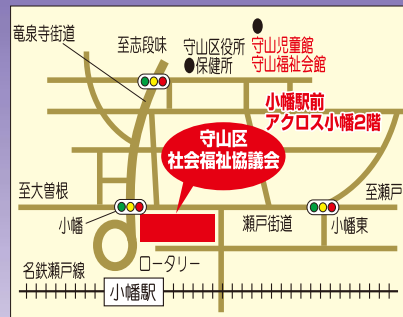


社協だより

vol. **84**
2018
SPRING

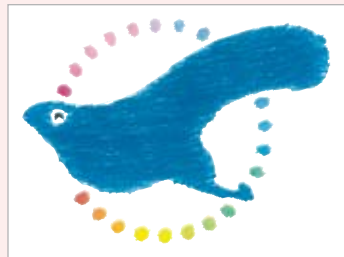
社会福祉法人
名古屋市守山区社会福祉協議会
(名古屋市守山区共同募金委員会)

◎代 表 (052) 758-2011
◎東部いきいき支援センター (052) 758-2013
◎東部いきいき支援センター分室 (052) 736-0080
◎なごやかヘルプ事業・居宅介護支援事業 (052) 758-2014
◎F A X (052) 758-2015
◎デイサービス (052) 685-7584
◎守山児童館 (052) 796-1501
◎守山福祉会館 (052) 793-6330
◎E-mail moriyamaVC@nagoya-shakyo.or.jp
◎ホームページ
(守山区社協) <http://www.moriyama-shakyo.jp>
(守山児童館) <http://moriyamajidoukan.org/>
(守山福祉会館) <http://moriyamafukushi.jp>



〒463-0048
名古屋市守山区小幡南一丁目24番10号

サロンのシンボルマークが誕生しました!



シンボルマーク
デザイン: 楚 勉 氏

守山区では、高齢者サロンや認知症カフェなどの開設数が年々増加し、本会が把握しているだけでも現在96ヶ開設しています。

そこで、100ヶ所到達とサロンのますますの拡大を祈念し、このたび「シンボルマーク」を作りました。

守山区の地形は飛鳥のカタチ、これを幸せの象徴として青い鳥に、人が輪（和）で結ばれてほしいとの願いが込められています。

また、20個の丸は守山区の学区数でもあります。こんなキュートなシンボルマークを作っていただいたのは、白沢学区在住の楚勉さん(73歳)です。楚さんは、「自分の住んでいる所でお役にたてて嬉しいです」と話されます。今後、シンボルマークを入れた“のぼり”などを作成し、サロン開催時などに掲出するなど、本会として、区民へのサロンの一層の広報と開催場所の拡大を目指していきます。



そ づとむ
楚 勉 氏

ふれあい・いきいきサロンとは

高齢者や障がい者、子育て中の親子などが、身近な場所で気軽に仲間づくりや生きがいづくりを行い、地域でいつまでもいきいきと暮らせることを目指す交流活動です。

ふれあい・いきいきサロン整備助成金

サロンの開設や運営費用の一部を助成しております。一定の要件がありますので、守山区社会福祉協議会までお問い合わせください。



デザイン: 楚 勉 氏

おんどく おんがく もりやまく 音読区・音楽区・守山区 の取り組み

声を出して“賑わいのある元気な守山区”を目指す取り組み。「音読リーダー」を始め、現在養成中の「元気な歌リーダー」などが、地域イベントやサロンなどへ出向き、声の出し方や滑舌がよくなる方法などを伝授する講座やイベントを行います。

