

社協だより

No.
94

2021.7

一人ひとりを大切に、ともに支え、ともに生きる共生のまち・南城市

野も
もす。
いもす。
もす。



津波古公民館

つながるフード
ドライブ

“つながるフード” ドライブ スタート

2021.06.21

ここ数年、新築住宅の建設が続き、令和3年5月末現在の世帯数が1,649世帯(3,838人)となった津波古自治会(高江洲順達自治会長)、地域活動の拠点である公民館では、ミニデイサービス、教養講座、早朝ラジオ体操等、地域住民、各世代を対象とした様々な活動が行われています。

昨年から続く新型コロナウイルス感染症の影響を受け、収入の減少や失業等により今生活に困窮する方が増えています。そうした中、自治会では家庭や事業所で余っている食品を持ち寄り、支援を必要とする方へ届ける「フードドライブ」を公民館で実施できないかと、市社協とも調整を進めてきました。

公的な支援だけでなく「地域のつながりで支え合えることがある。」と市内自治会では、初の取り組みがスタートしています。



社協だよりは、赤い羽根共同募金の配分金で作成されています。



社会福祉法人南城市社会福祉協議会

令和2年度事業実績報告



令和2年度は、新型コロナウイルス感染症に翻弄された1年になりました。特に生活福祉資金貸付事業はこれまでの貸付件数の100倍を優に超え、多くの市民が社協の窓口にご相談のため来所されました。職を失い生活が困窮する中で明日食べるものがないという切羽詰まった方もおり、そのような方に対する、食品支援の輪も広がり始めています。これまで以上に多くの市民や団体の皆様とつながり～「縁」～ができた1年でもあったように思います。また、コロナ禍で多くの事業が中止になることで、孤立する高齢者や障がい者等、社会的な弱者と言われる方々にどうやって寄り添っていけるのかを模索し、コロナ禍でもできることからはじめようとそれぞれの部署で創意工夫しながら取り組みました。

◆ 会務の運営並びに連絡調整

- ・理事会(4回)
- ・評議員会(4回)
- ・監査の実施
- ・評議員選任・解任委員会(1回)
- ・介護保険事業検討委員会(1回)
- ・社協戸別会員募集(戸別7,157世帯、賛助530人)
- ・施設団体35施設、20団体、特別201口)
- ・職員研修会(2回) 参加者合計92人
- ・受託事業職員研修会(10回) 参加者延べ152人

◆ 低所得者に関する支援事業並びに法外援護活動

- ・生活福祉資金貸付事業 相談4,497件
- ・貸付1,564件
- ・緊急支援金交付【県共募・社協】(10世帯23人)
- ・法外援護(床上浸水) 災害見舞金支給1件

◆ 高齢者福祉に関する事業

- ・地域ふれあいミニデイサービス(63ヶ所、805回、延べ8,756人)
- ・高齢者筋力向上トレーニング(5ヶ所、339回、延べ3,909人)
- ・NGP65:各10回講座(男塾3人、シニア健康塾4人)
- ・アクティブ85 16回(4人)
- ・介護支援ボランティアポイント制度(354人7,514ポイント)
- ・介護予防教室(63回、延べ846人)
- ・ミニデスポレク大会(公民館型) 61字 延べ761人
- ・コロナ禍での取り組み(アンケート実施、マスク、健康体操チラシ配布 安否確認、訪問活動等)



◆ 調査広報・啓発活動

- ・社協だよりの発行(6回)
- ・調査啓発活動(各種福祉週間・月間の取組)

◆ 児童福祉に関する事業

- ・ファミリーサポートセンター事業(会員数 551人 利用件数 265件)
- ・子育てサポーター養成講座 5名修了)
- ・(スキルアップ研修会2回)
- ・(ファミサポ利用負担軽減事業 申請6人 利用回数13回)
- ・子供の貧困緊急対策事業(子どもの居場所の運営)
- ・ほっとハウスひまわり(利用者数 延べ1,088人)
- ・ほっとハウスがじゅまる(利用者数 延べ 621人)
- ・キャリア形成(3回)
- ・ボランティア受入(大学生、団体)
- ・食材や弁当等の寄贈受入れ(市内事業所、団体)
- ・高校受験生緊急応援(特例貸付利用世帯の生徒を対象に民生委員が激励訪問)



◆ 障がい者福祉に関する事業

- ・声の広報配付事業(利用者数11人) 広報なんじょう
- ・社協だよりの発行、市議会だよりの発行、アイアイのほっとタイム
- ・協力:音訳サークルアイアイなんじょう
- ・指定相談支援事業(特定139件、障害児7件)
- ・地域活動支援センターI型(相談支援事業 150人、支援数1,987件)
- ・地域活動支援センター(利用者延べ1,502人)
- ・自殺対策緊急強化事業(相談実績 51件)
- ・移動支援事業(延べ12人)

◆ 母子父子福祉に関する事業

- ・頑張る親子サポート事業(利用者2人、31時間)
- ・受験生チャレンジ事業(利用者14人 協力塾2件)



