

# つるの福祉

## TSURUNOFUKUSHI

November 2021 No.161



**特集** 赤い羽根共同募金ってどう使われているの？



### COVER STORY

与繩営農センター内にある遊具で元気に遊ぶ

前田向葵さん(右)と前田多緒さん(左)

実はこの遊具は、赤い羽根共同募金で補修されたものなんです。

「赤い羽根共同募金ってどう使われているのか」少しのそいで  
みませんか？詳しくは p2 よりご覧になれます！



Homepage



Instagram



YouTube

# 赤い羽根共同募金ってどう使われているの？

**Q. この遊具、実は赤い羽根共同募金でできていることを知っていましたか？**

前田多緒さん

赤い羽根共同募金のことは知っているけど  
普段遊んでいる遊具が共同募金でできていたの  
は知りませんでした！  
いろいろな種類の遊具があって楽しいです！  
みんなと楽しく遊べて嬉しいです！



私もこの遊具が赤い羽根共同募金で  
できているのは初めて知りました！  
休みの日に友達とここにきてよく遊  
んでいます！  
みんなと遊べてすごく楽しいです！

前田向葵さん

今年も10月1日より赤い羽根共同募金運動がスタートしました。1947年に戦後復旧の一助として始まり、75回目を迎える共同募金ですが、「赤い羽根共同募金ってどう使われているの？」と聞かれることが多くあります。今回は、赤い羽根共同募金のふれあい遊具補修事業を活用された与繩日向自治会の皆様と普段遊具を使って遊んでいる子どもたちにインタビューをしました。

(インタビュー 社協 秋山 ボランティアコーディネーター)

遊具のおかげで子どもたちが外で遊べてあげたいです。今、コロナの影響でお家にこもることが多くなり、ゲームばかりになってしまっている子どももいます。子どもたちには外で目一杯遊んでほしいです。



現自治会長の  
谷内浩一さん

安全な遊具が整備できてありがたいです。ここは子どもたちの利用頻度が高い公園なので、遊具の整備や草刈りが大変ですが子どもたちの笑顔のために頑張っています。



盛里地区放課後  
子ども教室指導員の  
谷内正章さん

子どもさんが集まってくるのになりに来ます。地区外の子も来ても遊びに来てくれます。ここは放課後子ども教室やいーばしよ、防災拠点としても活用されているので地域にとって大切な場所です。



申請を行われた  
元自治会長の  
前田太二さん

赤い羽根共同募金は、市内の福祉施設や学校、福祉団体等へ配分しています。遊具の設置、修繕等については、現状、予算の範囲内で年1〜2自治会へ共同募金を配分しており、多くの遊具を設置及び修繕するためには、皆様の共同募金への協力が重要です。ぜひ、赤い羽根共同募金へのご協力を宜しくお願いいたします。

**ドラえもん  
の募金箱  
で毎年集めてます！  
集まったら寄付しに  
行きます！**



～遊ぶときは気をつけてネ！～



**次は滑り台とか  
サッカーゴールが  
ほしいです！**



## いきいきプラザ都留の敷地内にある 「都留市地域活動支援センターむつみの家」

こちらでは赤い羽根共同募金NHK歳末たすけあい事業の助成を受けて、業務用のミシンを整備されました。赤い羽根共同募金の助成があってよかった事、募金をしてくださる皆様へ一言いただきました。（インタビュアー 社協 秋山 ボランティアコーディネーター）

### Q. 赤い羽根共同募金の助成で整備したミシンがあってよかったことは何ですか？

- 新型コロナウイルス感染症の影響により、マスク不足が深刻となる中、マスクやマスク入れをいち早く作れてよかったです。
- マスクを作ったときに市内の中学生からお礼の手紙をいただけて嬉しかったです。
- ミシンで作った商品をもって、イベントに出店して地域の方々に自分たちの活動を知ってもらう良い機会となりました。
- 6000枚のマスクを作り、行政や民間企業からの依頼にいち早く答えることができました。

### Q. 募金をしてくださる皆様へ一言お願いします！

- コロナ禍で大変な中、募金をしていただける皆様にはとても感謝しています。大変ありがたいです。
- 自分たちでは金額的に購入が難しいものも、助成があることによって整備できています。赤い羽根共同募金のおかげで活動の幅が広がっています。ありがとうございます。



