

みずほっと



ほっとくん

人々がつながり
地域に根を張り
その枝葉を伸ばしていく



特集

瑞穂で活躍する「キラッ人」さん 紹介します

●ボランティアセンターの紹介

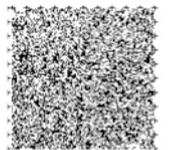


トピックス

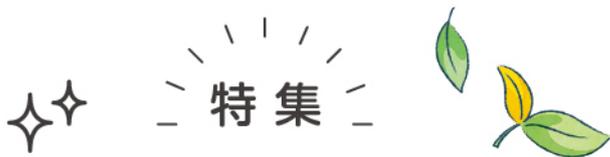
- 赤い羽根共同募金 募金機能付き自動販売機のお知らせ
- 学区探訪 vol.5 井戸田学区 ●瑞穂区のほっとする話
- こんにちは。いきいき支援センターです!! ●Hot な気持ち ●ほっとなつぶやき

■ 編集・発行 / 社会福祉法人 名古屋市瑞穂区社会福祉協議会 ■ webサイト / <http://www.mizuho-shakyo.jp>

高齢者や目の不自由な方にも専用のアプリで読み取ると本紙の内容を「音声で聞く」ことができる Uni-Voice コードを載せました。
お問い合わせは瑞穂区社会福祉協議会までご連絡ください。



Uni-Voice コード



特集

瑞穂で活躍する

キラッ人さん

きらっと

紹介します



▲通山主事
(ボランティア
コーディネーター)

瑞穂区内を中心に
ボランティア活動をされている
皆さんにお話を伺いました。

▶Photo 撮影協力：田村 和行さん(ダンディ瑞穂会)

Special thanks



ボランティアセンターの
役割

- 1 ボランティア情報の発信
ボランティアに関する情報誌の発行、ホームページでの活動紹介、チラシ等の掲示、配付などを行います。
- 2 ボランティア団体ネットワーク化支援
ボランティアグループの立ち上げ、グループ同士のネットワークづくり、広報などの活動支援をします。

ボランティアセンターでは、さまざまなカタチでボランティア活動を応援しています

3 ボランティア保険・
行事保険の受付

ボランティア活動中の事故に備えて加入する保険の受付をします。
【ボランティア活動保険】
ボランティア活動者対象で、期間は4月1日から翌年3月31日まで(年度中の加入可)
※行事ごとに加入する「行事保険」もあります

4 ボランティアの普及・啓発

ボランティアに関するイベント、普及活動を行います。(ボランティア・社会貢献活動の企画・講師との橋渡しを行います)

5 ボランティアの相談受付

ボランティア活動をしたい人、ボランティアを必要とする人からの相談に応じます。

6 ボランティアコーディネート

活動したい人と必要とする人との仲立ちをし、相談ごとの解決につなげます。

7 災害時のボランティア活動支援と協働

災害時におけるボランティア活動について、平常時からの災害に強いまちづくり啓発とネットワーク強化を図ります。また、有事の際は「瑞穂区災害ボランティアセンター」を立ち上げ、ボランティア協働のもと、センター運営を行います。

8 地域ぐるみの福祉教育の推進

福祉意識の醸成と地域福祉推進の主体形成をめざし、学校や地域からの福祉学習等の相談に応じ支援します。

9 研修・講座

ボランティアや地域活動について知りたい方、ボランティアを始めてみたい方の講座など、活動の際に役立つ講座を行っています。

名古屋市・区社協
ボランティア情報サイト

なごやボラねっと

○市・区社協ボランティアセンター登録のボランティア情報をネット検索できます。活動内容などの情報、ボランティア募集情報などを見ることができます。

ホームページアドレス

https://mimiline.jp/nagoya_svc/



名古屋市・区社協ボランティア情報サイト

なごやボラねっと

みずほみんなの食堂
事務局
平野 真弓さん



kira!
☆☆



もっと大きな力に

みんながつながることで

「みんなの食堂」をはじめたきっかけ

ある日、家庭と仕事の往復の人生にふと気づきました。仕事で子ども食堂の取材に行ったことをきっかけに、地域の居場所をつくろうと、子どもも大人もみんなが楽しくつながれる「みんなの食堂」をはじめました。

活動を経て得られたこと

ボランティアを通して良い仲間と出会えました。また、スクールソーシャルワーカーが子どもたちの居場所づくりのために活動する姿を見て「この仕事をやってみたい」と思い、社会福祉士の資格を取得しました。

