



大洲市 No.183 2020年 6月号 社協だより

編集 / 発行 社会福祉法人 大洲市社会福祉協議会
〒795-0064 大洲市東大洲 270-1

TEL 0893-23-0313
FAX 0893-23-0295

ホームページ <http://www.ozushakyo.jp>
大洲市社協 検索

~自宅で簡単にできる耳より情報!~

サロン等の活動を自粛している今だから

世界中で新型コロナウイルスが猛威を振るい、日本も例外ではなく、様々な活動の自粛を求められています。そんな今だからこそ、自宅で一人でも簡単にできるタオルストレッチを一部抜粋してご紹介します。コロナに負けないように、体調を整えていきましょう。

『100年後僕らは・・・大洲より』の曲にピッタリ。曲に合わせてやってみましょう。

ご当地体操

い　い おおず生き活き体操

(一部抜粋；ストレッチ編)

考案：NPO法人歩

ふきともこ
智子 健康運動指導士

発行元：大洲市地域包括支援センター

① 体側のストレッチ



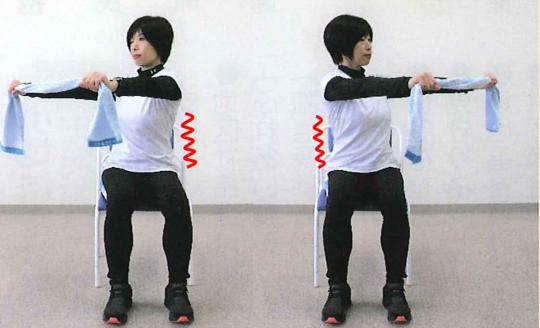
タオルの両側をピンと張るように持ち、頭の上に息を吐きながらゆっくり上げ、10秒間伸ばします。

② 胸のストレッチ



腰の後ろで手のひらを上にして持ち、息を吐きながら肩甲骨を背骨のほうに引き寄せ、10秒間胸を広げます。

③ 腰・背中のストレッチ



タオルを胸の前でピンと持ち、そのまま息を吐きながらゆっくり右にねじります。左の腰、背中まわりがひっぱられていることを意識しましょう。左も同様に行います。

④ 股関節まわりのストレッチ



膝の裏にタオルをひっかけたら息を吐きながら、ゆっくり股関節をまげていきます。お尻から太ももの付け根を意識できたら、10秒間伸ばします。

⑤ 太ももの裏側のストレッチ



足の裏にタオルをひっかけて膝を伸ばします。タオルを軽く引っ張りながら、体をゆっくり倒し、太ももの後ろを意識し、息を吐きながら少し足を広げて10秒間伸ばします。反対の足も同様に行います。

♪ おおず～がだいすきですう～♪ ♪

令和2年度
大洲市社会福祉協議会のとりくみ

基本方針

改正社会福祉法が平成30年4月に施行され、全国的に「地域共生社会」すなわち、支え手側と受け手側に分かれるのではなく、地域のあらゆる住民が役割を持ち、助け合い、支え合いながら地域・暮らし・生きがいを共に創り、高め合うことができる社会の実現に向けた取組みが重要となっている。

このため、大洲市からの委託を受けて「生活支援体制整備事業」に取り組み、日常生活圏域における助け合い・支え合いの仕組みづくりを推進することとする。また、平成30年7月豪雨災害に伴い開設した「大洲市地域支え合いセンター」の活動についても、未だ数多くの被災者が仮設住宅などで生活を余儀なくされており、被災者の生活再建に向けて、関係機関・団体等と連携を図りながら支援を継続する。

一方、長時間労働の是正や労働者間の待遇格差解消などを柱とした働き方改革関連法が平成30年7月に公布され、順次施行されていることに伴い、法令に則した適切な対応に努めるとともに、職員の資質向上を図りながら健全な経営

に努める。

今後とも、地域のあらゆる福祉課題・生活課題を真剣に受け止め、相談・支援や解決につなげ、誰もが安心して自分らしく暮らせる地域社会をみんなで創造する「福祉のまちづくり」を推進することを基本方針とする。

重点目標



- 【一】社協の健全な運営と感染症リスクへの備え
- 【二】小地域福祉活動の推進と市民福祉サービス事業の充実
- 【三】地域福祉関係諸団体との連携強化
- 【四】ボランティア・NPO等市民活動の啓発と支援
- 【五】福祉人材の育成・確保と組織化への支援
- 【六】職員の資質向上と明るい職場づくり