# ・総合支援資金) 特例貸付

休業や失業に伴い生活費でお悩みの皆様へ～

## 申込受付は11月末までです。

山梨県社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業等で生活資金にお困りのの方々に向けた、緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付を実施しています。

### ■緊急小口資金(一時的な資金が必要な方 [主に休業された方])

緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に少額の費用の貸付を行います。

対象者	新型コロナウイルス感染症の影響を受け、休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯 ※新型コロナウイルスの影響で収入の減少があれば、休業状態になくても対象となります。		
貸付上限額	一世帯につき、20万円以内 (休業等による収入の減少等で生活費用の貸付が必要な場合等) その他の場合、10万円以内		
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
必要書類	①住民票(世帯全員/原本、全部記載、マイナンバーなし) ②預金通帳(金融機関名・支店・口座名義・口座番号がわかるページのコピーまたはキャッシュカードのコピー) ③本人確認書類のコピーとして次のいずれか ・運転免許証の両面 ・健康保険証 ・パスポート ・マイナンバーカード(保護ケースに入れたまま表面のみ) ・在留カード(特別永住者証明書)		

### [申込み窓口]

社会福祉法人都留市社会福祉協議会

※お住まいが都留市以外の方は、お住まいの市町村社会福祉協議会へご相談ください。

# 生活福祉資金（緊急小口資金）

## ～新型コロナウイルス感染症の影響による

山梨県社会福祉協議会のホームページから申込書類を印刷して記入し、必要書類を添付して都留市社会福祉協議会まで郵送してください。郵送での申込みが困難な場合は、窓口で申込書類をお渡しすることもできます。また、窓口での受付を希望される方は事前にご連絡ください。

### ■総合支援資金（生活の立て直しが必要な方 [主に失業された方等]）

**生活再建までの間に必要な生活費用の貸付を行います。**

対 象 者	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生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯 ※新型コロナウイルスの影響で収入の減少があれば、失業状態になくても対象となります。		
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 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
必 要 書 類	①住民票（世帯全員 / 原本、全部掲載、マイナンバーなし） ※緊急小口資金特例貸付申込時に提出している場合は必要ありません ②預金通帳（金融機関名・支店・口座名義・口座番号がわかるページのコピー またはキャッシュカードのコピー） ③本人確認書類のコピーとして次のいずれか ・運転免許証の両面    ・健康保険証    ・パスポート ・マイナンバーカード（保護ケースに入れたまま表面のみ） ・在留カード（特別永住者証明書）		

### [申込み方法]

新型コロナウイルス感染症予防のため、郵送による申込み対応が原則となります。  
窓口での受付を希望される方は事前にご連絡ください。

# 福祉バザー中止のお知らせ

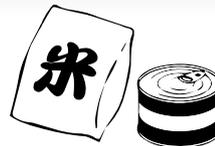
誰でも参加できる市民総参加の福祉活動として、例年11月最終日曜日に開催している福祉バザーについては、新型コロナウイルス感染症の感染リスクが当面続くことが予想されるとともに、開催にあたり3密が避けられないことから、開催をやむなく中止することといたしました。

なお、来年以降は例年通り開催を予定しておりますので、今後ともご協力賜りますようお願い申し上げます。

## 第22回 フードドライブへのご協力をお願いします。

フードバンク山梨では、この冬も「フードバンク子ども支援プロジェクト」として、県内の子どもがいる生活困窮世帯への支援を実施いたします。このプロジェクトでは、約800世帯以上への食料支援を予定しており、お届けする食品は、市民参加のフードドライブにより集め、市民の皆様のお気持ちと共に送ります。

