

第12回 美咲町社会福祉大会を開催しました！



10月1日(日)に旧打穴小学校体育館（現：就労継続支援B型作業所さくらの実）にて美咲町社会福祉大会を開催しました。

式典では多年にわたり地域福祉活動に功績のあった個人・団体の表彰、また共同募金活動の啓発のため工夫を凝らした手づくり募金箱やポスターを作成して下さった皆様への表彰を行いました。

また、記念講演では「ヤングケアラーについて正しく知ろう」と題して、特定非営利活動法人ふうせんの会の三島さまと川崎さまをお招きし、ご講演いただきました。

多くの方々にご来場いただき、ありがとうございました。

◎社会福祉大会の様子は、2ページにも掲載しています。合わせてご覧ください。

今月号の おもな内容

- 第12回美咲町社会福祉大会の報告
- 笑顔のお届け便2023開催のお知らせ



Facebook

「みしゃモン福祉だより」で検索!!

発行：社会福祉法人 美咲町社会福祉協議会

〒709-3717 岡山県久米郡美咲町原田3108-10 TEL.0868-66-2940 FAX.0868-66-2941
Email: m-syakyo-h@cyerry.net ホームページ: <https://misakicho-shakyo.jp/>

令和4年1月より美咲町社会福祉協議会（地域福祉課66-7223、権利擁護センター66-0970、地域包括支援センター66-1119）では通話を録音させていただいております。ご了承ください。

この広報誌は、社会福祉協議会が共同募金の配分を受け、発行しています。

第12回 美咲町社会福祉大会

受賞おめでとうございます！

【美咲町社会福祉協議会会長表彰】

◎民生委員児童委員功労者

民生委員児童委員 宮尾 正道 様

◎社会福祉事業団体功労者

特定非営利活動法人やまさくら

松田 慶枝 様

特定非営利活動法人美咲ももたろうクラブ

表田 実典 様

【美咲町社会福祉協議会会長感謝】

高額寄付者 日名川 茂美 様

高額寄付者 杉本 美佐子 様

高額寄付者 杉山 邦彦 様

美咲町社会福祉協議会 職員 鈴鹿 美紀恵 様

久保 佳子 様

宮本 智佐子 様



【美咲町共同募金委員会会長表彰】

わたしのまちの赤い羽根手づくり募金箱

◎会長賞 名和 美玲 様

◎ペアでキュート♡いやされるで賞

角南 怜奈 角南 歩奈 様

◎募金愛があふれるで賞 角南 優華 様

あかいはねぼすたーコンクール

◎金 賞 真夜中のキャットボーイズ 様

◎銀 賞 さくらの実 様

◎銅 賞 青田 幹雄 様

10月1日から始まっている赤い羽根共同募金の啓発のため、町内から17点の手づくり募金箱、ポスター15点を応募いただきました！これらの募金箱、ポスターは、募金運動期間中、町内の公共施設やお店などに設置させていただきます。募金箱を見かけたら、あなたの優しい気持ちを"みらいへつなぐ募金箱"へぜひ届けてください♪



美い
愛ちゃん と 希望くん
美咲町共同募金委員会



講演：「ヤングケアラーについて正しく知ろう」

講師：特定非営利活動法人ふうせんの会

三島俊祐様 川寄大介様



子どもの頃から20年以上も介護をしてこられた当事者の方から実情や想いを聴いて、来場された方々から「家族のケアを担っている子どもたちの実情を知って、心をうたれた」「自分には何ができるのかを考えさせられ、日頃からの地域のつながりがいかに大切か考えさせられた」という感想をいただきました。

