

社協 きみの

【発行】

社会福祉法人 紀美野町社会福祉協議会

●本所 紀美野町総合福祉センター内

TEL 489-9962 FAX 489-9962

E-mail kimino-shakyo@kimino.shakyo-w.jpHP <http://kimino.shakyo-w.jp/>

ボランティアセンター TEL 489-2255

●支所 紀美野町美里支所内

TEL 495-3171

～生活福祉資金の特例貸付のご案内について～

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業等により、生活資金でお悩みの方々に向けた、生活福祉資金の特例貸付が実施されています。特例貸付では緊急小口資金と、総合支援資金の貸付が実施されています。それぞれの資金の概要については以下の通りです。

緊急小口資金について

対象者：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
貸付上限額：原則として10万円以内ですが、以下の場合は20万円以内となります。

- ・世帯員の中に新型コロナウイルス感染症の罹患者がいるとき
- ・世帯員の中に要介護者がいるとき
- ・世帯員が4人以上いるとき
- ・世帯員の中に臨時休校した小学校等に通う子または、風邪症状など新型コロナウイルスに感染したおそれのある小学校等に通う子の世話をを行うことが必要となった労働者がいるとき
- ・世帯員の中に個人事業主等がいること等のため、収入減少により生活に要する費用が不足するとき
- ・その他、特に資金の貸付需要があると認められるとき

償還猶予期間：貸付開始から1年以内 償還期限：償還猶予期間終了後2年以内 貸付利子：無利子
保証人：不要

総合支援資金について

対象者：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
貸付上限額：2人以上の世帯は月20万円以内。単身世帯は月15万円以内。貸付期間：原則3ヶ月以内
償還猶予期間：貸付開始から1年以内 償還期限：償還猶予期間終了後10年以内
貸付利子：無利子 保証人：不要

申込先は紀美野町社会福祉協議会となっています。ご不明な点があればお問い合わせください。

TEL 073-489-9962

社協会員にご入会いただきました。

賛助会員

- ・福田 折口左近 様・折口静子 様 ・下佐々 佐本重秋 様・佐本綾子 様
- ・下佐々 宮本隆則 様・宮本由紀子 様 ・奥佐々 上田算三 様 ・樋下 匿名
- ・小畑 吉村敏行 様・吉村栄美 様・吉村美奈子 様

ありがとうございました

〜 運動でメタボ予防 〜

メタボ予防して、ボランティア活動の体力作り!

メタボは痛みなどの自覚症状はありませんが、心筋梗塞や脳卒中を引き起こすおそれのある危険な状態です。食べすぎや身体活動・運動不足を解消するなど、生活習慣を見直し内臓脂肪を減らすことが大切です。

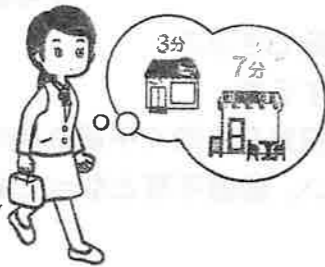
メタボの判定基準 (以下の2つ以上に該当)	
腹囲	
男性	85cm以上
女性	90cm以上
① 脂質異常	中性脂肪値 ... 150mg/dl以上 HDLコレステロール値 ... 40mg/dl未満
② 高血圧	最高血圧 ... 130mmHg以上 最低血圧 ... 85mmHg以上
③ 高血糖	空腹時血糖 ... 110mg/dl以上

メタボリックシンドローム

今より10分多く体を動かそう

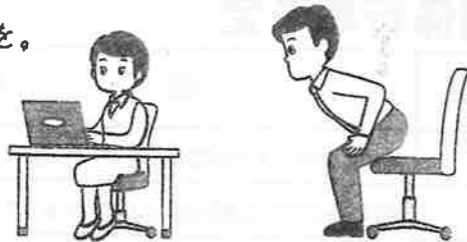
① 僅かく合間に

- ・ランチでちょっと離れずに店に
- ・仕事の休みの時間に軽くストレッチ
- ・通勤を自転車にしたり1駅分を徒歩にする
- ・歩く時は歩幅を広く歩く



② 座りっぱなしの人は要注意

- ・長時間の座りっぱなしは健康に悪影響があります。
- 30分に1回は立ち上がってストレッチを。



③ 生活の中でこまめに

- ・エレベーターを控え、階段を利用。
- ・テレビを見ながらロコトレやストレッチをする。
- ・洗濯や洗たくなど家事はキチンと行う。
- ・歩いて買い物や子ども・孫の送り迎えをする



④ 活発な高齢者ほど要介護リスクを低い。

- ・日に40分ほど体を動かす高齢者は10~15分ほどしか動かない人比べて関節痛や認知症になるリスクが20%も低いことがわかっています。



手話うち

[あじさい]