今回も、市民の皆様のご協力をお待ちしております。



令和2年度は、都留市にお住まいの80世帯へ食料支援を行いました。

**集荷期間** 令和3年11月15日(月)から30日(火)

### ご寄附頂きたい食品

米、缶詰、カップラーメン・インスタントラーメン・パスタ・うどんなどの麺類、レトルト食品、海苔などの乾物、ふりかけ、即席スープ、調味料、お菓子など

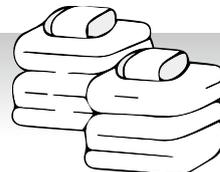
※現在、米が不足しているため強化して集めています。

**集荷場所** 社会福祉法人都留市社会福祉協議会 (都留市下谷2516番地1いきいきプラザ都留)

**食品の注意事項** ①賞味期限が令和4年1月以降のもの

②未開封で、破損などで中身が出ていないもの ③お米は令和1年産以降のもの

## 令和3年度 第2回ふとん丸洗い事業



在宅のひとり暮らし高齢者や高齢者世帯の方等で、寝たきりの方、虚弱のためひとりで布団を干すことが困難な方などを対象に、ふとん丸洗い事業を実施します。

ご希望の方は、地域の民生委員・児童委員へ申し込んでください。

詳しくは社会福祉協議会事務局にお問い合わせください。

**申込期間** 令和3年11月22日(月)まで

**布団回収日** 令和3年12月5日(日)

**布団返却日** 令和3年12月19日(日)

**申込先** お近くの民生委員・児童委員までご相談ください。

※回収日・返却日とも、多少前後する場合があります。 ※なお、布団のリースも可能です。



## 高齢者作品展のお知らせ



来年3月に都留市まちづくり交流センターを会場に、「東部地域高齢者作品展」の開催を予定しています。

この作品展は、高齢者が日頃の趣味活動の作品を発表することにより、お互いの親睦と、より一層の高齢者福祉と生涯学習の推進を目指すことを目的として開催されます。

また、毎年6月に開催されている「山梨県シルバー作品展」の選考会も兼ねています。

作品展には、作品展開催前1年以内に制作した自作未発表のものであれば、60才以上の方ならどなたでも出品できます。

皆様からの多数の作品の出品をお待ちしております。

**開催日** 令和4年3月2日(水)～4日(金) **会場** 都留市まちづくり交流センター4階大ホール

詳細については、都留市老人クラブ連合会事務局までお問合せください。(電話 46-5115)

# 都留市社会福祉協議会職員紹介！

都留市社会福祉協議会では日々様々な職員が働いています。今回は「都留市社会福祉協議会を市民の皆様にもっと知ってほしい！」ということで、職員の紹介をしていきたいと思います。居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、訪問入浴事業所の3名から仕事にまつわることや趣味などについてインタビューしました。



## 居宅介護支援事業所 ケアマネージャー 高部 和伸 さん

### 1. 普段どのような仕事をしていますか？

ご利用様が在宅で生活できるように介護に関する相談、ケアプラン作成、サービス調整等を行っています。

### 2. 仕事をする上でのモットーは何ですか？

ご利用様、ご家族様の「思い」を大切にすることです。

### 3. 仕事で大切にしていることは何ですか？

ご利用様、ご家族が笑顔でいられるように支援することです。

### 4. 趣味や特技は何ですか？

食べ歩きが趣味です。よくラーメンを食べ歩きます。



## 訪問介護事業所 ヘルパー 渡辺 茂子 さん

### 1. 普段どのような仕事をしていますか？

高齢者や障害者のお宅に訪問して身体介護（おむつ交換など）や入浴介助、家事（買い物、掃除、調理）のお手伝いをしています。

### 2. 仕事をする上でのモットーは何ですか？

一番大事なのはコミュニケーションですね。常に1対1の関係なので。

### 3. 仕事で大切にしていることは何ですか？

ご利用様と常に笑顔で接することです。笑顔で接していると相手も心を開いてくれます。

### 4. 趣味や特技は何ですか？

仕事終わりに家で読書をするです。好きな本はミステリー系です。



## 訪問入浴事業所 小林 俊也 さん

### 1. 普段どのような仕事をしていますか？

寝たきり等、何らかの理由でお風呂に入れない人に対して、ご自宅に浴槽を持ち込み、看護師とヘルパーで入浴を提供しています。

### 2. 仕事をする上でのモットーは何ですか？

誠心誠意

### 3. 仕事で大切にしていることは何ですか？

ご利用様や介護をしている家族の気持ちに寄り添い、ご希望に柔軟に対応するよう心掛けています。

### 4. 趣味や特技は何ですか？

以前はサーフィンをしていましたが、今は新しい趣味を模索中です。



# 善意銀行への寄付

令和3年7月～9月の寄付 社会福祉のために(敬称略)