◆ ボランティアセンター事業

- ・ボランティア登録(34団体764人、個人177人)
- ・登録・コーディネート(相談40件、紹介43件)
- ・ボランティア情報紙発行(10回)Facebook(2回)
- ・南城市地域福祉活動実践報告会(5団体報告)
Zoom収録し、ホームページで配信
- ・ボランティア活動推進校指定事業
(市内小中学校・保育園・子ども園 20校)
- ・ボランティア活動推進校担当者連絡会(2回)
- ・市内小中学校総合学習に対する協力(8校、45回)
- ・使用済み切手換金活動(Bookサンタ活動)
- ・ハートフルポイント事業(51人 711ポイント)
- ・実習・研修受入(相談援助)



◆ 共同募金運動(共同募金委員会活動)

- ・赤い羽根共同募金運動(実績額7,787,460円)
募金説明会、事業所募金依頼、
奉仕者による事業所まわりは中止
ガチャガチャ(カプセルトイ)の設置
10年連続募金協力事業所95社へ感謝状・記念品
- ・歳末たすけあい募金運動(実績額 2,541,729円)
募金説明会、配分委員会、義援金の支給、
預託物品の支給/お米、クリスマスケーキ
- ・緊急災害募金運動(7月豪雨災害義援金8県)



◆ 福祉サービス推進支援事業

- ・金銭管理サポート事業(利用者9人、支援79回)
- ・日常生活自立支援事業(利用者16人、支援609回)
- ・福祉サービスに関する苦情解決(第三者委員 4人
各事業苦情受付窓口5人 苦情解決責任者1人)
- ・福祉用具の貸出 57件(車イス、歩行器、シャワー
チェア、室内トイレ、ギャジベット等)

◆ 福祉団体育成活動支援

- ・南城市民生委員児童委員連絡協議会(事務局)
- ・南城市老人クラブ連合会(事務局)
- ・精神療養者家族会「月桃の会」(事務局)
- ・身体障がい者福祉協会、南城市母子寡婦福祉会
手をつなぐ育成会その他の福祉団体への支援

◆ 地域福祉ネットワーク事業

- ・地域コーディネーター配置(4人)
久高世帯訪問&診療所との情報交換(5回)
タイミングサポート(3件)
食材等の提供(貸付資金申込者、無料塾、母子会)
- ・生活支援事業(物品の貸出2件)
- ・南城市暮らし応援商品券の活用(食材購入)
- ・つながるフードドライブ(民間活動者との連携)
(寄贈者24名、受取者67名)
- ・福祉総合相談事業
(一般 251件 貸付165件 法律44件)
- ・地域支え合い支援事業(要援護者25世帯、
地域支援員33人、訪問・安否確認回数 628回)
(市老連とタイアップ市老連会員へハガキ郵送)
- ・地域包括合同会議(6回)
- ・生活支援体制整備事業(コーディネーター配置)
第2層協議体の開催(2ケ字 第3層協議体)
- ・火災警報器設置(島尻消防署との連携)
- ・フックン・シーちゃん地域福祉活動助成事業
(申込件数9団体、採択9団体)
- ・社会福祉関係機関・団体連絡会(事務局)
(全体会書面審議、幹事会1回)



◆ 災害に関する活動

- ・東日本大震災に関する支援活動
(福島県避難者の集い沖縄じゃんがら会への協力)

◆ 障害者総合支援事業

- ・ヘルパーステーション(派遣/3,352回)

◆ 特定旅客自動車運送事業

- ・通院等乗降介助、同行援護事業、移動支援事業
(延べ利用件数314回)

◆ 介護保険事業

- ・居宅介護支援事業(ケアプランセンター)
年間利用件数 848件
- ・訪問介護事業(ヘルパーステーション)
年間派遣件数 2,238件
- ・通所介護事業(大里いきいきデイサービスセンター)
年間利用件数 6,178件

◆ 福祉センターの管理運営及び指定管理

- ・南城市知念社会福祉センター管理運営
- ・南城市地域活動支援センターの指定管理

令和2年度 南城市社会福祉協議会決算報告

(単位:円)

(単位:円)

(単位:円)

資金収支計算書				事業活動計算書				貸借対照表			
支出		収入		費用		収益		資産の部		負債の部	
人件費	275,285,131	会費・寄付金収入	8,531,200	人件費	266,154,359	会費・寄付金収益	8,531,200	流動資産	99,477,861	流動負債	45,341,536
事業費支出	37,786,995	補助金収入	113,178,363	事業費	37,786,995	補助金収益	113,178,363	固定資産	358,961,483	固定負債	120,279,296
事務費支出	10,073,213	受託金収入	87,583,152	事務費	10,073,213	受託金収益	87,583,152			負債の部合計	165,620,832
分担金支出	3,000	事業収入・利息	694,176	負担金・分担金費用	332,064	事業収益・利息	694,176			純資産の部	
助成金支出	2,757,790	介護保険事業収入	63,184,550	助成金費用	2,757,790	介護保険事業収益	63,184,550			基本金	4,000,000
負担金支出	329,064	障害福祉事業収入	32,457,404	基金繰入額	50,392	障害福祉事業収益	32,457,404			基金	113,137,526
固定資産取得等	2,901,348	その他の収入等	20,304,737	減価償却費	11,463,160	その他の収入等	3,999,797			国庫補助金等積立金	40,429,827
積立資産支出	63,232	施設整備補助収入等	1,668,500	国庫積立金取崩額	-6,901,732	施設整備補助収益等	1,668,500			その他の積立金	20,272,941
その他の支出等	7,733,780	取崩収入	8,710,000	国庫積立金積立額	1,188,500	基金取崩額等	8,710,000			次期繰越活動差額	114,978,218
当期末支払資金	64,299,886	前期末支払資金	64,921,357	固定資産売却損	11,362,256	前期末支払資金	130,303,713			純資産の部合計	292,818,512
				その他活動外費用	1,052,800						
				積立金積立	12,840						
				次期繰越差額	114,978,218						
合 計	401,233,439	合 計	401,233,439	合 計	450,310,855	合 計	450,310,855	合 計	458,439,344	合 計	458,439,344