ボランティア同士がつながることで大きな力に

瑞穂区で活動するボランティア同士が、子どもや子育て・地域のつながりづくりについて協働して取り組めるようになればいいと思います。

それぞれのボランティアは、とても素晴らしい活動をしていますので、それが一つになればもっと大きなエネルギーが生まれると思います。

いままで地域を支えて下さった方々への敬意と感謝

長い間、活動をされてきた民生委員さんやボランティアさんなどが地域を引っ張って来たと思います。その活動をリスペクトして次世代につなげることで、多くの方が地域活動に興味を持ってほしいと思います。

子ども食堂…無料または低価格帯での「食」を通したコミュニティの場です。運営の多くがボランティアの活動により支えられています。

企画・
手作りボランティア
大学3年生
林 芹奈さん



kira!
☆☆



誰かのために

自分の好きなことが

企画・手作りボランティア参加のきっかけ

中学ぐらいから裁縫に目覚めて趣味で手芸を行っていました。今回、学校で手にとった「ボランティア募集」のチラシがきっかけとなり、この活動に参加することにしました。

大学では出会えない人とのふれあいと経験

これまで趣味で裁縫をしてきましたが、瑞穂区社会福祉協議会の公式グッズなどを制作する「企画・手作りボランティア」の定例会に参加し、自分の作った手芸作品が人の目にふれて反響をいただけることや、普段はあまり関わることのない、地域の方やボランティアさんと交流の機会ができたことが嬉しかったです。

自分の趣味が将来の夢と社会貢献に

将来は家庭科の先生になりたいと思っています。これから実習などもあるため学業との両立が難しくなりますが、できる時間に作品づくりを行っていきたいです。

また、自分の趣味が少しでも社会貢献につながればと思っています。



募金機能付き
自動販売機のお知らせ



このような自販機が目印☆
(写真は一例です)

何かしてみたいけど、いきなりは難しいかも…という方へ

飲み物を1本買って、赤い羽根共同募金に協力しませんか？

募金機能付き自販機で飲み物を購入すると、売上の一部が赤い羽根共同募金に寄付され、瑞穂区と愛知県内の地域福祉活動に役立てられます。瑞穂区内には現在9ヶ所に設置されています。見つけたら是非ご利用ください。

瑞穂区の自販機設置場所はこちら！

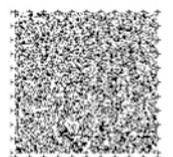


赤い羽根共同募金

★パソコン・スマートフォンからも募金に協力いただけます。以下のURL、右記のQRコードをご活用ください。

<https://hanett.akaihane.or.jp/hanett/pub/homeTown?data.jisCd=23108>

★今年度も10月1日～12月31日まで、赤い羽根共同募金運動を実施します。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。



井戸田学区地域福祉推進協議会は、設立30周年を迎えました

学区探訪

Vol.5

井戸田学区

笑顔いっぱい・つながるサロン

井戸田学区では集会所など身近な場所を利用して、健康の維持・活力の向上および地域の情報交換を目的に、井戸田コミュニティセンターにて「井戸田ふれあいサロン」と、姫宮集会所にて「井戸田姫っこサロン」をそれぞれ毎月1回開催しています。

取材した日は久しぶりのサロン開催で、学区在住の「井戸田亭ハイボールさん」による寄席が開催されていました。

2つのサロンを担当されている井戸田学区地域福祉推進協議会の今井さんにお話を伺いました。

質問：今井さんから皆さんにお伝えしたいことはありますか？

今井さん：（本来なら2つとも共生型サロンですので）いろいろな人に参加して欲しいですね。

参加されている方からは「月に1回の開催なので、その日が来るのを楽しみにしています。」「ここに来ればたくさんの知り合いができて話がはずみます。」などの声があり、憩いの場所となっています。

※共生型サロン…高齢者、就学前の親子、障がいのある方など、参加者の範囲を分け隔てなく地域住民の交流を目的に地域の誰もが参加できるサロンです。

地域福祉推進スタッフの福岡が取材しました



井戸田コミュニティセンター
「井戸田ふれあいサロン」



「井戸田亭ハイボールさん」による寄席

姫宮集会所「井戸田姫っこサロン」



ゲームなどを行い
楽しく身体を動かしながら交流

瑞穂区のお話

家族の笑顔が私の原動力

高齢者はつつつ長寿推進事業（愛称：コスモス）の会場で参加者の方とお話をしていると、昔の瑞穂区では、近くの野山に山菜が自生し、養鶏場やにんじん畑が沢山あって取れたての食材が手に入り、大変美味しかったそうです。そんな話題の中から、今回は料理上手な参加者の方にお聞きした“おすすめレシピ”をご紹介します。

