

# ふくしの

# わ

～みんなで作ろう福祉の「わ」～

## お知らせ

### ●5月の保健福祉センター開館状況について

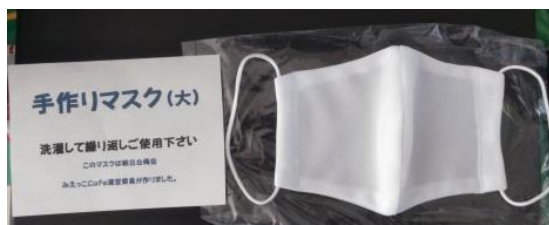
新型コロナウイルス感染拡大防止のため5月末まで、休館とさせていただきます。なお、デイサービスや個別の相談につきましては行っておりますので、保健福祉センター事務所（朝日町社会福祉協議会）まで、お問い合わせください。

また、リサイクル抽選券景品引き換え期間を6月30日（火）まで延長します。

### ●みえっこCafe運営委員様よりマスクのご寄付を頂きました！

みえっこcafé運営委員様からデイサービスを利用される方へ手作りマスク70枚のご寄付を頂きました。サイズも大小とご用意いただき、温かい心遣いありがとうございます。

また、残った生地のご寄付もあり、先日SNSに投稿し、必要とされる方々にシェアすることができました。ご協力いただきありがとうございました。



# ①児童館だより

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3 休館日
4 休館日	5 休館日	6 休館日	7 休館日	8	9	10
11 休館日	12	13 お話し会(中止)	14 親子ふれあい	15	16	17
18 休館日	19	20 お話し会(中止)	21 親子ふれあい(中止)	22	23	24
25 休館日	26	27 お話し会(中止)	28 親子ふれあい事業(中止)	29	30	31

休み

- 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月末まで臨時休館とさせて頂いております。皆様にはご不便をおかけしますがご理解お願い申し上げます。(なお、今後の感染状況に応じて変更させて頂く場合があります。最新の開館状況は、朝日町社会福祉協議会ホームページからご覧頂くか、朝日町児童館 TEL 377-6113までお問い合わせください。)
- 例年6月に実施しております『パパと一緒に』は今年度中止とさせて頂きます。  
児童館開館カレンダーは朝日町社会福祉協議会ホームページからもご覧いただけます。

# ②ほっとくらぶだより

この度の新型コロナウイルス感染拡大防止措置に伴う「春の遠足」「ほっとする親の会」「あそび場」の開催中止へのご理解、ご協力ありがとうございます。引き続きご協力いただきますようお願い致します。みなさん!!心身ともに元気で。また、お会いできるのを楽しみにしております。

月	火	水	木	金
開催日/月曜日～金曜日(土・日・祝日は休館) 開催時間/9:00～12:00・13:00～16:00 臨時休館・予定の内容を変更させていただく場合もあります。				1 日中一時支援 電話相談
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 日中一時支援 電話相談	8 日中一時支援 電話相談
11 日中一時支援 電話相談	12 日中一時支援 電話相談	13 日中一時支援	14 日中一時支援 電話相談	15 日中一時支援 電話相談
18 日中一時支援 電話相談	19 日中一時支援 電話相談	20 日中一時支援	21 日中一時支援 電話相談	22 日中一時支援 電話相談。
25 日中一時支援 電話相談	26 日中一時支援 電話相談	27 日中一時支援	28 日中一時支援 電話相談	29 日中一時支援 電話相談

## 現在の1日の流れ

午前：  
日中一時支援  
9:00～  
電話相談  
①9:00～10:00  
②10:30～11:30

午後：  
日中一時支援  
13:00～  
電話相談  
①13:00～14:00  
②14:30～15:30

～お知らせ～

現在“ほっとくらぶ”では、手洗い、換気、マスク着用、うがい、ご利用の方(ご家族)の健康チェック、検温(相談員も)を基本に日中一時支援をさせて頂いております。また電話での相談も伺っております。現在の様子など詳しくお知りになりたい方は下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

お問い合わせ先：担当 大橋真紀(オオハシ マキ) 朝日町柿618  
TEL 059-377-3522 hottoclub@ccnetmie.ne.jp

## ③地域包括支援センターより

### ◎5月のさわやか学校について

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とさせて頂いております。再開時期は現時点で未定となっております。皆様にはご不便おかけしますがご理解お願い申し上げます。

#### ご自宅でできる介護予防～各自で取りくみましよう～

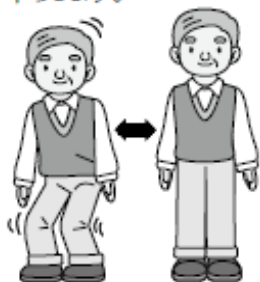
外出自粛の今、ご自宅でできる運動を行い、筋力の維持・向上を各自で取りくみましよう！！