ヤングケアラーとは…

家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている18歳未満の子どものことをいいます。

受賞おめでとうございます！

令和5年度岡山県総合社会福祉大会で、次の方々が長年の福祉活動の功績により表彰されました。
受賞者の皆さん、誠におめでとうございます。

●岡山県子ども・福祉部長表彰

老人福祉功労（老人クラブ役員）

遠藤 康夫 様 岡部 眞三郎 様

●岡山県社会福祉協議会会長表彰

民生委員・児童委員功労者

時澤 幸生 様 草地 圓正 様
黒瀬 圭子 様 後藤 恵秀 様

●岡山県民生委員児童委員協議会会長表彰

功労民生委員児童委員・主任児童委員

宮尾 正道 様

●岡山県老人クラブ連合会会長表彰

特別功労者

松尾 克己 様 後山 奉勝 様
山田 正志 様

一般功労者

信清 金子 様



じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金

美咲町共同募金
委員会からのお知らせ



愛ちゃんと希望くん
©中央共同募金会

令和5年度 赤い羽根共同募金運動期間 10月1日～12月31日

中間報告 赤い羽根募金 1,148,910円
(10月20日現在) 歳末たすけあい募金 940,000円

みしゃモンカレッジ2023 きんちゃい★おーぷんカレッジ 「笑顔のお届け便」が出店活動を行います！

★ ★ ～障がい者と地域をつなぐ架け橋～

笑顔のお届け便とは・・・

多くの住民の方々に「赤い羽根共同募金」を啓発するために、「赤い羽根商品」を障がい者福祉施設・団体に作製してもらい、地域で行われる行事等で募金活動に活用させていただき、障がい者福祉の向上及び住民同士の支えあい活動を地域全体で盛り上げていく取り組みです。また、町内の障がい者福祉施設・団体を知っていただき、「障がいのある方への理解・啓発」「障がいのある方と地域との繋がりがづくり」を目的とした事業です。

【日にち】令和5年12月6日(水)～12月7日(木) (2日間)

【時 間】11:00～13:00

【会 場】美咲町役場第二分庁舎バス待合所周辺

【出店団体】誕生寺支援学校・さくらの実・ワークみさき・
さやかなる苑・あなぐま舎・ほっとスペースすみれ・
メンタル柵原・美咲町障害者ネットワーク 他

町内の障がい者施設・団体がパン・コーヒー・やきそば・
おこわ・赤飯・フランクフルト・クッキー・小物など、
みんなで頑張って販売します！！ぜひ皆さんお越しください♪



お問い合わせ先 美咲町社会福祉協議会 TEL：0868-66-7223
この事業には、皆さまから寄せられた「赤い羽根共同募金」が活用されています

冬支度に転倒予防を！！

冬場の転倒に注意！



冬は転倒しやすい季節！

- 活動量が減る → 筋肉量が低下
- 寒さで体が動きにくい
- 厚着をするので、体を動かしにくい
- 路面が凍結
- ・・・など



転倒を防ぐために

- ★「冬場は転倒しやすい」ことを意識しておく
- ★寒くなる前から運動習慣をつくる → 家の中でも取り組める「美咲流ころばん体操」をしよう！

*8ページに掲載



【お問い合わせ】

美咲町地域包括支援センター

美咲町原田2150 (中央保健センター内) TEL：0868-66-1119

転倒が心配・・・

介護予防をしたい！

オレンジカフェ 便り

オレンジカフェとは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加し、交流できる「集いの場」です。

【オレンジカフェの予定】

	旭地域	中央地域	柵原地域
日 程	12月12日(火) 1月9日(火)	11月15日(水) 12月20日(水)	11月27日(月) 12月26日(火)
時 間	午前9時半～11時半		
場 所	旭町民センター	ミサキアエル(原田1722)	【11月】北和気コミュニティセンター 【12月】柵原総合文化センター
内 容	脳トレ、体操、講話、地域包括支援センター職員による相談 など		
参 加 費	200円		

※日時・場所が変更になる場合があります。事前にご確認ください。

《お問い合わせ先》美咲町地域包括支援センター/TEL:0868-66-1119
NPO法人 美咲ももたろうクラブ/TEL:0868-62-1165

みしゃモン掲示板

美咲町権利擁護センター のひとコマ

第一弾！

美咲町権利擁護センターでは、認知症や障がいのある方が地域の中で安心して生活が送れるように、制度の利用支援などのさまざまな取り組みを行っています。
それだけでなく、そういった方々への日常的な支援も、他の地域福祉事業や地域住民の方々の協力を得ながら行っています。

今回は地域住民の方の協力を得て、障がいがあり成年後見制度や介護サービスなどを利用されている方に、買い物の同行支援を行いました。その様子をご紹介します。



1 黄福タクシーに乗って
一緒に出発！



2 どれにしよう
かな...？



3 欲しいものが
見つかった！



4 レジにて支払い♪
お買い物完了♪

買い物中はとてもご機嫌な様子でした。自分の欲しい秋冬の服が買えてよかったですね♪

美咲町権利擁護センターでは、認知症や障がいのある方にとって、
自分らしい生活を送ることができるように、地域福祉事業や地域住民の方と
連携をしながら、その人を支えています。