南城市社会福祉協議会「役員・評議員」改選

会長
阿嘉 広雄副会長
城間 寿史

本会の「第8期役員」並びに「第7期評議員」の任期満了に伴い、令和3年度定時評議員会において「第9期役員」が選定され、評議員選任・解任委員会において「第8期評議員」が選任されました。また、第2回理事会において、会長、副会長の選定が行われ、会長には阿嘉広雄氏が再任し、副会長には城間寿史氏が新任されました。

評議員(第8期)

【任期:令和3年6月24日～令和7年度定時評議員会終結の時まで】

評議員	高江洲順達	佐敷地区区長会
評議員	照喜名智	知念地区区長会
評議員	金城道年	玉城地区区長会
評議員	知念正	大里地区区長会
評議員	田口焯	南城市老人クラブ佐敷支部
評議員	大城ミネ子	南城市老人クラブ知念支部
評議員	上原一宏	南城市老人クラブ大里支部
評議員	比嘉一廣	佐敷民生委員児童委員協議会
評議員	吉嶺美智子	知念民生委員児童委員協議会
評議員	比嘉克子	玉城民生委員児童委員協議会
評議員	高良昇	南城市手をつなぐ育成会
評議員	屋比久一男	南城市身体障がい者福祉協会
評議員	西銘常子	南城市精神療養者家族会「月桃の会」
評議員	上地寿賀子	南城市母子寡婦福祉会
評議員	山田正倫	南城市青年連合会
評議員	我喜屋修	楽ワーク福祉作業所
評議員	外間吉則	JAおきなわ南城支店
評議員	奥原則和	南城市シルバー人材センター
評議員	堀江文子	音訳サークルアイアイなんじょう
評議員	糸数春子	南城市赤十字奉仕団
評議員	金城恵子	おおごと保育園
評議員	宮城エミ子	南城市更生保護女性会
評議員	照喜名朝盛	知念小学校
評議員	森山一浩	南城市(社会福祉課)
評議員	宮城寛志	学識経験者
評議員	宮城春明	学識経験者
評議員	稲福浩和	学識経験者
評議員	屋宜哲司	学識経験者

役員(第9期)

【任期:令和3年6月24日～令和5年度定時評議員会終結の時まで】

会長	阿嘉広雄	学識経験者
副会長	城間寿史	学識経験者
理事	島袋朝久	学識経験者
理事	本田ヒトミ	学識経験者
理事	国吉昌実	南城市議会
理事	照屋盛宏	南城市老人クラブ連合会
理事	西銘宜正	南城市教育委員会
理事	玉城恒夫	南城市民生委員児童委員連絡協議会
理事	照喜名和美	南城市女性会
理事	津波古孝弥	南城市商工会
理事	屋比久輝子	障害者支援施設つきしろ学園
理事	後濱絹江	ボランティア団体
理事	城間みゆき	南城市福祉事務所
監事	屋宜宣和	会計・経理経験者
監事	前川清	社会福祉事業経験者

南城市社協 会員募集

「一人ひとりを大切に、ともに支え、
ともに生きる共生のまち・南城市」の実現をめざして
住み慣れた地域で豊かに暮らすということは、
私たちの願いとするところです。
このまちに住んで良かったと感じられる
「福祉のまちづくり」を地域の皆様とともに
実現したいと思います。

皆様にも社協会員となり、福祉のまちづくりへ
ご参加頂きますようお願い致します。



一人ひとりを大切に、ともに支え、ともに生きる共生のまち・南城市

《 会 員 種 類 》



戸別会員
団体会員
施設会員

500 円

5,000 円

入所：10,000 円

賛助会員

1,000 円

特別会員

5,000 円

通所：5,000 円



会員加入にご理解ご協力下さいますようお願いいたします。

特例貸付(緊急小口資金と総合支援資金)の申し込み期間延長について

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、休業や雇止め、解雇等により生活資金でお困りの世帯に対して、2種類の特例貸付(緊急小口資金と総合支援資金)の申し込み期間が、8月末日まで延長になりました。

お問合せ

南城市社会福祉協議会
☎098-917-5692

緊急小口資金

- 貸付上限額：20万円以内
- 据置期間：1年以内
- 償還期限：2年以内
- 貸付利子：無利子
- 保証人：不要

総合支援資金

- 貸付上限額
 - ・単身世帯：月15万円以内
 - ・(2人以上)世帯：月20万円以内
- 貸付期間：原則3月以内
- 据置期間：1年以内
- 償還期限：10年以内
- 貸付利子：無利子
- 保証人：不要