#### 足腰を鍛えるための簡単筋力アップ運動

##### ■かかと上げ

①両足を軽く開いて、いすから少し離れて立ちます。

②爪先を軸にして4秒かけてゆっくりかかとを上げ、4秒かけてゆっくりと下ろします。



##### ■4分の1スクワット

①肩幅より少し広めに立ちます。

②姿勢をまっすぐにしたまま、4秒かけて膝を4分の1程度に曲げ、腰を落とします。

③4秒かけて膝を伸ばし、元の姿勢に戻ります。

1. 空間に平仮名で大きく文字を書く運動 ※膝を伸ばしたまま  
2. 椅子座位での足踏み



3. 椅子からお尻を離す ※お尻を浮かせる



5回×1・2セットを毎日取り組もう！

お問い合わせ等：朝日町地域包括支援センター（TEL：377-5500）まで

## ④老人クラブより

### 三重老連健康づくり大学校「シニアカレッジみえ」（いなべ）受講生募集！

事業目的：（1）老人クラブの次代を担う若手リーダーを育成する。

（2）学習した内容を、老人クラブ活動等を通じて地域に還元する

実施機関：7月2日から11月25日までの8日間

（7/2、7/22、8/6、8/31、9/17、10/19、11/5、11/25）

開催場所：いなべ市 北勢市民会館2階 視聴覚室（いなべ市北勢町阿下喜3081-1）

募集人員：概ね40名程度（一般公募を含む）

募集期間：4月13日（月）～6月1日（月）

講座内容：健康づくりに関する内容を中心に、次の講座・演習等を設ける

（1）今日的課題の解決に向けた専門的・実務的な知識とノウハウの習得

（2）組織・企画運営の専門的・実務的な知識とノウハウの習得

募集対象者：（1）市町老人クラブ連合会長より推薦された者

（2）一般公募（応募者多数の場合は選考）

①老人クラブ等の地域活動に興味のある者（60歳以上）

但し、今までに「シニアカレッジみえ」の「修了証」を授与された者は対象外とする。

費用負担：受講料は無料（交通費、昼食代等の個人的経費は、自己負担とする）

詳しい詳細につきましては、朝日町社会福祉協議会（TEL：377-2941）まで。



# ⑤社会福祉協議会よりお知らせ

## ●新型コロナウイルスにかかる生活福祉資金の特例対応について

生活福祉資金制度では、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、貸付の対象世帯を拡大し休業や失業等により生活費でお悩みの方々に向けた、特例貸付等を実施することとなりました。

詳しくは、朝日町社会福祉協議会（377-2941）まで。

## ●“住居確保給付金”対象者拡大のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大により、離職や廃業で経済的に困窮した人の家賃を補助する「住居確保給付金」の対象が拡大されました。

朝日町にお住まいの方は、三重県生活相談支援センターが窓口になりますので相談等をご希望の方は、下記までご連絡下さい。

■三重県生活相談支援センター 住所：三重県津市桜橋2丁目131 三重県社会福祉会館2階  
TEL：059-271-7701 FAX：059-227-5630

## ●福祉人材センターに登録しませんか！

やりがい！いきがい！仲間作り・・・

人材センターの作業を通じて見つめてみませんか！

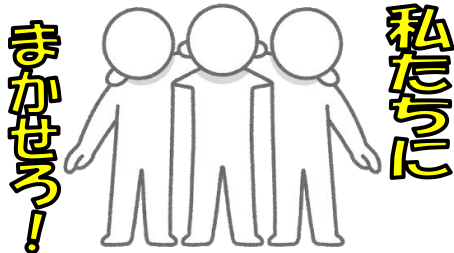
福祉人材センターでは、健康で働く意欲があり、自分でできる仕事を自主的に行い、福祉的活動と併せて社会参加を志向させることを目的に登録を行い、臨時的な仕事を行ないます！



現在、朝日町福祉人材センターでは・・・

庭や空き地等の除草作業、庭木の剪定作業等を行なっています。  
朝日町“ちょっと助け隊”の登録・活動も行います。  
いろんな資格を持った方々の登録をお待ちしております。

社会福祉法人 朝日町社会福祉協議会  
朝日町小向 891-5 朝日町保健福祉センター内  
TEL：059-377-2941 FAX：059-377-2944



## ●5月リサイクル運動

・5月20日（水）  
9：00～13：00

今月の出張リサイクル運動は

・縄生防災倉庫広場  
10：00～10：30  
ご協力をお願い致します。



## ●心配ごと相談

・5月7日（木）弁護士相談（要予約）  
・6月5日（金）

弁護士相談は要予約となっております。  
（時間に限りがございます。相談内容はまとめておいて下さい。）

時間：13：00～15：30

場所：朝日町保健福祉センター

「さわやか村」 2階 研修室

## ●朝日町社協の基本理念

住み慣れた地域で安心して心豊かに笑顔で暮らし、

共にたすけあう心温まる地域づくりをめざします。

社会福祉法人 朝日町社会福祉協議会  
朝日町保健福祉センター「さわやか村」  
〒510-8102 三重県朝日町小向 891-5  
TEL：059-377-2941 FAX：059-377-2944  
e-mail：asahisyakyo@ccnetmie.ne.jp



（ホームページ）  
QRコード