また、本取組に賛同いただける団体などとも連携しながら、取り組みの拡大を図ります。

地域福祉 探訪記

「音読リーダーの音読講座」

取材: 大川孝次さん

おんどく おんがく もりやまく
守山区では、「音読区・音楽区・守山区」を合言葉にこの活動をすすめています。

皆さんは「音読」という言葉をご存知ですか? 聞きなれない言葉だと思いますが、文章を声に出して読むことです。大きな声を出して文章を読み上げると心がすっきりします。その上、脳の活性化にもつながり認知症予防に効果があるといわれ、さらに声を出すことで喉が鍛えられ、誤嚥防止や肺炎予防にもつながるそうで、とても注目されています。今回、音読リーダーの講座があると聞いて、その会場を探訪してきました。楽しみにしながら行くと、定刻の午後3時には既に部屋いっぱいの参加者と、音読リーダー5名が集まっていました。音読リーダーとは、東海テレビアナウンサー庄野俊哉さんによる「音読リーダー養成講座」を受講した方たちで、今年度50名以上のリーダーが誕生したそうです。そのうちの5名が今日の講座の担当です。講座がはじまりました。音読に適した「腹式呼吸」の練習、「あ・い・う・え・お」の母音の発音練習と、「パッ・タッ・カッ」などの滑舌トレーニング、それが終わると今度は子どもの頃によくやった早口言葉の練習です。「生麦・生米・生卵、赤巻紙・青巻紙・黄巻紙、・・・」ちょっと懐かしい感じです。参加者は口ごもりしながらも一生懸命で、その様子はほほえましく感じました。最後の仕上げが中日新聞に毎日掲載されている「くらしの作文」の音読です。普段の暮らしの中で感じた何気ない出来事、心温まるエピソードなどが読みやすい文章で掲載されています。この日は岐阜県Iさんの「80歳の挑戦」という作文を読みました。皆さん元気に声をだし、周りと息を合わせて音読する姿には頼もしささえ感じました。多くの方にこの講座を受けてもらい、元気はつらつ人生を送ってもらいたいと思いました。なお、音読リーダーによる「音読講座」はサロンなど区内のあちこちで行われていますし、集まりなどにも出張してくれるそうです。詳しくは社協までお尋ねください。



参考まで

「くらしの作文」の音読は、アナウンサー・キャリア30年という東海テレビアナウンサー庄野俊哉さんが音読した音声を聞くことができます。東海テレビのホームページからアクセスしてみてください。

<http://www.tokai-tv.com/announcer/ondoku/>

心配ごと相談

日常生活での困りごとや
悩みごとはありませんか?
どんなご相談でも無料で
お聴きいたします。



【日時】毎週木曜日13:00~16:00(祝日・年末年始は休み)
【場所】守山区社会福祉協議会 研修室
アクロス小幡3F(名鉄小幡駅隣)
※第2・4木曜日は人権擁護相談や行政相談も開催しています。
※電話相談は行っておりませんので来所の上で相談ください。
【問合先】守山区社会福祉協議会
電話: 758-2011 FAX: 758-2015

この広報紙は、みなさまからお寄せいただいた「赤い羽根共同募金」を財源としてつくられています。

～日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償します～

ボランティア活動保険

ボランティア活動中、ボランティア自身がケガをした(傷害事故)、他人にケガをさせてしまった、他人の物を壊してしまった(賠償事故)などの事故を幅広く補償します。

特徴

活動場所と自宅との往復途上の事故も補償
熱中症(日射病・熱射病)による傷害も補償
地震など天候によるケガも補償(天災タイプご加入の場合)

年間保険料

Aタイプ 250円
Bタイプ 300円
Cタイプ 350円
(天災タイプもあります)



ボランティア行事用保険

地域福祉活動の一環としてボランティア活動に関する各種行事における主催者および参加者のケガや賠償責任を補償します。

もりやま子育て隊

ちゅういっぷの子育て情報

もりやま子育て隊「ちゅうりっぷ」は守山区内で子育てを応援するボランティアグループで、保育園で園庭開放のお手伝いをしたり、子育てサロン・サークルで見守りや遊びのお手伝いをしています。



楽しい手づくり

「おこしもの」ってご存知ですか？
桃の節句に、古くから愛知県で供えられる和菓子の一つです。
米粉を使って簡単にできるので、お子さんと一緒に作ってみませんか？

作り方

1. ボウルに米粉と塩を入れ、ハシでよくまぜながら、一気に熱湯を入れよくまぜる。熱いのでビニール手袋をして、米粉が耳たぶくらいのやわらかさになるまで、よくこねる。

