

2022.3
No. **102**

西 都

社協だより

発行／令和4年 3月15日

今年もたくさんのありがとうを!

赤い羽根共同募金ご協力ありがとうございました。



社会福祉法人 西都市社会福祉協議会・社会福祉法人 宮崎県共同募金会西都市共同募金委員会

〒881-0004 西都市大字清水1035番地1(総合福祉センター内) TEL.0983-43-3160・FAX.0983-42-4743

E-mail saito-s@face.ne.jp ホームページ <https://www.saito-shakyo.jp>



令和3年度の赤い羽根共同募金のご報告

令和3年10月1日から12月31日までの間、「じぶんの町をよくするしくみ」をメインテーマに赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動を実施しました。

運動期間中、市民の皆さまからたくさんのご支援・ご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。皆さまからお寄せいただいた募金は、西都市の福祉活動やボランティア活動に活用させていただきます。



募金総額 4,833,578円

戸別募金 3,333,440円

職域募金 563,940円

法人募金 140,000円

学校募金 138,422円

街頭募金 199,727円

その他募金 44,290円

歳末たすけあい募金 413,759円

戸別募金

区長・班長・公民館長・実行組合長さんを通して、一世帯あたり600円を目標額にご協力をお願いし、市内各世帯の皆さまから募金をお寄せいただきました。

職域・法人募金

下記事業所などで働く職員の皆さまや団体で活動される皆さま、法人・事業所さま等から募金をお寄せいただきました。（敬称略・順不同）

西都農業協同組合
宮崎第一信用金庫西都支店
高鍋信用金庫西都支店
宮崎太陽銀行西都支店
西都三宅郵便局
医療法人暁星会 三財病院
いわみ小児科医院
医療法人百喜会 上野医院
医療法人社団大和会 大塚皮膚科医院
医療法人社団 黒木胃腸科医院
西都児玉眼科
地方独立行政法人 西都児湯医療センター
医療法人暁星会 老人保健施設 並木の里
久保循環器内科医院
すが歯科医院
穂北はせがわ歯科医院
長嶺薬局
みふね調剤薬局
みやけ調剤薬局
わかば薬局
社会福祉法人日章福祉会 静和園
社会福祉法人百喜会 とのこおり荘
社会福祉法人 晴陽会 うからの里
社会福祉法人光陽会 清水台通所センター
社会福祉法人日章福祉会 岩崎保育園
学校法人穂北学園 認定こども園西都ふたば幼稚園

社会福祉法人陽光福祉会 白梅保育園
社会福祉法人ひかり会 大きな家族こども園
社会福祉法人つばさ福祉会 こどもの家
社会福祉法人童夢福祉会 妻保育園
社会福祉法人石井記念友愛社 石井記念ひかり保育園
西都自動車学校
西都土木事務所
(株)九電工
(有)ふくしげ印刷
フジクリーン(有)
(株)イマイ印刷
木の花高齢者クラブ
右松米寿高齢者クラブ
黒生野高齢者クラブ
くらま高齢者クラブ
岡富高齢者クラブ
大口川高齢者クラブ
童子丸高齢者クラブ
調殿高齢者クラブ
高台友愛高齢者クラブ
三納芳寿高齢者クラブ
三納山桜高齢者クラブ
平郡睦美会高齢者クラブ
山田高齢者クラブ
上野高齢者クラブ
高屋高齢者クラブ

鹿野田長生高齢者クラブ
下三財高齢者クラブ
花月高齢者クラブ
川南高齢者クラブ
上三財百才会高齢者クラブ
麓長寿高齢者クラブ
あじさい会
西都手話サークルひまわり
西都マジシャンクラブ
嬉松会
音声訳ボランティアひかり
宮崎県手をつなぐ育成会 西都支部
西都市母子寡婦福祉連絡協議会
桜川プロバス
西都市役所職員一同
西都市社会福祉協議会職員一同