軽く指を曲げた左手掌の上を右手親指と中指を閉鎖させて回す

[梅雨]



唇の下につけた右手3指のつまみこめかみにつけ

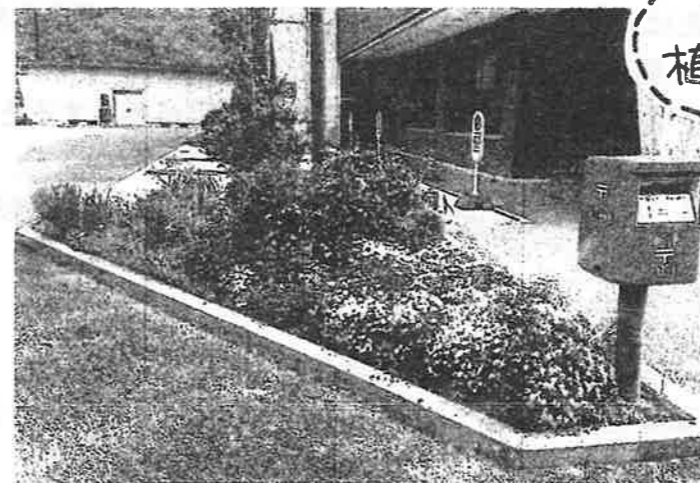
指を広げた両手を上から下へ2回下ろす

紀美野町のボランティアを紹介します♡

野上のすてきなゴミ仲間 1994年(平成6)発足

紀美野町総合福祉センター

赤いポストのある花だん



春と秋、花苗の植え付けをしています。

お花で、みんな元気に!

福祉センターに来所された方や職員の方など、通りすがりにササッと草引きしてくださったり、夏場の水やりをしていただいたり... みなさんに大切に見守られている花だんです。みなさんに、ほっこり笑顔になってもらえるよう花づくりをしています。

お問い合わせ TEL 489-2255
紀美野町ボランティアセンター

朗読講座

はとふるたいむ 3月号で お知らせした朗読講座です

日時 令和2年6月29日(月) 13:30~ 講師 和み協会代表 吉村美佳氏
場所 紀美野町総合福祉センター (和み朗読教室・和みマナー教室 主宰)
受講料 無料

※申し込み締め切りは、6月24日(水)まで

問い合わせ

紀美野町社会福祉協議会 TEL 489-9962

ボランティア
伝言板

ボランティアだより

社 協 会 員 募 集 !

ご協力をお願いいたします。

社会福祉協議会は、住みよい福祉のまちづくりをすすめるための会です。

町民の皆様からいただいた会費は、地域社会福祉事業に使わせていただきます。

この会費は、あくまで町民の皆様の自発的な意志によるものです。社会福祉協議会の趣旨を十分ご理解いただいたうえで入会していただけますようご協力をお願いいたします。

会費は、年会費です。

- ・ 一般会員 一口 500円
- ・ 賛助会員 一口 1,000円
- ・ 特別会員 一口 2,000円
- ・ 団体会員 一口 3,000円

会費受付 紀美野町社会福祉協議会

紀美野町総合福祉センター1階

(連絡先) 073-489-9962

正 規 職 員 募 集

- ◇募集職種 訪問介護員（サービス提供責任者）
 - ◇採用予定日 随時
 - ◇応募資格 1) 普通免許を持ち車を運転できる方
2) 介護福祉士の資格を有する方
 - ◇申込・受付期間 随時（ただし、土・日・祝祭日を除く午前9時から午後5時の間に以下の必要書類をご持参ください。郵送不可となっておりますので、ご了承ください。）
 - ◇必要書類 履歴書・資格証明書（写）
 - ◇試験等 申込受付後、試験日等を本人宛に通知します。
- ※必要書類等、詳しくは、紀美野町社会福祉協議会までご連絡ください。（489-9962）

6月の社協関係行事予定

日	曜日	行 事 名	備 考
2	火	まごころ弁当(食事サービス)	新型コロナウイルス感染防止のため中止と致します
3	水	おいし弁当(食事サービス)	新型コロナウイルス感染防止のため中止と致します
10	水	令和元年度 第1回理事会	総合福祉センター 2階 会議室 10時00分～
16	火	まごころ弁当(食事サービス)	高齢者創作館・国吉多目的集会所 13時～
18	木	おいし弁当(食事サービス)	総合福祉センター 調理室 12時30分～
23	火	話し相手ボランティア3「さわやか」	定例会 13時30分～
29	月	声のグループ「かじか」録音	総合福祉センター 録音室 9時～
		のかみ座 練習日 8日(月)・22日(月)	中央公民館 19時30分～

※但し、16日まごころ弁当・18日おいし弁当については、コロナウイルスの感染状況等の事情により、再度中止となる場合があります。