## 【寄付金】

- 200,000円  
小俣幸夫
- 200,000円  
リフォームボランティア  
76,586円  
下谷地区連合自治会長 天野清吾



## ●ペットボトルキャップ

小俣龍男、法能ペットボトルキャップの会、笠井紀枝、福島喜江、佐藤育子、内川知子、山谷花子、真心の里職員一同、坂田ひろみ、中小野婦人クラブ、中小野老人クラブゆうゆう会、中小野福祉推進委員、都留市グラウンドゴルフ協会、渡辺みどり、佐藤和徳、いーばしよ与繩、上杉道子、都留市ボランティア連絡会、江草広、チャレンジドリム、小林貞子、安富恵美子、鈴木歩、萩野有基子、コニカミノルタメカトロニクス株式会社、遠藤眞智子、長田真奈佳、匿名、たがい立て合い助け合いの会49kg

## ●プルタブ

福島喜江、真心の里職員一同、坂田ひろみ、中野忠三、都留市野球連盟、山谷花子、佐藤和徳、上杉道子、都留市ボランティア連絡会、いーばしよ与繩、コニカミノルタメカトロニクス株式会社、匿名、たがい立て合い助け合いの会4kg  
牛乳パック  
自彊術赤坂クラス、阪本一郎、いーばしよ与繩

## ●古切手

福島喜江、金子洋一、たがい立て合い助け合いの会、匿名

## ●生地多数

自彊術赤坂クラス

毛糸・ミシン糸

## ●中野忠三

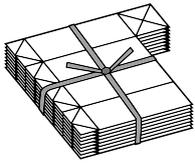
ミニ耕運機

萱沼國男

お米30kg

坂田紀男

生活用品と事務用品各種  
NGKセラミックデバイス(株)都留工場



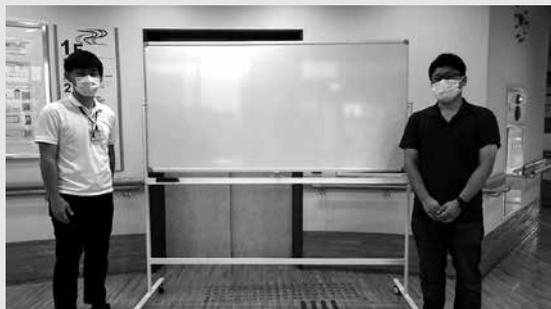
## NGKセラミックデバイス(株) 都留工場様からの寄付

8月25日、NGKセラミックデバイス(株)都留工場様より数多くのタオル、ティッシュペーパー、トイレットペーパーなどの日用品と、ボールペン、マッキー、セロハンテープなどの事務用品を善意銀行に寄付していただきました。NGKセラミックデバイス(株)都留工場様では、地域に信頼される企業市民であることを目指し、ニーズに応じた社会貢献活動に取り組んでいるとのことでした。今回頂いた物品は市内介護施設に配分をさせていただきます。NGKセラミックデバイス(株)都留工場様、ありがとうございました。



## ホワイトボードの寄付

9月10日(金)一般社団法人都留青年会議所の中村吉秀様よりホワイトボードの寄付をいただきました。中村様はセーフコミュニティの防災・減災対策委員会の委員でもあり、普段から都留市社会福祉協議会と連携を共にしています。頂いたホワイトボードは社会福祉協議会の会議や諸事業で使用させていただきます。中村様、ありがとうございました。



## ミニ耕運機の寄付

8月4日、萱沼國男様よりミニ耕運機の寄付をいただきました。頂いた耕運機は未来に×橋プロジェクト第2弾「共同菜園ボランティア畑楽もん」で使用させていただきます。萱沼様ありがとうございました。



# 【総合相談所カレンダー】

ひとりで悩まず、  
まずは相談して  
みませんか!?