お孫さん・娘さんとピクニック



ヘルシーで簡単！さば缶ハンバーグ

材 料 2人分 調理時間 30分

- ・さば缶 ……………半分(100g)
- ・木綿豆腐 …………… 70g(水切りする)
- ・玉ねぎ …………… 4分の1
- ・オリーブオイル …………… 大さじ1
- A 〔・卵 …………… 1個
・パン粉 ……………3分の1カップ
・オートミール …………… 大さじ2〕
- B 〔・調味料(生姜汁 大さじ1、味噌、塩、胡椒)〕
- C 〔・大葉 …………… 2枚
・大根おろし …………… (お好みで)
・ポン酢 …………… 少々〕



- ①しっかりと水を切った豆腐とみじん切り玉ねぎを用意
- ②ボールにAを入れて混ぜ、ほぐしたさば缶(汁も)、①、Bを入れて混ぜ合わせ2つにまとめる。
- ③フライパンにオリーブオイルを温め、②を焦げ目がつくくらい両面を焼いたら酒を入れて蓋をし、2分程度蒸し焼き。
- ④皿に盛りCをのせて、ポン酢をかけて完成。
・ポン酢を手作りする場合は、酢の代わりにカボスのしぼり汁を使用すると、とってまろやかになります。

以前はハンバーグをひき肉から手作りしていましたが、今は缶詰ブームと健康を考えるとこのレシピを考えました。低カロリーでタンパク質、食物繊維が豊富で沢山食べることができると家族に大好評です！

美味しそうに食べる家族の顔を見るのは何より嬉しいです。

レシピ考案 コスモス参加者 ピーコのママさんより

こんにちは。 いきいき支援センターです!!

その1 介護保険のサービスを利用して ～当事者の家族の声を聴く～

介護保険制度の利用方法のご案内と、介護サービスを利用されている介護者へのインタビュー動画です。介護保険サービスを利用して、上手に介護とご自分の生活のバランスをとって生活されている方をご紹介します。

視聴 URL : <https://youtu.be/W4LZJgAACpA>



スマートフォンからは
こちらのQRコードを
ご活用ください。
◀なごや動画館「まるはっちゅーぶ」より



その2 「みずほイキキ情報活用ガイド」 を作成しました

介護予防・閉じこもり予防・仲間づくり・生きがいづくりの場や機会、相談場所を知っていただくために作成しました。身近な社会資源を活用し、フレイル予防に役立てましょう。

フレイルとは!?

フレイルとは加齢によって、気力体力が徐々に落ちた状態のことを言います。多くの人が健康な状態からフレイルの段階を経て要介護状態になります。



令和4年度 下半期(令和4年10月～令和5年3月) 「認知症の人を介護する家族支援事業」のご案内

1 認知症家族教室

対象：認知症の方を介護しているご家族

認知症の方を介護しているご家族は、いろいろと不安に感じたり悩んだりされることと思います。この教室では、認知症の知識を深め、介護者同士の交流をとおして、一人で悩まず介護できるようにお手伝いいたします。

全5回教室(10月～2月)

東部 第2金曜日	西部 第3火曜日
10時00分～12時00分	13時30分～15時30分

※11月は
13時30分～15時30分

2 家族サロン

対象：認知症の方を介護しているご家族・介護経験のある方

認知症の方を介護しているご家族が、不安や悩み(たまにはグチも…)を自由に話し合える場です。介護や生活の情報を交換して、少しホッとしていただけるようお手伝いいたします。

東部 第1水曜日	西部 第4木曜日
13時30分～15時30分	13時30分～15時30分

※1月は第2水曜日 ※2月は第3木曜日

3 もの忘れ相談医による専門相談

対象：もの忘れのことで不安のある方・ご家族

もの忘れ相談医とは、認知症診断の知識・技術、ご家族からの悩み等の相談に応じるための研修を修了している、地域の専門医師のことで。その医師と認知症の症状や治療について気軽に個別相談できる場です。

東部 第2水曜日	西部 第4水曜日
13時30分～15時00分	13時30分～15時00分

※11月は第5水曜日
※12月は第3水曜日

お問い合わせ先・申込先

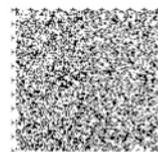
●瑞穂区東部いきいき支援センター 電話 858-4008 FAX 842-8122