学校募金

児童の皆さんや生徒会の役員さん等が中心となり、さまざまな活動を通して募金をお寄せいただきました。（敬称略・順不同）

妻南小学校
妻北小学校
穂北小学校
茶臼原小学校
三納小中学校

都於郡小学校
三財小中学校
西都銀上学園
妻中学校
穂北中学校

都於郡中学校
妻高等学校
宮崎医療福祉専門学校
宮崎県立産業技術専門学校



募金箱設置

10月から12月の間、下記の事業所さん等の店頭や事務所受付などに募金箱を設置してくださり募金をお寄せいただきました。（西都市共同募金委員会では、運動期間中、募金箱の設置にご協力いただける事業所等を探しています。ご協力いただける場合は、本会までご連絡ください。）

（敬称略・順不同）



シティサイト(株)
働く婦人の家
有ハマダ
救命堂
救命堂 三宅店
賃フレンド山崎
宮崎カメラ西都店クレヨン
西都市児童館
株明林堂書店 西都店
賃弘文堂
うなぎの入船

ダイアナ
ほっともつと西都店
ほっかほっか亭
うたごえ喫茶 あいあい
いきいき市場
パークゴルフ場
夢たまご
さいと温泉
西都ヤングボウル
コメリハード&グリーン右松店
ここっとキッチン

ミッキークリーニング パオ店
メガネのトリハラ パオ店
株一ツ瀬青果市場
いろどり
ミッキークリーニング 本店
長嶺薬局
株ホンダ販売電工社
山の駅
久保循環器内科医院

街頭募金

コロナ禍でも、市内4店舗・西都市観光協会さま等のご協力をいただき、下記会場にて街頭募金の活動を通して募金をお寄せいただきました。（敬称略・順不同）

西都古墳まつり
オータムフェスタin西都原
市民会館まつり

シティサイト(株)
マルショク西都店
Aコープさいと店
トライアル西都店



その他募金

個人からの募金等をお寄せいただきました。
（赤い羽根自動販売機」の売上の一部も含まれます。）

「赤い羽根自動販売機」とは、飲み物を購入すると、その売上の一部が赤い羽根共同募金に寄付される自動販売機のことです。現在、西都市地域福祉センターに1台。清水台公園C面に1台。また、昨年11月、三谷木材産業(株)さまが社会貢献活動のひとつとして社屋横に設置くださり、合計3台となりました。

三谷木材産業(株)さまは、以前より他の寄付つき自動販売機を設置されていますが、自動販売機増設にあたり、地元へ貢献できるものをということで赤い羽根自動販売機を設置いただきました。

（「赤い羽根自動販売機」の詳細について、ご検討いただける際は、お気軽に西都市共同募金委員会までお問い合わせください。）



令和3年度 歳末たすけあい運動を行いました!

12月1日から1か月間、赤い羽根共同募金運動の一環として「歳末たすけあい募金運動」を行いました。民生委員児童委員の皆さまに募金活動へご協力いただき、たくさんの方に歳末たすけあい募金をお寄せいただきました。皆さまからお寄せいただいた413,759円を活用し、市内867名の80歳以上の見守りが必要な1人暮らし世帯や障がい者世帯等を福祉推進会役員(区長・民生委員児童委員・福祉協力委員)が訪問し、生活用品を詰め合わせた歳末ほっと宅配便をお届けしました。たくさんのご協力ありがとうございました!



ご承諾いただいた方についてお名前を掲載させていただいています。

(敬称略・順不同)

◎妻地区

(有)オーディオヤマグチ
山岡良治
小西和幸
後藤工業(株)
(株)学教
井上憲
妻中弓道部
医療法人雅会シルバーコート新町
社会福祉法人稚児ヶ池福祉会
理事長 浜砂一郎

近藤サエ
秋鷹弘幸
秋鷹幸子
(有)河野自動車
出水キヨ子
吉野文子
小野田一夫
宇田トヨ子
清水明
のみくい処柚子
(株)横田製材所
右松福祉会
(株)杷野
大口川自治公民館
(株)伊達組
橋口佐一司法書士事務所
田代美枝子
妻地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

◎穂北地区

(株)池水製材
望戸建材店
阿萬建設
フレッシュ館かわの
丸山プロパン
(株)サキヤマ
(有)入船
石田水道
中武信幸
穂北第8区 推進会
佐々木徳春
佐々木紀子