2. 型にラップを敷いて、1. をつめる。（厚さは1cmくらい）型がなくても、丸めて手のひらで押して平にただけでもよい。お子さんと一緒に色々な形を作って楽しんでみてね。

3. 2. を型からはずし、オープンペーパーの上に並べ、水でといておいた食紅で色づけをして、蒸し器に入れ15～20分蒸す。

4. 蒸しあがったら、網の上にオープンペーパーを敷いて並べ、表面を乾かしたら完成。できたらを、砂糖じょうゆにつけて食べてね。かたくなったものは、焼くとおいしくなります。 ちゅうりっぷ 吉田

やけど注意！

（材料 8～10個分）
・米粉……………180g
・塩……………ひとつまみ
・熱湯……………150～180cc
・食紅……………少々
（赤・黄・緑の各色を少量の水でといておく）
あれば、おこしもの用木型。
なければ、クッキー型やおにぎり型などでもO.K.



守山のキラッと輝く人を探せ！

第16回

今回は、『音読リーダー養成講座』の講師で東海テレビアナウンサーの庄野俊哉さんにお話を伺いました。

・アナウンサーを目指したきっかけを教えてください。

大学生の時に、結婚式の披露宴で司会をするアルバイトをしていました。そこで、喜んでもらえ、話すことの楽しさを知りました。

・アナウンサーをされていて苦労されたことはありますか？

新人の頃、取材で相手から言葉を引き出すことが難しい時があり、苦労しました。
事前に、取材をする相手を調べることも大切ですが、雑談力を高めることが重要だと学びました。また、本題に入る前に話しやすい雰囲気をつくるには、自分自身も身構えず、くだけた話を場を明るくすることが大切です。

・音読の活動をはじめたきっかけと効果について教えてください。

スマートフォンが普及して世の中が便利になり、文字で話すことが増えた結果、会話をすることが少なくなりました。そんな中、声を出すきっかけになればと思いはじめました。音読には、脳の活性化や認知症予防の効果があるといわれています。
音読にした理由は、声に出せば誰でも気軽に体験できるからです。ウォーキングのように毎日続けてもらえると嬉しいです。

・今後の展望や目標はありますか？

音読の活動を広めていきたいです。多くの人に良さを知ってもらうために、高齢者だけではなく、多世代に渡り活動を続けていきたいです。
また、高齢化社会の中で、活発なお年寄りが増えるといいなと考えています。特に、定年後の男性が、もう一度輝けるようにしたいです。私自身も、アナウンサー以外の事で、自分にできることをしたいと考えています。

長年、アナウンサーを務めていらっしゃるからこそのお話をたくさん聴かせて頂きました。今後のご活躍を応援しています！

あなたの声をお寄せください！

『社協だより』をより充実した内容にするためにあなたの声をお寄せください。

(A) 今回の「社協だより」の中でおもしろかった記事を1つ挙げてください。

(B) 今後、この「社協だより」で取り上げて欲しい記事や情報を教えてください。

(C) その他「社協だより」についてのご意見・ご感想をお聞かせください。

ハガキ・FAX・e-mailで、あなたの

①お名前、②性別、③年齢、④住所、⑤上記(A)～(C)のご意見をご記入の上、守山区社会福祉協議会「社協だよりvol.84」係までお寄せください。（あて先住所等の連絡先は表面の右上にあります。）

※平成30年4月13日（必着）までにお寄せいただいた方の中から、抽選で10名の方に粗品をプレゼントいたします。（結果は当選者のみに連絡いたします。）

名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業

参加者大募集！

【内 容】健康体操、創作活動、脳トレ、レクリエーション等々

【対 象 者】市内在住の65歳以上の方 ※会場までの送迎は行いません。

【参加期間】平成30年4月～9月（6か月間）毎週1回行います。

毎週1回、充実した時間を過ごして、新たな生きがいを見つけませんか？

【時間・会場】

	午前9時45分～11時45分	午後1時45分～3時45分
月曜日	川嶋神社会館	廿軒家会館
水曜日	森孝西コミュニティセンター	小幡北コミュニティセンター
木曜日	志段味東コミュニティセンター	守山区社会福祉協議会（アクロス小幡内）
金曜日	瀬古マザー園 平成会館	大森北コミュニティセンター