## ★心配ごと相談(簡裁法律相談)要予約

生活上の困りごとや悩みごと、また、相続・契約・金銭貸借・消費者金融・成年後見・離婚問題ほか法律に関する相談をお受けします。

**相談時間**: 午後 1 時～ 4 時

**相談員**: 山梨県司法書士会、  
司法書士総合相談センター所属司法書士

**相談場所**: 都留市下谷 2516 番地 1  
いきいきプラザ都留内

## ☎電話相談

心配ごと相談 要予約		事務所名
日	程	
11月	5日(金)	天野 清 司法書士事務所
	19日(金)	高尾直裕 司法書士事務所
12月	3日(金)	天野 清 司法書士事務所
	17日(金)	高尾直裕 司法書士事務所
1月	7日(金)	天野 清 司法書士事務所
	21日(金)	高尾直裕 司法書士事務所

## ★一般相談

日常生活での様々な困りごと、悩みごとの相談を社会福祉士・精神保健福祉士がお受けします。電話相談と社協窓口相談を受付けており、匿名での相談も可能です。相談内容は厳守されます。専門的解決を要する内容には、より適切な相談窓口を紹介しています。

**相談日時**: 毎週月曜日から金曜日(祝日は除く)  
午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

**相談場所**: 都留市下谷 2516 番地 1  
いきいきプラザ都留内

## 問合せ先

社会福祉法人 都留市社会福祉協議会

電話 46-5115

# コロナ禍と傾聴

山梨県傾聴ボランティア連絡協議会 代表

塩澤 一夫氏 にお話を伺いました!!

コロナ感染症が日本に拡大し始め、約 2 年が経過しようとしています。この間、私たちの生活は大きく様変わりし、楽しみにしていた旅行や食事会、イベントへの参加などが中止または制限され、3密を避ける観点から人と人との交流は無くなり、外出する際はマスクをするようになりました。人々は楽しむことを制限され孤立傾向となって、高齢者は自宅に引きこもるような状況になってしまいました。

私たちの心も、様々な制約を受けることにより、知らず知らずにストレスとなり疲れが蓄積してきます。「感染しないか、感染したらどうなるのか」という不安や人と触れ合えない、お話しできない、会えないことのストレスは大きく、私たちの心が沈んだり、疲れが取れないことにもなります。

こんな時こそ、自分を大切にしていくことが大切です。好きな食べ物を食べたり、本を読んでみたり、散歩してみるのも気分転換になります。ちょっとした楽しみを味わうことがストレスを和らげるようになります。

また、電話などを使い知人とお話しして、近況を語り合うことは心を分かち合うことにつながり安心感が増します。人は他者と交流し気持ちを伝えあうことにより安心でき、変化していくものです。身近な人といろんなお話をするをお勧めします。そして、疲れたときは頑張らずに休みましょう。

傾聴ボランティアの皆さんもコロナが落ち着けば、また活動を再開していきます。地域の中で皆さんとお会いできることを楽しみにしています。



# 認知症になっても安心して暮らせる地域を目指して 東桂地区認知症サポーター養成講座 INTERVIEW

去る6月30日(水)、東桂地域コミュニティセンターにおいて、生活支援体制整備事業の一環として、東桂地区の民生委員・児童委員の皆様を対象に、認知症サポーター養成講座を開催しました。

今回、講座を企画された都留市福祉保健部長寿介護課地域包括支援センターの秋山さん、(株)JSP ケアプランこわたの志村ケアマネージャーさん、東桂地区生活支援体制整備協議体の会長でもあり、東桂地区民生委員・児童委員協議会の会長である大林政志さんに、認知症サポーターや、養成講座を開催しようと思ったきっかけ、また、どんな地域だったら安心して暮らせるかなどを伺いました。



東桂地区民生委員  
・児童委員協議会  
会長  
大林 政志氏



(株)JSPケアプラン  
こわた  
ケアマネジャー  
志村 実加氏



都留市福祉保健部  
長寿介護課  
社会福祉士  
秋山 英一郎氏

**Q** 認知症サポーターについて教えてください。

**A** 地域包括支援センター 秋山さん  
認知症サポーターは、認知症の正しい理解、正しい知識を持って、認知症の方や、その家族に対して接します。接するというのは見守ったり、自分のできる範囲で手助けをしたり、そういったことをする方が認知症サポーターと呼ばれる人になります。