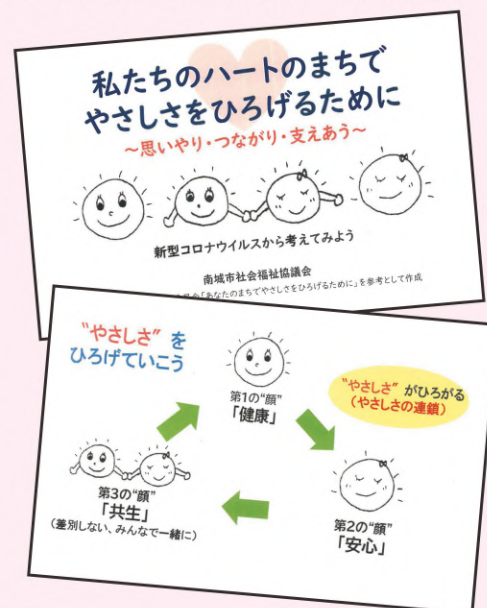
ボランティアセンター情報

わたしたちのハートのまちでやさしさをひろげるために

(全国社会福祉協議会「わたしたちまちでやさしさをひろげるために」参考)

6月3日(木)大里北小学校4年生が総合的な学習の時間に、新型コロナウイルス感染症から考える福祉学習を行いました。感染予防の話だけではなく、相手の立場になって考えることやつながることの大切さを知り、「思いやりの心」を考える時間になりました♪

コロナにならないためにできること、コロナにかかった人にできることを考える良いきっかけになったと思います。



ビーチクリーンアップ!

5月14日(金)百名ビーチにて、オキナワインターナショナルスクールの生徒たちによるビーチクリーンアップが実施されました! 昨年、南城市玉城に移転された当時からクリーンアップ活動を行っています♪

百名の海を眺めながら、ゴミ拾いを行う生徒たちは「とてもステキな場所! ゴミ拾いでもっとキレイなビーチになると思う!」と意気込んでいました。知念正人校長先生は「地域にこんな素晴らしい場所があり、生徒にとって良い環境であると共にそんな地域のことをボランティア活動を通して知ってもらいたい」と話されていました。



ボランティアセンターだより



個人&団体ボランティア登録しませんか？

募集



ボランティア募集

098-917-5692

子どもたちへ将棋などを教えたりする学習支援や、小学校の福祉体験学習のサポート、地域ミニデイサービスでのボランティア活動など、あなたのやりたいこと、できることを活かせる機会や場所がきっとあります。ボランティアセンターへの登録をお願いします。

ボランティア活動希望の方は、ボランティアセンターへの登録と活動保険加入をお願いしております。

ボランティアセンター公式 LINE 始めました♪

この度、『南城市社協ボランティアセンター公式LINE』を開設し、ボランティア情報のお知らせや地域の様々な活動を発信していきます♪ また、ボランティア登録やボランティア活動保険についてのお問合せなども可能です😊
ぜひ、**【友だち登録】**をよろしくお願いします♪



ともに生きる共生のまち

love サポ

私たちが住む「ハートのまち」には、様々な活動を通して「共生のまちづくり」を応援する多くのサポーターがいます。「ラブサポ」ではそんな「なんじょう市を愛するサポーター」を紹介します。



左から、具志堅咲羽さん、吉田陽季さん
志喜屋ももさん、具志堅堅さん

毎週月曜日に久手堅の海岸を清掃している小学生ボランティア団体「エコホヌ」のメンバー。海岸に打ち上げられるゴミを拾い、分別しながらゴミの種類を調べています。

昨年の自由研究では、「知念の海のゴミを拾いました！」を研究テーマに、島尻地区児童・生徒科学賞作品展に於いて銀賞を受賞しました。そのお祝いで買ったトンブで日々清掃を頑張っています。



活動を始めたきっかけは

昨年の3月頃、コロナ禍に伴う臨時休校中に運動不足解消のために海岸を散歩していたのがきっかけです。歩いていると、ゴミがたくさん落ちていて、散歩しながら拾い始めました。



活動を通して感じたことは

何度ゴミを拾ってもなかなか減りません。自分たちの生活の一部である海や自然を守りたいと思いました！



なんじょう市が「どんなまち」になったらうれしいですか？

私たちの住むまちは海や緑に囲まれた自然豊かな地域です。環境活動を子どもも大人も一緒になって考えて行動し、自ら発信していけるまちになったら嬉しいです♪



近くには
どんな居場所が
あるかなあ

なんじょう 子どもの居場所

子どもの居場所、子ども達が安心して、楽しく過ごせる場所です。

市内には4カ所の
居場所があるよ。

- ♡ほっとハウス
- ・ひまわり(佐敷)
- ・がじゅまる(玉城)
- ♡ビッグママ(大里)
- ♡みんなのいえ(知念)



ほっとハウス

「ひまわり(佐敷)」 「がじゅまる(玉城)」

子どもの居場所は遊び、学習支援、食事支援をとおして楽しく安心して過ごすことができる場所です。



大学生のお兄ちゃんと
ビンゴ大会やボール遊
びを楽しんでいます



ほっとハウス『がじゅまる』

開催日:月、水、金 16:00~19:00

場 所:富山集落センター(玉城字富山)

