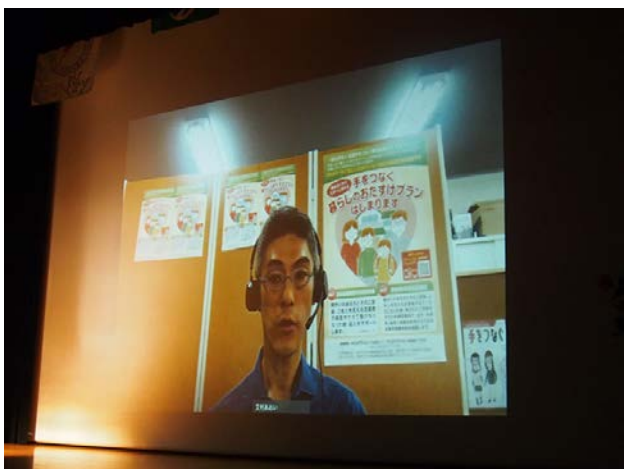
表彰状贈呈者（社会福祉功労者）

土屋 一男様
柳澤 美恵子様
荻原 史朗様
相原 千恵子様
佐藤 規子様
古越 孝子様
佐藤 トミ子様
荻原 妙子様



今回の講演会、又村あおい氏のビデオセミナーでは、「これからの地域共生社会とはなにか？」というテーマで初めて考える人にも理解しやすいよう深く掘り下げて解説してくださり、参加された方のアンケートの中にも「解りやすかった」と、ありました。

例年と違いコロナ禍での開催という難しい環境下でしたが、特異な条件下であるからこそ、いろいろ考えさせるコンパクトであっても内容の濃い大会となりました。



ご 寄 附 御 礼

(令和2年11月～令和3年3月)

- 御代田町ゲートボール連盟 様
5,000 円
- 古越 様
500,000 円

福祉のために役立たせていただきます。
ご協力ありがとうございます。

御代田町ボランティア地域活動センター及び 御代田町災害ボランティアセンター運営について

令和3年4月より御代田町の委託事業として、既存の御代田町ボランティア地域活動センターの更なる機能の充実を図るためリニューアルを予定しています。平時におけるボランティア及び地域活動が活発になるほど、有事の際にもこうした活動を活かしていくため、地域のあらゆる「力」を結集して、御代田町ボランティア地域活動センター及び御代田町災害ボランティアセンターを育てていきたいと思っておりますので、今後とも皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

令和2年度 赤い羽根共同募金実績報告

個別募金	3095 件	1,582,668 円
法人募金	371 件	1,077,500 円
学校募金	3 件	16,223 円
職域募金	3 件	113,714 円
個人募金	102 件	502,000 円
その他の募金	7 件	187,245 円
合 計	3581 件	3,479,350 円

皆様の善意に、感謝申し上げます。

御代田町社会福祉協議会では、
介護職の契約職員を募集しています。

- 1、介護職員……デイサービス、宅老所における介護業務
＜勤務条件＞
1日8時間（8:15～17:00）週2～3日の勤務
希望の勤務時間等がありましたら、相談に応じます。
時間給：900円～1000円（経験年数などに応じて決定します。）
雇用契約：年度ごと
- 2、訪問介護職員……ご利用者様お宅での身体介護、生活援助業務
＜勤務条件＞
週3日～4日の勤務（1日の勤務時間は訪問件数等により変動します。）
希望の勤務時間等がありましたら、相談に応じます。
時間給：900円～1000円（経験年数などに応じて決定します。）
雇用契約：年度ごと

地域の皆様の介護に、生き甲斐を感じる方の応募をお待ちしています。
詳しくは、総務福祉係 大木（tel 32-1100）までご連絡ください。

社協だより みよちゃん No. 91



発行日：令和3年3月25日
発行者：社会福祉法人

御代田町社会福祉協議会
御代田町御代田 1772 番地 1
TEL: 0267-32-1100
FAX: 0267-32-1111

（編集後記） コロナ禍の影響もあるのか、御代田に住んでいると最近特に移住者が増えていっているように感じます。御代田町は佐久圏域で最も六十五歳以下の人口比率が高く、若年層の人口が増えている自治体です。首都圏から比較的アクセスしやすく冷涼な気候、浅間山の麓で八ヶ岳も望め軽井沢と小諸と佐久に囲まれた立地条件も魅力なのでしょうか。
思えば自分も三十年前に越してきた移住者ですが、長く住んでいるとこの土地の素晴らしさが当たり前になってしまい、当初感動していた様々な感覚を忘れがちです。せっかく縁あってこの土地に住み着いたのだから、やはりここでのいかに幸せに暮らしていくのか追求していかなければなりません。様々に変わりゆく社会、新しく来られた方も、この町で老若男女皆が楽しく生きていく為に、地の人と共に考えていきませんか。（飛松）

ボランティア便り

とうもろこし

発行 御代田町ボランティア地域活動連絡協議会

No.75



編集後記

今年度の「ボランティア地域活動の集い」は、シトラスリボン作りを予定していましたが、コロナ禍で延期となりました。

こんな時こそ、ホッとするひと時を皆さんへと思い「週刊さくだら」でお馴染みの山口さんに、原稿をお願いしました。

暖かい春になったら、また皆さんと顔を合わせて活動が少しずつ始まっていけることを、心から願っています。春よ来い！

上原京子

赤い鼻緒のみよちゃん

馬瀬口 山口茂雄

新型コロナウイルスに振り回されている昨今、巣ごもり中にテレビ視聴から離れて体と頭の体操はいかがでしょうか。「布ぞうりの会御代田」は以前から「町の縁側あさひ」やハートピア、きなんし祭、紅葉祭などで布草履作りをしてきました。作業は指先を使い手の感覚を体全体で覚える良い活動と思っています。同好の方は町内に何人もおられます。ちょっとお声をかけていただければ、マンツーマンで体験できます。

小さいものはお守り位の大きさから「一歳餅」の時に履かせたい赤ちゃん用、さらに上級者はスリッパまで、使わなくなった古布で編み上げてします。従って材料費はあまりかかりませんし、自作ですからお好みのように仕上がります。赤い鼻緒の草履をいくつも作りました。

日常生活は靴とスリッパがほとんどですが、足裏全体で感じる草履独特の良さがあります。季節季節に合わせた草履を履いてみるのも一つでしょう。コロナ禍後には活動を再開したいと思っています。皆さんも一度体験してみてはいかがでしょうか。



ひらめいたら、下の空マスにひらがな1字を入れて、A～Eの順に読んでみてください。
ヒント・・・待ち遠しいですね。

	か	み	え	せ
A				
B				
C				
D				
E				
な				
た				
ま				
お				
し				
ん				

A	B	C	D	E

ただいま、おかえりって
言いあえるまでに
みんなで広げよう、
シトラスリボンプロジェクト。



Citrus
Ribbon
PROJECT

from ehime