**Q** 都留市で認知症サポーターの養成を推進しているのはなぜですか。

**A** 地域包括支援センター 秋山さん  
都留市を含め、日本全体を見てもそうですが、高齢化が進み、認知症の方もだんだんと増加してきました。そうすると普段生活をするなかでも、認知症の方に接する機会が非常に多くなります。

これまでは、認知症の介護のことは介護施設に任せればいいのか、家族で対応すればいいと言われてきましたが、いよいよそれだけでは間に合わなくなってきたことが、都留市に限らず、日本全体としてあります。そこで認知症の方への理解ができる人をもっと増やしていこう、認知症の人が安心して暮らせるまちにしていこう、そのためには家族だけでなく、様々なひとに認知症のことを正しく理解していただきたい。

都留市も、どんな人でも安心して過ごせるまちになっていきたいということで、この認知症サポーターを増やすという政策をしています。

**Q** 認知症サポーター養成講座を地域に向けて開催したいと思ったきっかけはなんですか。

**A** (株)JSP ケアプランこわた 志村さん  
認知症の方が、施設ではなく、自宅で過ごせるような地域にしていきたいです。ただ、認知症に対して偏見とか、認知症の方を支えている家族の大変さが、実情としてあまり理解されていないので、認知症サポーターを増やすことによって、認知症に対する理解を深めて、地域で支えていけたらいいと思ったからです。

**Q** 認知症サポーター養成講座を受けて、認知症の印象は変わりましたか。

**A** 東桂地区民生委員・児童委員協議会会長 大林さん  
民生委員という立場上、認知症に対する知識はある程度ありました。民生委員の活動の中で訪問対象者に認知症の方がいましたので、ケアマネージャーさんと打合せをする機会があり、認知症の方にはこういう対応をするんだなど。具体的に言うと認知症の進行がかなり進んでおり、お金がなくなったとか、そういった時に、民生委員さんも立ち会ってくれとケアマネージャーさんから

私のところへ連絡がきました。ご家族とケアマネージャーさん、ヘルパーさんが一堂に集まった時に、「民生委員の大林さんだよ」といっても、覚えていないんですね。かなり頻繁に訪問していた方だったのですが・・・結論的にいうと、ヘルパーさんがお金はここにあるよ。本人が忘れていただけで。そういうのを何回か経験していますので、認知症の方というのはこういうことなんだなど。対処の仕方も志村さんが養成講座の時に説明していたように、まったく、その通りに対応していましたので、講習を受けたからといって変わったところはないんですが、今度は民生委員という立場ではなくて、個人でいくと私自身が認知症予備軍なわけですよ。だから自分自身が認知症予備軍であるという見地の元に今回の養成講座を聞いていると、家族を含め、地域の方に認知症サポーター養成講座を是非受けていただきたいと、強く感じました。

**Q** 自分が認知症になったら、どんな地域だったら安心だと思いますか。

**A** 地域包括支援センター 秋山さん  
認知症の初期とか、MCI(軽度認知障害)とかになると、失敗が増えるようになってくると思います。高齢になってくると単純に筋力が落ちたり、骨密度が低下したり、認知症じゃなくても物忘れがあったり、親しい友人が亡くなったりとか、色々自分から無くなっていくものが少しずつ増えてきて、そこに失敗が重なってくると、すごく落ち込みやすくなると思うので、励ましてくれたりとか、大丈夫だよとか、そういった声を掛けてくれたりする地域であれば、認知症になっても、明るく暮らしていけるのではないかなと思います。明るく接してくれる地域だったら、安心して暮らせませう。

**A** (株)JSP ケアプランこわた 志村さん  
仕事をしていて思うのが、出来なくなってきた自分が悔しくて人に当たってしまうことが、きっと私にも出てきちゃうと思うので、間違えても、違ったことを言っても、機嫌良く、私が笑って過ごせるように、支援してもらえたら嬉しいなと思います。