ほっとハウス『ひまわり』

開催日:月、水、木、金 16:30~18:00

場 所:ひまわり児童館(佐敷字新開)

連絡先

南城市社会福祉協議会

☎ 917-5692

寄贈品ありがとうございます

寄
贈
者

- ・キャンベルさん
- ・佐久間さん
- ・仲田さん
- ・玉城さん
- ・楽ワーク作業所
- ・知念さん



子どもの居場所

みんなのいえ

わたしたちの基本的な理念

わたしたちが大切にしているのは個性と多様性と自立性。
生きていく上で必要な自己受容感や自己肯定感を育み、人が本来持っている可能性を引き出せるような子どもたちとの関わりを心がけています。



教材やオリジナル
プログラムを使い、
コミュニケーション
スキルの育成に
取り組んでいます！



化学調味料などを
なるべく使わず、地元で
採れた食材の味を生かし
調理しています！

学習支援等の他、野外活動や様々な分野の専門家と活動できる機会を提供しもの作り体験や興味関心の幅を広げるための活動を取り入れています！
子どもたちが将来、自分のやりたいことを仕事にできるためのキャリア等形成支援を心がけています(^^)



住 所:南城市知念字海野129番地

電 話:090-7478-9428 (担当:平仲)

開所日:月・水・金・土

【平日16時~20時/土曜祝祭日10時~14時】



お元気ですかー 見守り隊活動中！



感染対策万全に「見守り隊」 出発！

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、休止が続く地域ミニデイサービス事業、利用者からは「いつから始まるのー」と開始を待ち望む声もありました。今回、外出自粛が続く利用者の状況を把握するために、利用者全員に電話による安否確認を行いました。その中で連絡が取れない方、独居世帯等気になる方を、地域福祉コーディネーター、看護師、指導員による家庭訪問（感染予防万全に）、検温・体調確認・血圧測定を行い、健康運動指導士が作成した自宅でもできる体操チラシ（認知症予防対策）やDVDの配布を行いました。



血圧も上等です。



お元気ですかー



南城市社会福祉協議会では、誰もが住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせるよう、地域で支える体制づくり「地域支え合い支援事業」を推進しています。去った5月には湧根国自治会、6月には当間区で、自治会長（区長）や民生委員、地域の協力員が会した「見守りネットワーク構築会議」が開かれました。

会議は、独居高齢者や高齢者のみ世帯、障がい者等、地域で気になる方々を日頃から声かけや見守りを行う体制づくりの構築を図るために行われるものです。

この会議に参加された当間区長新垣幸宏さん、「あらめて地域で見守りが必要ではないかと思われる方々をあげてみると、多くの方があがってきたことに驚いた。」「地域の皆さんと一緒にって地域の支え合いの輪を広げていきたい」と話されていました。

皆さんの地域でも、地域住民の支え合いによる見守りネットワーク体制づくりに向けた取り組みを社会福祉協議会と一緒に始めてみませんか？





ひろ子が行く!

ふれあいミニデイ訪問記

地域ふれあいミニデイサービス事業の一大イベントであるスポレク大会がコロナ感染症拡大防止のため中止となったことで、利用者の皆さんからは「楽しみにしていたのにとっても残念」という声が多くあがりました。

何とか予防対策を講じた形のミニスポレク大会ができないかと検討したところ、今回は各字ごとに開催する運びとなりました！一旦、令和2年度締めで大会は終了させて頂きましたが、やむを得なく行われていない字に関してはミニデイサービスが再開した際に改めて字のみで大会を行いたいと思いますのでご了承ください。

はいさ〜い花城です♪令和2年度ミニスポレク大会において地域全体での集計を終えて高得点者1位から3位までの方々が決定したので発表させて頂きます(^_-)☆

新ポケットボール&三角ボード

新型コロナに
負けないぞー!



玉城地域 (参加者 206 名)

・ちゃーがんじゅう賞 (16 名)

[新ポケットボール]

- | | | | |
|-----|-----|----|-------|
| 1 位 | 玉城 | 89 | 金城清治 |
| 2 位 | 親慶原 | 85 | 我如古信子 |
| 3 位 | 喜良原 | 79 | 照屋盛宏 |

[三角ボード]

- | | | | |
|-----|-----|----|-------|
| 1 位 | 親慶原 | 78 | 稲福ツル子 |
| 2 位 | 堀川 | 71 | 我喜屋宗監 |
| 3 位 | 垣花 | 70 | 金城米子 |

佐敷地域 (参加者 179 名)

・ちゃーがんじゅう賞 (17 名)

[新ポケットボール]

- | | | | |
|-----|----|----|--------|
| 1 位 | 小谷 | 82 | 城間安夫 |
| 2 位 | 新開 | 69 | 山入端タケ |
| 3 位 | 伊原 | 67 | 渡名喜シズ子 |

[三角ボード]

- | | | | |
|-----|-----|----|------|
| 1 位 | 新開 | 60 | 知念キク |
| 2 位 | 新里 | 58 | 幸喜信一 |
| 2 位 | 屋比久 | 58 | 當間幸子 |
| 3 位 | 兼久 | 56 | 當眞嗣廣 |

ミニスポレク大会 高得点者が決まる!