お気軽にご相談・お問い合わせください

美咲町権利擁護センター～まあるくなあれ美咲黄～(美咲町原田2150) ☎0868-66-0970

松尾設備工業 株式会社

電気・水道・空調設備工事
バリアフリー・リフォーム工事
福祉用具 レンタル・販売

〒708-1533
岡山県久米郡美咲町久木236-1
TEL (0868)-62-0053



楽しい旅のお手伝い

美咲観光バス

美咲町黄福タクシー事業者

美咲タクシー

岡山県知事登録 旅行業 第3-386号

☎0868-66-7718

〒709-3703 岡山県久米郡美咲町打穴中1030-1 ☎0868-66-2468(代) FAX.0868-66-2511

販売・車検・整備・保険



国家一級自動車整備士・レーシングメカニック 在籍
オートバイもお任せください!

お車に気になることがある方、買い替えようと思っている方
自動車レースやサーキット走行に興味がある方すぐお電話を

Instagram

サーキット場での

仕事の様子掲載しています



岡山県久米郡美咲町原田956-3
⇒⇒ 0868-66-0849

ペダルの踏み間違いによる事故を防ぐ

アイアクセル



一国土交通省認定モデル
AEAA-No.3

取付費別 税抜 **160,000円**
(税込 176,000円)

補助金をご利用いただけます

※ご利用には条件がございます。

英田エンジニアリング ☎0868-74-3877

2023年3月現在の広告であり、商品の仕様・外観・価格は予告なく変更する場合がございます。

みしゃモンクイズ!!

クイズに答えて
プレゼントをゲットしよう!



ヒントは
2ページにあります!

11月号
Q

Q. 10/1(日)に行われた福祉大会ではヤングケアラーについての講演が行われました。ヤングケアラーとは、「家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている〇〇」のことです。

〇〇にあてはまる言葉は何でしょう?

①地域の人 ②大人の介護者 ③18歳未満の子ども

応募内容 ①10~12月のクイズの答え
②住所
③氏名(ふりがな)、年齢
④社協だよりの感想

応募方法 下記の窓口で持参、郵送、FAX、メールのいずれか

応募期間 12月28日(木) 必着

10~12月の3か月分の解答をすべてご記入していただき、ご提出ください。全問正解した方の中から抽選で若干名の方にプレゼントを差し上げます。

【お問い合わせ・送付先】

〒709-3717 岡山県久米郡美咲町原田2150

美咲町社会福祉協議会 地域福祉課

TEL: 0868-66-7223 FAX: 0868-66-7133

メール: m-syakyo-tiiki9@cyerry.net

ご寄附のお礼



次のとおり、社会福祉協議会にご寄附をいただきました。

ありがとうございます。

(令和5年9月21日)

10月20日受付分)

香典返し

《西川》	片島 眞砂子様 (故 英和様)
《打穴中》	常安 泰行様 (故 好様)
《越尾》	山本 良彦様 (故 絹江様)
《金堀》	赤木 慎治様 (故 民子様)
《大戸下》	角南 真由美様 (故 亘様)
《大戸下》	角南 真由美様 (故 喜美子様)
《大戸下》	寒竹 修様 (故 健仔様)
《錦織》	杉本 雅彦様 (故 英喬様)

みなさまからいただいたご寄附は、寄付目的に応じて、
●地域福祉活動（ふれあいサロン活動支援・子育て支援・障がい者支援等）
●特養・通所・訪問などの事業に活用させていただいています。また、ご寄附いただいた書き損じハガキ等は、郵便局にて新しいハガキや切手に交換し、各種事業のための郵送料として活用させていただいています。みなさまからの善意によって、社協の事業や活動が成り立っております。誠にありがとうございます。



柵原 匿名希望様より、未使用・書き損じハガキをご寄附いただきました。大切に使用させていただきます。誠にありがとうございます。

柵原地区福祉センター事務所の利用(貸出)について

貸出日時	月～土曜日の8:30～17:00
部屋名	交流スペース（フロア）
休館日	日曜日、国民の祝日に関する法律に規定する休日、1/2～3、12/29～12/31
利用対象者/団体	構成団体、社協会員等
予約・申込先	美咲町社会福祉協議会 総務課 TEL(0868) 66-7223
備考（R5.10.1現在）	・営利を目的とする活動等は貸出不可 ・大会議室、小会議室は貸出不可