【参加人数】各会場おおよそ20名まで（申込者が大幅に超過した場合は抽選）※参加経験のない方優先

【参 加 費】無料（材料費等実費負担あり）

【申込方法】2月28日（水）までに守山区社会福祉協議会まで来所、もしくは電話、FAXにてお申し込みください。（「氏名（ふりがな）」「住所」「電話」「生年月日」「希望会場」をご記入下さい。）

赤い羽根共同募金

ご協力ありがとうございました。

平成29年度募金実績報告

○赤い羽根共同募金 金 11,260,516円

○歳末たすけあい募金 金 528,481円

お寄せいただきました寄付金は、守山区社会福祉協議会を通じて、守山区の福祉活動やボランティア活動の推進並びに、愛知県共同募金会を通じて愛知県下の民間社会福祉施設・団体の事業展開に役立てられます。

大口寄附者の皆様

（敬称略、順不同）掲載基準：個人1万円以上、法人等2万円以上

法 人 ・ 団 体 の 部	個 人 の 部
株式会社 玉越 守山陶芸クラブ ひまわり幼稚園 職員・園児一同 陸上自衛隊 守山駐屯地 志水クリニック 守山西中学校 職員・生徒一同 守山東中学校 職員・生徒一同 第2富士幼稚園 職員・園児一同 苗代小学校 職員・児童一同 瀬古小学校 職員・児童一同 廿軒家小学校 職員・児童一同 もりやま総合心療病院 学校法人 大島学園 みつる幼稚園 神保外科医院 株式会社 芝テクノ 株式会社 テレコムリンク 鍼灸院for ゆう 深谷悠平 守山友愛病院 株式会社 山忠観光 有限会社 錆屋 大悟接骨院 一新建材工業 株式会社 武市ウインド 株式会社 オカシズ 石原耳鼻咽喉科 長慶寺 白山神社	鈴木久美子 大島 宏彦 水野 寛子 梅村 一男 高桑 洋 安藤 定夫 水野 一男 後藤 淳 前田 栄一 杉原 武 水野 谷男

【問合】

名古屋市守山区共同募金委員会

小幡南1-24-10 アクロス小幡2階

TEL：758-2011 FAX：758-2015

小林克巳先生の健康レシピ


名古屋養専門学校講師

カリフラワー柔らか鶏旨煮



作り方

鶏肉は、一口大に切って、かたくり粉、卵白を加え、よく混ぜ、低温の油（140℃）に入れ、火を通しておきます。カリフラワーは小房に分け、人参と一緒にゆでておきます。ねぎは、斜めのぶつ切りにします。調味料を合わせておきます。中華鍋で、カリフラワー、人参、ねぎを炒め、調味料を加え、煮立て、鶏肉を入れ、水ときのかたくり粉を入れて仕上げます。
☆鶏むね肉はエビに代えて、カリフラワーはブロッコリーやカリフラワーに代えて作るのも良いでしょう。

材料 6人前

・鶏むね肉……………300g
・卵白……………1/2個
・かたくり粉……………大さじ3
・油……………
・カリフラワー……………300g
・人参……………50g
・ねぎ……………1本
・油……………大さじ2
・水……………カップ1 1/3
・スープの素……………1個
・塩……………少々
・こしょう……………少々
・酒……………大さじ1
・しょう油……………大さじ1
・かたくり粉……………大さじ2
・ごま油……………小さじ1

守山区社会福祉協議会へご寄付ありがとうございました

平成29年7月1日～平成30年1月31日受付分（順不同・敬称略）

*社会福祉法人九十九会 名古屋市緑寿荘

*名古屋ヤクルト販売株式会社 代表取締役 社長 守本実紀男

*名古屋ヤクルト販売株式会社 フリーマーケット

*なごや農業協同組合 守山ブロック農産物品評会 会長 二村文昭

*大森学区給食ボランティア

*げんこつあめ作り民生委員児童委員有志

平成30年2月発行