知念地域 (参加者 121 名)

・ちゃーがんじゅう賞 (13 名)

[新ポケットボール]

- | | | | |
|-----|-----|----|-------|
| 1 位 | 知名 | 85 | 親川園子 |
| 2 位 | 志喜屋 | 66 | 親川久子 |
| 3 位 | 山里 | 65 | 嘉数小夜子 |
| 3 位 | 知念 | 65 | 富盛ヨシ子 |

[三角ボード]

- | | | | |
|-----|----|----|-------|
| 1 位 | 知念 | 53 | 仲里康治 |
| 2 位 | 山里 | 50 | 玉城トシ子 |
| 2 位 | 海野 | 50 | 儀間朝敏 |
| 2 位 | 久原 | 50 | 伊集南子 |
| 3 位 | 知名 | 48 | 照喜名房子 |

大里地域 (参加者 255 名)

・ちゃーがんじゅう賞 (25 名)

[新ポケットボール]

- | | | | |
|-----|-----|----|-------|
| 1 位 | 南風原 | 89 | 知念義仁 |
| 2 位 | 湧稲国 | 80 | 大城政春 |
| 3 位 | 古堅 | 79 | 與那嶺千代 |

[三角ボード]

- | | | | |
|-----|-----|----|------|
| 1 位 | 古堅 | 73 | 上原一宏 |
| 2 位 | GT | 67 | 糸数光子 |
| 3 位 | 目取真 | 65 | 宮城政子 |

※ちゃーがんじゅう賞は 90 歳以上の参加者を表彰するものです。



健康運動指導士
あっこがお届け！

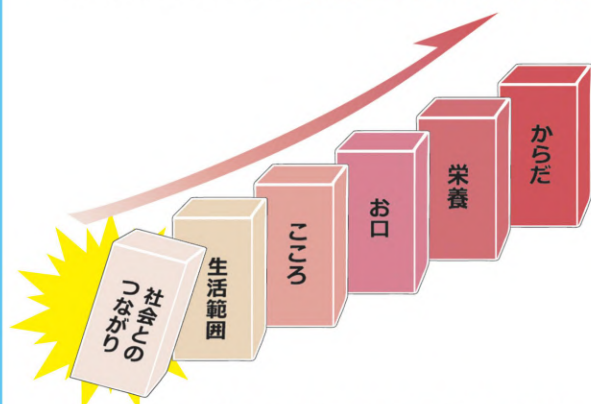
②フレイルを予防しよう ～人とつながる大切さ～

5分でわかる 健康講座

今回は、新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、よく耳にするようになった「**フレイル**」についてお伝えいたします！



フレイルというのは、**健康な状態から要介護状態へ移行する中間の段階**といわれています。前触れもなく急に脳や心臓の病気を発症したり、転倒してしまいそのまま介護・・・ということもありますが、多くの高齢者の場合、**フレイルの時期を経て、徐々に要介護状態になると考えられています**。フレイルは「筋肉量減少」「歩くスピードが遅くなる」などの身体的部分から起こる、というイメージがありますが、それよりも先に、**社会とのつながりを失い、生活範囲が狭まることから始まっていきます**。



このように**様々な方面からの衰えが絡み合い、要介護状態へと進行**していくのです。

人とのつながりが少ない状況が続くと、やる気低下やうつ病などの心の問題が生じやすく、そこから食生活のバランスが崩れ、口腔機能の低下で十分に食事が食べられなくなり、筋力低下や関節痛、糖尿病などの生活習慣病から、さらに大きな病気へ...



人とのつながりを持つことが、フレイル予防となることが全国的にも分かってきていますが、コロナの影響もあり、外出を控えている方も多くいらっしゃるかと思います。

そこで、つながりを絶やさない2つのポイント！

①習慣にしている運動・外出を維持する

病院受診や日用品の買い物は必ず行くようにしましょう！

定期的に体を動かすことが、健康維持にもつながります。お散歩や体操などの日課もできる範囲で続けましょう！



②感染対策をした上で交流を持つ

マスクを付けてご近所さんとの会話や、時間を決めて一緒に体操するなど、交流の場を持ちましょう！

対面が怖いと感じる方は、家族に電話やメール、手紙を書いてもいいですね◎



上記のポイント+食事や運動を意識して、フレイル予防に役立てていただければと思います！

免疫力アゲ×2 体操
お家で運動して体力向上！
#2 椅子に座ってストレッチ
南城市社会福祉協議会

動画サイト「YouTube」配信中◎
運動のきっかけにネット活用してみましょう！

こちらのQRコードを
携帯のカメラで読み取ると
体操動画が見れます！

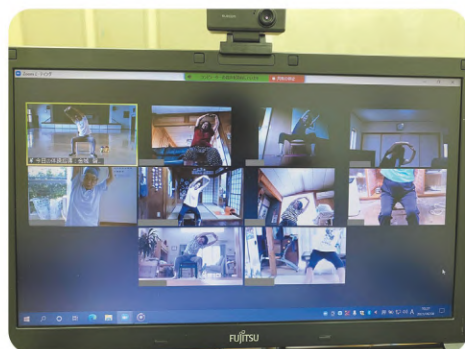


オンライン「がんじゅう教室」を開催しました！



新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、4月の下旬からがんじゅう教室がお休みになりました。自粛が長く続くなかで、「**運動不足を感じる**」「**外出を控えているから前よりも活動量が減っている**」「**以前のように週に3回運動したい**」などの声をいただき、自宅でも運動が出来るように、“zoom”というソフトを使いオンラインでがんじゅう教室を5月19日から開催しました。