小地域福祉活動の推進と市民福祉サービスの充実



- 法令に基づく諸規程の整備
- 組織体制の整備
- 社協会員制度の推進
- 企画運営委員会の開催
- 地区協会長連絡会の開催
- 福祉基金の管理・運営及び基金管理運営委員会の開催
- 感染症対策の徹底
- 福祉サービス事業における事業評価の実施及び分析
- 個人情報保護及び情報公開の適切な対応
- 総合福祉センターの指定管理運営
- 適正な経理事務の遂行
- 大洲市社会福祉大会の開催
- 愛媛県社会福祉大会への参加
- 会報「社協だより」の発行
- ホームページ・ツイッター・フェイスブックによる情報発信と提供
- 障がい者の積極的な雇用
- 【地域福祉基金運用事業(ふれあい・いきいきサロン事業)】
- 【在宅福祉サービス事業(新介護キップ制度)】
- 【心配ごと相談所設置事業】
- 【軽度生活援助事業(軽度生活支援事業)】
- 【独居高齢者世帯等緊急通報装置保守管理事業】
- 【地域包括支援センター窓口業務(在宅介護支援センター)】
- 【外出支援サービス事業(河辺地域)】
- 【生活困窮者自立相談支援事業】
- 【点訳奉仕員等養成事業(手話・要約筆記・点訳・音声訳・傾聴・その他)】
- 【点字広報等発行事業】
- 【障害者軽度生活援助事業】
- 【県社協受託事業の推進】
- 【日常生活自立支援事業(福祉サービス利用援助事業)】
- 【生活福祉資金貸付事業】
- 【臨時特例つなぎ資金貸付事業】
- まじこじろ銀行運動の推進及びまじろ銀行運営委員会の開催
- 食料品等緊急一時生活支援事業の推進
- 福祉機器貸出事業の推進
- 大洲市受託事業の推進
- 【地域支え合いセンター事業の拡充・強化】
- 整備事業(生活支援体制整備事業)
- 【地域福祉基金運用事業(ふれあい・いきいきサロン事業)】
- 【在宅福祉サービス事業(新介護キップ制度)】
- 【軽度生活援助事業(軽度生活支援事業)】
- 【独居高齢者世帯等緊急通報装置保守管理事業】
- 【地域包括支援センター窓口業務(在宅介護支援センター)】
- 【外出支援サービス事業(河辺地域)】
- 【生活困窮者自立相談支援事業】
- 【点訳奉仕員等養成事業(手話・要約筆記・点訳・音声訳・傾聴・その他)】
- 【点字広報等発行事業】
- 【障害者軽度生活援助事業】
- 【県社協受託事業の推進】
- 【日常生活自立支援事業(福祉サービス利用援助事業)】
- 【生活福祉資金貸付事業】
- 【臨時特例つなぎ資金貸付事業】

社協の健全な運営と感染症リスクへの備え

- 理事会・評議員会・監事會の開催
- 評議員選任・解任委員会の開催

福祉サービス事業の適切な運営と質の向上

- 介護保険事業の安定経営
- 介護保険制度改正への迅速な対応の実施
- 通所介護事業所の指定管理運営（東大洲・若宮・長浜）
- 介護保険事業の実施
- 訪問介護事業（東大洲・長浜・肱川）
- 【通所介護事業（東大洲・長浜）】
【地域密着型通所介護事業（若宮）】
【訪問入浴介護事業（東大洲）】
【居宅介護支援事業（東大洲・長浜・肱川）】
- 介護予防事業の実施
- 介護予防訪問入浴介護事業（東大洲・長浜・肱川）
- 介護予防支援業務の受託（東大洲・長浜・肱川）
- 介護予防・日常生活支援総合事業の実施
- 介護介護相当サービス（東大洲・長浜・肱川）
- 障害福祉サービス事業の実施
- 地域活動支援センター事業（東大洲・長浜・肱川）
- 【障害者居宅介護事業（東大洲・長浜・肱川）】
- 【障害者重度訪問介護事業（東大



地域福祉関係諸団体等との連携強化

- 居宅介護支援事業者連絡会・サービス担当者会との連携
- 自立支援協議会専門部会との連携
- 精神保健福祉連絡会との連携
- 障がい者連絡協議会との連携

ボランティア・NPO等市民活動の啓発と支援



- 福祉教育活動の推進
- 【ボランティア・福祉体験教室の企画・協力】
- 【福祉体験機材の貸出】
- ワークキャンプの開催
- ボランティア体験事業・講座の開催
- 福祉ボランティア研修会（地域福祉研修会）の開催