**A** 東桂地区民生委員・児童委員協議会会長 大林さん  
認知症になったらとは限らないのですが、私は地域の福祉ということで考えると、向こう三軒両隣、この付き合いというのは非常に大事だなと、昔のように味噌だとか米だとか貸し借りしていた時代に戻ろうとしても、もう無理なんですよ。だけど、少しでも近所の付き合いが増えてくることによって 私たちが認知症になった時に、思いやりが出てくると思うんですよ。隣近所の付き合いを大事にしたいなと思います。

# つーるちゃんのぬりえが大好評です!!!

2歳6か月児健康相談・3歳6か月児健康診査・5歳児健康診査にて「つーるちゃんのぬりえ」を配布させていただきます。

小さなお子様からママさんたちにも大好評で、素敵なぬりえを都留市社会福祉協議会に届けてくれたお友達もいらっしやいます。



いきいきアザの福祉ショップでも配布しておりますので、ぜひお持ちいただき、ぬりえを楽しんでください!

## かける 未来に×橋プロジェクト PHOTOGALLERY



未来に×橋プロジェクト PHOTOGALLERY を都留市社会福祉協議会のボランティアロビーに設置しました。「突撃取材!あなたの活動社協が応援!笑顔の秘訣なんですか?」に出演頂いた皆様の様子を写真に現像して張り出しています。

訪れたボランティアの皆様から「こんな素敵な活動が都留市でやられているなんて知らなかった。」「活動が目に見えてわかりやすい。」など好評いただいています。

今後はさらに多くの写真を張り出して都留市のボランティアの魅力を発信していきたいと考えています。

ぜひ、都留市社会福祉協議会にお越しの際にはボランティアロビーに立ち寄ってみてください。

You Tube でも活動の様子がご覧になれます。

### さつまいもの メープル和え



## 食欲の秋おすすめのおやつ

食欲の秋ということで、今回はサツマイモを使った料理をデイサービスセンターで昼食を提供している日清医療食品さんに紹介してもらいました! さつまいもは、ビタミンCを多く含みます。さつまいもに含まれるビタミンCはでんぷんに包まれている為、加熱調理によるロスが少ないので効率よく摂れます。

また、食物繊維が多く、おなかの調子を整える働きもあります。

#### 《材料》(2人分)

- さつまいも 300g
- バター 5g
- メープルシロップ 大さじ2~
- 塩(お好みで)少々

#### 《作り方》

- ① さつまいもを皮ごとよく洗い、1cm幅の輪切りにした後に棒状に切り、5分程水にさらす。
- ② 1のさつまいもを耐熱皿に入れてふんわりラップをかけ、レンジでやわらかくなるまで加熱する。(500Wで4~5分)
- ③ 熱いうちにバターを入れて全体を混ぜ、メープルシロップを和える。お好みで、塩少々加えて味を整える。

出典 レシピブログ

【p12間違い探し答え】 ①おばあちゃんのおやつ ②左のほうにのり ③ハートの絵の中 ④赤い ⑤窓の外 ⑥口の周り ⑦女の子の髪 ⑧女の子の手 ⑨おばあちゃんの時計 ⑩植木鉢の木の幹



# 赤い羽根共同募金間違い探し



間違いは  
全部で12個  
あります！

正解は  
11ページの  
一番下に  
あります。



## 絵手紙特集

### 「新日本婦人の会」

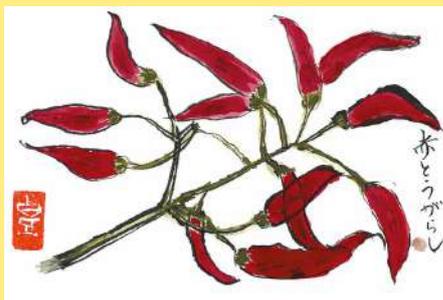
絵手紙とは、はがきに絵を描き、文字を書いて真心を込めて贈る手紙です。絵が上手いから描くのではなく、誰かに喜んで貰いたい、そんな気持ちを伝えるために描きます。飾らない絵と言葉を、身近な家族、そして親しい友人に送ってみてはいかがでしょうか。



佐藤 弘江 作



藤江 清子 作



渡辺 豊子 作