ほとんどの方がパソコンやタブレットを使いオンライン配信を見るのが初めてで、接続方法やダウンロードの仕方が分からない方には、電話で話しながら操作方法を確認するなどのサポートをしました。



画面を見ながら動きを確認しました！



運動前には映像がちゃんと見えているのか、音声をはっきり聞こえているかなどを、ジェスチャーも使いながら確認し調整をして、毎週火・水・金曜日の週3回、午前10時半～11時半の1時間、回数や人数の制限は設けずに参加していただきました。

椅子に座ったまま出来るストレッチや、タオルを使っの体操、横になったのトレーニングなどの運動を行い、じんわりと汗をかくほど皆さん頑張りました！



参加者の声

- ・体がしっかりほぐれて気持ち良かった。
- ・画面越しでも分かりやすかった。
- ・一人で運動するよりも、皆の姿が見えるほうがやる気が出る！

好意的な意見を多くいただき大変嬉しく思います！今回の**オンライン「がんじゅう教室」**はコロナ禍にあたっての開催ではありましたが、今後デジタル化の進む社会で必要な電子機器の使用を促す機会になったのではないかと感じます。

南城市老人クラブ連合会

クラブ活動を支えてこられた9名を表彰

南城市老人クラブ連合会（会長照屋盛宏）では、永年老人クラブ活動にご尽力いただきました下記の皆様の表彰が決定致しました。あいにく、第16回南城市老人クラブ大会（令和3年度定期総会）は「緊急事態宣言」発出中でもあることから、中止になりましたが、これまでのご活躍とご功績に対し感謝の意を表し、感謝状を贈呈しました。誠にありがとうございます。



金城 文雄氏
つきしろ



屋我 嗣合氏
知名



仲村 徳広氏
知名



前城 秀男氏
知念



島袋 金一氏
大里グリーンタウン



末吉 健三氏
福原



久保田 輝雄氏
目取真



大城 康彦氏
目取真

※宮城実氏（仲程）は本人の希望により顔写真は掲載していません。



上間 肇氏
志堅原

南部地区老人クラブ大会においても、下記の皆様の
「老人クラブ育成功労者表彰」が決定しております。

金城 文雄氏
末吉 健三氏
宮城 実氏

屋我 嗣合氏
久保田 輝雄氏
上間 肇氏

島袋 金一氏
大城 康彦氏



おめでとうございます。

老人クラブ会員募集

南城市老人クラブ連合会では、新しい仲間を募集しています。

入会すると……

- ★ ていーち……もっと健康になる
- ★ たーち……新しい仲間ができる
- ★ みーち……得意なことで力が発揮できる
- ★ ゆーち……地域のために役に立てる
- ★ いちち……いつまでも若々しく過ごせる

一緒に楽しく有意義な
時間を過ごしましょう!!
☎947-3030



いいね!

ちょっとイイ話

今回表彰を受けた金城文雄さん、少し強面だけど実は優しく紳士的。困っている人がいたらほっとけないタイプです。つきしろに住まいを構えて40数年、さまざまな活動で地域を支えてきたことがお話の中から見えてきました。

老人クラブ会員の居場所として、「友愛の里」を毎日開館、そこに会員が集い、サークル活動が増え、会員も徐々に増えてきたそうです。

また、自治会の皆さんが気持ちよく過ごせるようにと、花の苗を種から育て、その苗を主要道路に植え育てる活動をしています。現在は、買い物や用事など移動が困難な高齢者のため、支援ができないかと、地域の有志の方々と共に関係機関と調整をしているそうです。

常に仲間の声に耳を傾け、仲間が楽しく活動できるように日々奮闘する姿に感銘を受けました。

なんじょう社協の相談窓口

必要な人に、必要な支援をつなげる

「無料法律相談」

☎917-5697 要予約

司法書士による法律相談を行います。

相談日：7月1日（木） 7月18日（日）

8月5日（木） 8月19日（木）

9月2日（木） 9月19日（日）

時 間：午後2時～4時

場 所：南城市役所内社協事務所



居宅介護支援事業

社協ケアプランセンター

☎ 975-5718 FAX975-5738

介護を必要とされる方が、自宅で適切にサービスを利用できるように、介護支援専門員が心身の状況や生活環境、本人・家族の希望等に沿って、居宅サービス計画の作成、計画に位置づけたサービスを提供する事業所等との連絡・調整などを行います。