あったか心バンクにて家電製品等のご寄附頂きました。
(令和5年9月21日～10月20日受付分)

【ご寄附いただいた方】

丸山 亮太様
匿名希望様

【ご寄附いただいたもの】

石油ファンヒーター
ポリタンク
冬物衣料 ホットカーペット
調理器具(鍋等) 等
ありがとうございました。
いただいた家電製品等は必要な方へお届けさせていただきます。

ちょっぴり山柳。短歌コーナー

- 早苗田も 日々株を張り 育つ苗 (浦上珠江)
- 稲穂出揃い 黄金の田圃 (はーじ)
- 悪いとこ 無いと言われて 病院かえて (藤原清美)
- ばあちゃんの テレビはいつも 子守歌 (矢吹圭泉)
- 町づくり みんなで参加 多機能自治 (岸川正子)
- 青空が 広ろがり 気分快晴

美咲流 ころばない ための コロバン体操2020

3～11をそれぞれ10数え、3～5回くり返しましょう。(12編)

1 座り方

あごを引き、イスに浅く腰かける。背筋は伸ばす。

肩幅に足を開く。
(握りこぶし1つ分)



美咲町社会福祉協議会 小林奈緒

2 深呼吸(腹式呼吸)

口から息を吐き、お腹をへこめます。



鼻から息を吸い、お腹をふくらめます。

美咲町社会福祉協議会 小林奈緒

3 胸・肩の筋肉を伸ばす

手を広げ、胸を張る。



美咲町社会福祉協議会 杉本健悟

4 背中中の筋肉を伸ばす



両手を組み、おへそをのぞき込むようにして背中を丸くする。

美咲町社会福祉協議会 杉本健悟

5 体の横の筋肉を伸ばす

両手を組み、伸びをするように腕を伸ばす。

次に、体を横に倒す。反対も行う。



地域包括支援センター 森下利香

6 わき腹の筋肉を伸ばす



イスに浅く腰掛け、腰をひねって背もたれを持つ。反対も行う。

ポイント:顔は、ななめ後ろに。

地域包括支援センター 河本育子

ポイント

1. 息を止めずに、声を出して数をかぞえましょう。
・声を出すことで息を吐きながら体操ができます。
・息を止めて力を入れたら、血圧が上がりが危険です。
2. 痛みが出るようならムリせずにやめましょう。
3. 回数は自分に合うように調節しましょう。
4. 〇の部分の筋肉を意識しながら動かしましょう。

7 おしり～太ももの筋肉を伸ばす

イスに浅く腰掛け、背もたれにもたれる。片方の膝をゆっくり胸に引き寄せる。反対も行う。



地域包括支援センター 原 由佳

ポイント:膝を抱える手は、上からでも下からでもよい。



8 足のつけ根の筋肉をきたえる

イスに浅く腰掛け、片方の膝を伸ばして上げる。反対も行う。

ポイント:つま先は天井に向け、太ももに力が入るように意識する。



地域包括支援センター 原 由佳

9 おしりの横～太ももの筋肉をきたえる

イスの後ろに立ち、背筋を伸ばし、背もたれを持つ。片足をななめ後ろに上げる。反対も行う。

ポイント①:上げた足のつま先は常に正面に。

ポイント②:足を上げる時に、体が横に倒れないように。

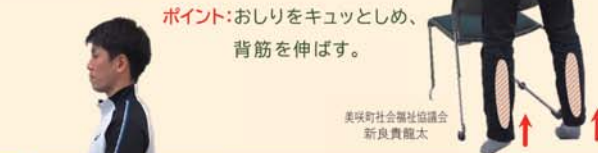


美咲町社会福祉協議会 新良貴龍太

10 バランスをとる筋肉をきたえる

イスの後ろに立ち、背もたれに軽く手を添える。つま先立ちになる。

ポイント:おしりをキュッと締め、背筋を伸ばす。



美咲町社会福祉協議会 新良貴龍太

11 ふくらはぎの筋肉を伸ばす

イスの後ろに立ち、背もたれを持つ。足を前後に広げ、後ろの足のかかとを床につけたまま、前の膝を曲げる。反対も行う。

ポイント:後ろの足のつま先はまっすぐ前に。



美咲町社会福祉協議会 新良貴龍太

作成:美咲町社会福祉協議会/美咲町