●瑞穂区東部いきいき支援センター分室 電話 851-0400 FAX 851-0410

担当地域 豊岡・中根・弥富・陽明・汐路小学校区

●瑞穂区西部いきいき支援センター 電話 872-1705 FAX 872-1707

担当地域 御劔・高田・堀田・穂波・井戸田・瑞穂小学校区



※新型コロナウイルス感染症の状況により、事業を中止する場合がございます。予めご了承ください。

令和
4年度

賛助会員様を募集しています

本会では区民の皆さまに賛助会員になっていただき、その会費を財源とした様々な事業を実施しております。

皆様からお寄せいただきました賛助会費は、地域福祉活動を進めるための大きな役割を果たしており、貴重な財源として活用させていただいております。

※個人の方は、所得税に係る寄付金控除の対象となります。法人・団体の方は、法人税により、金額を「損金」に算入することができます。

令和4年度 賛助会費
年会費

《個人》 1口 1,000円
《法人・団体》 1口 10,000円

各学区で集められました賛助会費については、9割を来年度の地域福祉活動の財源として、残りの1割は瑞穂区の地域福祉活動のために役立てられます。

令和3年度賛助会員様一覧(法人・団体) ご支援いただきました皆様に深く感謝申し上げます

【順不同・敬称略】

- ・有限会社アイ・ケーサポート
- ・アサヒサンククリーン ケアプランセンター瑞穂
- ・医療法人 一樹会 浅野眼科クリニック
- ・朝日実業株式会社
- ・特定非営利活動法人 あたたかい心
- ・石原機械株式会社
- ・いちご大喜
- ・有限会社オオタサイクル
- ・岡崎信用金庫 瑞穂支店
- ・クツナ商事株式会社
- ・久米クリニック
- ・駒田印刷株式会社
- ・株式会社さくらリパス
- ・社会福祉法人 しあわせあっくん
- ・株式会社 シュテルン名古屋南
- ・昭和青色申告会
- ・医療法人 浩聖会 すぎやま歯科
- ・特定非営利活動法人すけっとファミリー
- ・学校法人 瀬木学園
- ・有限会社ダイユー
- ・TAJIMA コーポレーション
- ・タック株式会社
- ・有限会社 妻木興業
- ・株式会社 天心 ぐるーぷほーむ花ごころ瑞穂
- ・株式会社東海商事
- ・東名水処理株式会社
- ・株式会社 土建山川組
- ・特別養護老人ホーム なごやかハウス岳見
- ・医療法人 幸世会 西本病院
- ・日昭電工株式会社
- ・株式会社ブーケリぼんケアサービス
- ・ホロスペース パール
- ・株式会社 HOUSEN 訪問介護事業所 芳泉
- ・丸太運輸株式会社
- ・ライフアップ訪問看護ステーション陽明
- ・産婦人科 水野クリニック
- ・みずほ在宅支援クリニック
- ・有限会社 瑞穂ビル
- ・三井住友銀行 八事支店
- ・株式会社 安江
- ・株式会社ヤマイチテクノ名古屋支店
- ・山内殖産株式会社
- ・株式会社山田産業
- ・横井医院
- ・ライチ産業株式会社

令和3年度 賛助会費 総額 3,763,780円 《個人》3,240,000円 《法人》523,780円

HOTなきもち

本会にご寄付いただき、ありがとうございました。

(令和4年2月～令和4年5月) ※順不同

寄付金

- 名古屋ヤクルト販売株式会社 様
- 匿名 3名

※お寄せいただいた寄付金は本会地域福祉基金等として受け入れ、その果実(利息)により、各種社会福祉事業の実施等、地域福祉の推進に活用させていただきます。

寄付物品

▲ブラザー販売株式会社 様

- 小型空気清浄機、交換用フィルター
ブラザー販売株式会社 様
- 餃子 株式会社 STAR-M 様
- その他

※寄付物品につきましては、本会事業に活用させていただきます。



瑞穂区社会福祉協議会

Facebook /
YouTube
配信しています!



ほっとな
つぶやき

編集後記



昨今、さまざまな領域でボランティア活動が必要とされています。今回の「みずほっと」の樹(表紙)は、地域社会という空間で種々の人間関係や社会関係を継続していくための「ボランティアの樹」として例えることができます。人により主体的に枝を伸ばし、葉を繁らすというボランティア活動のプロセスそのものです。社協としてボランティアの樹を大切に育てていきたいと思っております。(平)

編集・発行

社会福祉法人
名古屋市瑞穂区社会福祉協議会
〒467-0016 名古屋市瑞穂区佐渡町3丁目18番地

電話

(052) 841-4063

FAX

(052) 841-4080

webサイト

<http://www.mizuho-shakyo.jp>

メールアドレス

mail@mizuho-shakyo.jp



最寄駅 地下鉄 桜通線瑞穂区役所駅
下車260m(区役所東方面)