訪問介護事業

社協ヘルパーステーション

☎975-5728 FAX975-5738

ご自宅に介護専門職が訪問し、身体介護及び生活援助サービスを提供します。

- 生活援助
- 身体介護
- 障害福祉サービス



相談支援事業所「野の花」

☎ 880-0576 （月～金）

障がいのある方や家族、介護者などからの相談に応じ、情報提供や権利擁護等の必要な援助を行います。

「こころとからだの健康相談」

☎ 880-0576 （月・火・木・金）

ストレスにより、こころとからだに不調を訴える方が多くなっています。あなたの大切な人は大丈夫ですか。

日常生活自立支援事業

福祉サービスの利用手続きや、
金銭管理のお手伝いをして、安心して
生活できるようにサポートします。

安心して暮らせるようにお手伝いします。



お問合せ：南城市社会福祉協議会
☎917-5692

ご利用いただける方

- 1 ● 認知症の高齢者の方
- 精神障害のある方
- 知的障害のある方
- 2 ● 日常生活に不安のある方

福祉サービスの利用や支払いなどについて
自分の判断で適切に行うことが困難な方。

サービス内容

- ① 福祉サービスなどの利用のお手伝い
 - 福祉サービスについての説明
 - 福祉サービスの利用・終了手続き
 - 福祉サービスに関する苦情解決制度の利用援助
- ② 日常的な金銭管理のお手伝い
 - 家賃、公共料金、税金、医療費などの支払い
 - 年金、手当てなどの受け取り
 - 預貯金の出し入れ
- ③ 書類などの預かりサービス
 - 通帳、印鑑、権利証など





『一人ひとりを大切に、ともに支え、ともに生きる共生のまち・南城市』
御寄付・御寄贈いただき、誠にありがとうございました。



沖縄県中小企業家同友会 (5/11) 南部支部 様(13,500円)

【左から2番目】支部長 竹富久様
【左から1番目】副支部長 船谷香様



光南建設株式会社様 (6/22) 地域福祉の推進に(50万円)

【左から1番目】
代表取締役社長 津波克守様



沖縄コカ・コーラボトリング(株) 様 (6/16) 子どもの居場所へ飲料水寄贈(25ケース)

【左から2番目】執行役員 鮎澤和夫様
【左から1番目】機械サービス部部长 知念三千人様
【右から1番目】営業所所長 城間進様

香典返し	日付	寄付者ご芳名	金額(円)	住所	摘要
	5月17日	島袋 賢有 様	100,000	南城市玉城字喜良原	(故)妻 和子 様の香典返し
	5月25日	仲村 安政 様	50,000	南城市佐敷字富祖崎	(故)父 安正 様の香典返し
	6月2日	儀間 朝浩 様	100,000	南城市知念字知名	(故)母 よね子 様の香典返し
	6月8日	平井 哲夫 様	200,000	南城市佐敷字佐敷	(故)母 ヨシ 様の香典返し

一般寄付	日付	寄付者ご芳名	金額(円)	住所	摘要
	4月23日	匿名 名	10,000		児童福祉のために
	4月26日	匿名 名	5,000		児童福祉のために
	5月25日	(有)ミサキ工業 様	30,000	西原町字小那覇	
	5月26日	匿名 名	10,000		
	6月16日	匿名 名	1,000		
	6月21日	匿名 名	10,000		

🌸 本会への寄付については、税制上の優遇措置が受けられます。 🌸



MUGムグフードプロジェクト (M:まーさん U:うちなー G:ごはん) in 南城市

大学生や高校生のボランティアで組織される「VONS」ボンズ(代表 島袋 未結 さん)は食品の寄付を呼びかけ集まった食品の仕分けや消毒などを行い、地元の社会福祉協議会や食品を支援する団体に届ける活動を行っています。

今回、南城市で初めて活動を行いますので、皆様のご協力をよろしくお願いします。

日時 令和3年7月18日(日) 12時～15時

場所 イオンタウン南城大里(正面入口室内)

食品の受付



困っている家庭や
子どもの居場所などへ



支援団体へ寄付

つながるフード ドライブ

実施しています!

フードドライブ

フードドライブは、ご家庭等で余っている食品を持ち寄り集めて、必要な人に届ける活動です。

新型コロナウイルスの影響による、失業や休職によって収入減少となり生活に困窮する世帯が増えています。今回、社会福祉協議会では、行政と連携し、市民並びに企業等の協力を頂き、様々な理由により生活にお困りの方々に対して、食品をお届けしていきます。

食品等ご提供を頂き、誠にありがとうございました。



おきなわこどもの未来
ランチサポート様より寄贈



市農業委員会(港川猛会長)と農地
利用最適化推進委員より人参の寄贈

【4月～5月】

寄贈者:39名
(団体5、業者5)
利用者:延119名



地域の皆さんからたくさんの協力を頂きました。
ありがとうございました。

食品等の受け渡しは・・・

食品提供に協力できる方!

市民皆様からの食品の寄贈を引き続き受付けていますので、ご協力をよろしくお願いします。

1. 賞味期限1カ月以上
2. 未開封で常温保存が可能(期限記載がある食品)

- ◆お米 ◆缶詰
- ◆インスタント食品
- ◆ソーメン など



場所:南城市社会福祉協議会
(南城市役所庁舎内 2階東側)

曜日:月～金(祝日除く)

時間:8時30分～17時15分

電話:917-5697

食品支援を必要とされる方へ

市民の皆様で食品の支援を
希望される場合は、お気軽に
ご相談ください。

電話917-5697
南城市社会福祉協議会