圖師美保子
長友ミヨ子
如法寺
衣料のすずき
穂北地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

◎都於郡地区

西都砂利簀
神楽酒造(株)
(株)杉尾植木
上野医院
荒木電機店
上埜商店
大安寺
光照寺
林政子
河野英敏
川崎孝浩
金丸敏幸
安藤優
安藤義朗
菊池誠
(有)郡山運送
光照こども園
齋藤洋一郎
齋藤洋之
とのこおり荘
高橋広行
日高国男
奥山純広
日高宗昭
羽田正治
緒方正志
長友教行
篠原哲男
久保田ストア 久保田雅民
(有)潮建設
都於郡郵便局
都於郡地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

◎三納地区

JA三納支所
三納郵便局
伊藤稔郎
米良広行
緒方三男
中武清利
守田誠
永田豊
佐藤進
児玉浩
藤原修一
伊藤芳彦
橋口隆保
安藤誠一
伊藤利弘
佐久間菊雄
梅原健治
安藤カズ工
金丸美容室
局佳和
伊藤建具店
イノウエストア
ナガトモ石油(有)
サン美容室
富田有智
河野正憲
(有)久保自動車
杉田幸男
谷山修一
伊藤康孝
中村宗一
吉野浩一
高野周子
三納地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

◎三財地区

三財第1区 福祉推進会
長友幸代

ミナミレイキ
美容室香り
ナオファクトリー
久都みやざき
大久保石油商事(有)
外山技研工業
ショッピングセンター かめつか
高市文子
浦元孝照
西都市三財商工会
満所茶屋
なおこ美容室
シャトー
安藤商店
高橋たみ店
三財第3区
上岡金物店
富永順子
三財病院
三財第4区 福祉推進会
三財第4区 実行組合長会
三財第55区 頼母子会一同
三財第6区 地区住民
金子雄二
弓削正春
深美穠治
第57区 代表 深美 穠治
第58区
三財地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

◎東米良地区

銀鏡郵便局 中武雅孝
西都農協東米良支所長 土持和久
横瀬純子
田爪英明
中武常幸
中武仁市
東米良地区民生委員児童
委員協議会の皆さま

問い合わせ先

西都市共同募金委員会 ☎ 43-3160

ふれあい・いきいきサロンのご紹介

三納1区に『松本ふれあいサロン』が新たに発足!!

令和3年7月に活動開始。第2水曜日の午前9時頃から
昼12時近くまで実施。月1回は最寄りの松本公民館に集
まり、健康体操やゲーム・お喋り等々。時には映写会も行い、
“元気に明るく”、そして“笑顔で”過ごしています。

皆さんの地域でも、始めてみませんか!?



コロナ禍の中、地域で知恵を出し合って、声をかけ合いながら、交流を大切にしています。

『都於郡5区 ふれあい・いきいきサロン』

都於郡5区(黒貴・岩爪地区)では、第3木曜日(毎月1回)午前
10:30~午後3:00頃まで実施。新型コロナウイルス等感染症予
防対策のもと、お喋りや勉強会などを行い、昼食会時も、距離をとっ
て黙食を心がけ、午後からはシャッフルゴルフを通して交流。



*** 活動の工夫 ***

参加者は25名程度で、月の会費をお弁当代として100円徴収。地区内の高齢者の内、交通便
のない7名程は小型タクシーに相乗りして各々200円を負担し、サロン会場の黒貴公民館へ出
向いて、楽しい一時を過ごしています



地区内をタクシーに相乗りすることで、足が不自由な方・公民館が遠い方 などが、
気軽に参加しやすい環境づくりをすすめています。



- * 地区内の建築業の方による手作りの長机・長椅子を利用しています。
- * お互いが顔を合わせることで、「参加者同士が楽しく過ごす・ふれあいの場」になり、
「健康づくり」にもつながっています。

GoogleMAPでも
場所や様子が見れます

皆さんの地域での工夫も是非教えてください!!

問い合わせ先 総務課 地域福祉係 ☎ 43-3160



一緒に活動
しませんか?