福祉人材の育成・確保と組織化への支援

- ボランティア連絡協議会、ボランティア団体等との連携と支援
- NPO・ボランティアに関する情報収集・提供
- ボランティア活動保険の加入促進
- 災害ボランティアセンターの運営に関する機能強化
- ボランティアセンター用備品類の整備・管理
- 【関係機関との連携体制の構築】

職員の資質向上と明るい職場づくり

- 各地域の課題分析及び支援対策研究分析及び課題検討
- 小地域活動グループの把握・支援
- 介護職員初任者研修の実習受入
- 社会福祉援助技術現場実習の受入

- 安心して働ける職場環境の整備
- 【健康診断及びストレスチェックの実施】
- 【仕事と子育ての両立支援（ノースタッフ）】
- 【安全衛生委員会の開催】
- 各種職員転換資格取得の支援
- 職員研修の実施

【ご案内】 この度の新型コロナウイルス感染症の影響により収入減少があった世帯の生活を支援する為、従来の貸付制度を拡大した下記の貸付を実施しています（※生活保護世帯は対象となりません）。

【緊急小口資金（特例貸付）】

- ◇ 貸付限度額：10万円以内（学校等の休業や個人事業主等の特例の場合は20万円以内）
- ◇ 据置期間：最大1年以内 ◇ 償還期間：最大2年以内 ◇ 貸付利子・保証人：無利子・不要

【総合支援資金（特例貸付）】

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

【連絡先】 大洲市社会福祉協議会 電話 23-0313（土・日・祝除く 8:30~17:15）

まごころのおくりもの 3月分

金銭の部(一般分)

大洲地域労働者福祉協議会様
大洲市
大禪寺様 西大洲

(指定分)

《喜多地区社協へ》
宮下文明様 東大洲
《大川保健福祉協議会へ》
石本勝利様 森山

物品の部

《ティサービスセンター長浜へ》
大洲市立大洲北中学校
ボランティア委員会様 東大洲
シャワーチェア 1台

あたたかい善意をありがとうございました。感謝をこめて掲載させていただきます。

皆様からのご芳志につきましては、各地区社会福祉協議会や市社会福祉協議会、その他使途についてご指定いただけます。これらは、高齢者や障がい者等の在宅福祉、ボランティア活動など福祉活動の貴重な財源として、大切に活用させていただいてあります。

評 点滴に老いの身あづく暮の春
佐野 幸子

暮の春、つまり春の終りを入院中の作者、栄養補給などの点滴注射に身をあずく、まかせる。養生に懸命です。

評 何時も奥様の介護をされている作者、その奥様は入院中とか。独りの食なれば目刺で充分と。作者の胸中思うばかりです。

評 目刺焼く独り住まいの夕餉かな
佐野 満寛

評 うぐひすや愛犬と耳澄まし聞く
松本 朋子

作者は犬を大切にしておられるのでしょうか。その犬と一緒にうぐひすの声を聞く、おだやかな日常が見えてきます。

評 枝歩行の前を横切る白き蝶
森本 正男

てふてふが前を横切った、杖での歩行をがんばれと言うように。



大洲市社会福祉協議会
地域福祉係
☎ 23-0313
㈹ 23-0295

■このコーナーは、白岩チヅ子先生に担当していただきております。どなたでも、ご応募大歓迎です。俳句に挑戦してみませんか。みなさまからのお便りをお待ちしております。

心配ごと相談所案内

大洲市社会福祉協議会 (本所)	【一般相談】毎週月・水曜日 【弁護士法律相談※要電話予約】毎月第1・3火曜日(6月2日と16日) 【司法書士等法律相談】毎月第2・4・5火曜日および毎週木曜日 大洲市総合福祉センター 午前10時~午後4時(弁護士法律相談は正午まで)※祝日を除く
長浜支所	6月26日(金) 大洲市長浜体育館 午後1時~午後4時
肱川支所	6月5日(金) 大洲市肱川公民館 午後1時30分~午後4時30分
河辺支所	6月10日(水) 大洲市河辺老人福祉センター 午前9時~正午

問い合わせ先 本所 TEL23-0313(代表、弁護士相談予約) TEL23-5629(相談室直通)
長浜支所 TEL52-1194 肱川支所 TEL34-2312 河辺支所 TEL39-2510

※新型コロナウイルス感染状況により、休止となる場合がありますので事前にお問い合わせ下さい。(5/10まで休止中。)

俳句ひろば