ボランティア団体紹介

★Part 5★

★西都市赤十字奉仕団



西都市赤十字奉仕団の皆さんは、昭和54年の設立から現在に至るま
で防災食作りや献血の啓発等の活動を行っています。平成17年には、台
風により西都市が被災した際に災害救援活動に尽力するなど活躍されま
した。約40年間にわたる活動による功績が認められ、先日、令和3年度の
ボランティア功労者へ送られる厚生労働大臣表彰を受賞されました。

代表の佐々木玄子さんのコメント

歴代の委員長や会員の方々が活動を継続してきたから
こそ受賞することができました。今後も地域に寄り添い
ながら、災害に備えて活動していきたいです。



問い合わせ先

西都市ボランティアセンター ☎ 43-3160

地域密着型通所介護(デイサービス事業)

<デイの特徴>

- ・毎日の取り組みに運動機能訓練・脳の活性化・レクリエーションを取り入れ、楽しみながら心身機能や認知機能の維持が図れるよう参加して頂いています。
- ・1年を通し、野菜作りを行い、収穫した野菜でおやつ作りを行っています。

<効果> 利用者・家族の意見

- ・運動をする事により歩く力を保つ事が出来ています。
- ・自宅に帰って来た時の体の動きや表情が良くなった。
- ・デイに行くと元気を貰って帰ります。



年間行事

1年を通してみなさんが
楽しめる行事を行っております。



1日の流れ

時間	内容
9:45	健康チェック
10:00	入浴・マッサージ機・創作活動
11:45	口腔体操
11:50	昼食・口腔ケア・静養・アクティビティ
13:15	脳の活性化
13:45	運動機能訓練・レクリエーション
15:10	おやつ
15:30	
15:45	

野菜作りを行い、収穫した野菜で
おやつ作りも行っています。



問い合わせ先

在宅福祉課 通所介護係 ☎ 42-4795

配食サービス事業

配食サービスとして、西都市から委託を受けて夕食弁当を配達していましたが、令和4年3月末をもって社協からの配達は終了することになりました。長い間ありがとうございました。

今後の配食弁当は、民間の業者が引き続き配達をしますので
ご安心ください。



「健康長寿」を目指すために!～オーラルフレイルを見逃すな! (お口のささいな衰え)

『健康寿命』とは、介護の必要がなく健康的に日常生活が送れる期間のことをいいます。3年ごとに公表され、昨年末に、男性は**72.68歳**、女性は**75.38歳**と発表されました。前回の調査からは、男性で0.54歳、女性で0.59歳伸びています。一方、平均寿命は、男性が81.41歳、女性が87.45歳で、健康寿命との差は、男性で8.73歳、女性で12.06歳となり、縮小傾向が続いています。

「オーラルフレイル」とは、老化に伴う様々な口腔の状態が低下することをいい、要介護を招く大きな要因となります。以下のセルフチェック表で自身のお口の健康状態を知り、**悪くなってから病院に行くのではなく、かかりつけ歯科医を決め定期的に通い**、いつまでも元気で、おいしく食べられるようにしましょう!

オーラルフレイルのセルフチェック表

質問事項	はい	いいえ
半年前と比べて、堅い物が食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
義歯を入れている※	2	
口の乾きが気になる	1	
半年前と比べて、外出が少なくなった	1	
さきイカ・たくあんくらいの堅さの食べ物を噛むことができる		1
1日に2回以上、歯を磨く		1
1年に1回以上、歯医者に行く		1

合計の点数が

0～2点

オーラルフレイルの危険性は **低い**

3点

オーラルフレイルの危険性 **あり**

4点以上

オーラルフレイルの危険性が **高い**



出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢

問い合わせ先

西都市南地区地域包括支援センター ☎ 41-0511

第55回 さんさんクラブ宮崎作品展示会に参加しました!!

昨年の11月30日から12月5日にかけて宮崎県立美術館にて、「第55回さんさんクラブ宮崎作品展示会」が開催されました。西都市高齢者クラブ連合会からも作品を出品し、3名の方が入賞されました。おめでとうございます!!

また、12月3日には見学会を開催し、県内の高齢者クラブが出品した手工芸品や書作品、絵画等を見て楽しみました。

【出品作品】



刺し子(努力賞)

橋口 俊子さん
(木の花クラブ)



アクリル毛布手編み
(努力賞)

樫尾 京子さん
(くらまクラブ)



手編みクッション

橋口 幸子さん
(くらまクラブ)

折り紙のさげもの
(高齢者賞)

井上 チクヨさん
(くらまクラブ)



問い合わせ先

西都市高齢者クラブ連合会事務局

☎ 43-3160

ボランティア活動保険は年度ごとの加入です!

令和4年度ボランティア活動保険の加入を受け付けています。安心してボランティア活動を行うためにも、加入をご検討ください。

基本プラン	天災・地震 補償プラン	特定感染症 重点プラン
350円	500円	550円

※上記、金額は年間の保険加入料金です。年度途中の加入でも同額になります。

ふくしの保険HP

問い合わせ先

西都市ボランティアセンター
☎ 43-3160



弁護士による無料法律相談

- ◎男女問題について
- ◎財産分与について
- ◎借金問題についてなど



毎月第3火曜日に実施しています

令和4年

4月19日・5月17日・6月21日

◎相談をご希望の方は予約が必要です。
電話での受付をお願い致します。

問い合わせ先

生活支援課 相談サポート係

☎ 43-4613

★香典返し・一般寄附のお礼

令和4年2月28日までに、次の皆さまから社会福祉事業にとご寄附をいただきました。
ここに厚くお礼申し上げます。尚、この欄は、寄附者の掲載意思を尊重(確認)した上で掲載させていただいております。

香典返し寄附 ※敬称は略させていただきます。

寄附者名	故人	集落名	寄附金額
黒木 孝一	父・袈裟宣	島の内	金一封
橋口 禎郎	母・芳子	茨城県	金一封
勢井 伸保	母・春江	立野	金一封
河野 隆文	妻・ユキ	岡富	金一封
中武 勉	母・良子	中尾	金一封
近藤美智子	夫・俊雄	東岩崎	金一封
田口 勇	兄・廣一	旭	金一封
湯浅 君子	夫・幸雄	杉安村	金一封
江藤シマ子	夫・昭男	中村	金一封
富田 宗親	母・ハツ工	清水	金一封
河野 拓也	母・美佐子	田中	金一封
壹岐 恵子	夫・義満	三納	30,000
伊東 重子	夫・美智男	下加勢下	金一封
川村 真一	母・傳	椿原	金一封
齋藤 幸子	夫・武征	囲	金一封
村田 ナホ	夫・寛	別府	金一封
杉尾 朝子	夫・武志	杉尾団地	金一封
井上 福子	夫・清	石貴	金一封
下尾 信夫	妻・睦子	並木	金一封
川村 康夫	母・勝子	国富町	金一封
後藤 和幸	母・幸	白馬町	金一封
橋口 順子	夫・幸治	童子丸	金一封
金丸ミヨ子	夫・博仁	島内村	金一封
山下富士夫	母・留野	平田	金一封
岡田 浩二	祖母・サト工	長園	金一封
黒木 俊彰	母・レイ子	串木	金一封
中嶋 敏子	母・ミネ	都於郡	金一封
安藤ゆかり	夫・真	永野	金一封

寄附者名	故人	集落名	寄附金額
都甲 博文	母・サダ	平野	金一封
黒木 忠代	弟・宏一	立野	金一封
光井 利子	夫・幹明	三笠通り	金一封
黒木 正富	母・レイ子	馬継谷	金一封
米良 和紀	妻・久子	杉安村	金一封
蒲牟田 勉	妻・八千代	久保鶴	金一封
児玉八重子	夫・武靖	上尾筋	金一封
宮田 照子	夫・七郎	平郡	金一封

一般寄附

■宮崎県手をつなぐ育成会 西都支部

障がいのある方の為に役立ててくださいとご寄附いただきました。

■西都農業協同組合

市民の方々のお役に立てていただきたいと車椅子3台をいただきました。

■退職公務員 西児湯支部

社会貢献としてチラシで作るゴミ箱をいただきました。

フードバンク事業

団体、個人の方から食料品の寄附をいただきました。



香典返し・一般寄附は「特定寄附金」に該当し、所得控除や税額控除などの税制優遇措置を受けることができます。お気軽にお問い合わせください。

この「社協だより」は赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています。

お電話・FAXやE-mailで地域の皆さまの声をお聞かせください!

社協だよりの感想や社協に対するご意見・ご要望等なんでもお聞かせください。今後の事業推進の貴重な資料とさせていただきます。