

とみか社協だより ほっとほっと

2015年1月
No. 99



一人ひとりの温かい心が、地域を支えます。

「赤い羽根共同募金ご協力おねがいしま～す。」

街頭募金協力団体：ボーイスカウト美濃加茂第1団



この社協だよりは、みなさまの会費と赤い羽根共同募金が使われています。



平成26年度
自分の町を
良くするしくみ

共同募金運動結果報告



赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金

募金総額 **1,665,734円**

10月1日から3ヶ月にわたって行われた共同募金運動は、みなさまから心あたたまる募金をたくさんいただきまして、ありがとうございました。

お寄せいただきました赤い羽根共同募金は、岐阜県共同募金会を通じて、県内の民間福祉施設や福祉団体、社会福祉協議会に配分され、各地の地域福祉のために大切に使われています。

なお、当町においては、社会福祉協議会が行う町民の皆様を対象とした事業に配分をうけることになっています。



募金内訳

封筒募金(自治会)		1,381,100円	
巾上	64,100円	本郷	31,000円
下滝田	109,000円	町屋	42,000円
井高	32,000円	老梅	35,000円
上羽生	151,000円	長峰	41,000円
下羽生	188,000円	栃洞	44,000円
駅前(本宮町)	86,000円	片町	30,000円
駅前(旭町)	29,000円	新町	21,000円
駅前(栄町)	19,000円	上町	16,000円
駅前(本町)	27,000円	中町	11,000円
駅前(南本町)	31,000円	下町	23,000円
大山	112,000円	絹丸	52,000円
高畑	80,000円	川小牧	52,000円
高畑住宅	0円	加治田住宅	0円
夕田	55,000円		

法人(24法人)		212,000円	
●(医)社団 明星会	●(株)コジマックス		
●JAめぐみの 富加支店			
●(有)アテインムライ			
●(株)舟場製作所	●(有)高井プレス		
●(株)天池モールド	●(有)板津バレル		
●まこと工業(株)	●戸島工業(株)		
●(株)半布里産業	●(有)若宮環境サービス		
●Kライス 米寿庵	●(有)北岐		
●日興精機(株)	●(株)栗山組		
●(株)田中工業	●(株)熱田資材		
●(株)ORIBE	●(有)太成ゴム工業		
●(株)サカイ鋼業	●北川工務(株)		
●(株)梅田	●(株)テクノスペース		

(順不同・敬称略)

街頭募金 29,281円

職域募金 19,122円

募金箱 3,587円

バッジ募金 9,164円

イベント募金(カプセル募金・グッズ募金)

11,480円

協力いただいた方達

- ボーイスカウト美濃加茂第1団
- 富加町職員互助会
- JAめぐみの 富加支店
- 富加郵便局
- 加治田郵便局
- 富加町役場
- タウンホールとみか

町民まつり会場にて



11月16日(日)ボーイスカウト美濃加茂第1団より
街頭募金を社会福祉協議会長へ手渡されました。



ガチャガチャ……何が出てきたかな？
(カプセル募金を行いました。)



社協事業に参加していただいた方達の笑顔と共に、
事業の報告をしました。



巾上・下滝田・井高地区



天満家 進基(てんまや しんご)さんと
一緒に、「ふるさと」を体で表現して……
笑顔で時間が過ぎていきました。

ふれあい会食会



白木 久美さんの手品……
手芸「しゅげーい!」?



駅前・高畑地区

年末年始の疲れをスッキリさせるための、簡単ストレッチ体操の紹介です。

一度のストレッチ動作で効果を出すには、出来るだけ多くの筋肉が参加する動きを選択することが大切です。今回は、椅子に座りながら体をゆっくりと前に倒す「おじぎストレッチ」を紹介します。太ももの後ろ側の筋肉は、骨盤からすねの骨までを結ぶとても大きな筋肉です。この部分をゆっくり伸ばし緊張をとることは、骨盤の動きに余裕を持たせ、腰痛予防にも効果があると言われています。また、筋肉を動かすと下半身の血液の流れも促され、足のむくみが軽減します。あなたも挑戦してみてください。

「きっしーです!!」



医療法人 誠道会
各務原リハビリテーション病院
リハビリテーション科 統括主任
専門理学療法士(生活環境支援)
岸本 泰樹

平成24年4月より介護予防事業の指導を行っています。

簡単おじぎストレッチ

1. 椅子に浅く腰掛けます。(写真①)
2. 片足の膝を伸ばし、かかとを床につけます。(つま先は、真上を向けます。)
3. 伸ばしている足の上に手を重ね、胸を張って背中をのばします。
4. 胸を張ったまま、上半身を少し前に傾けます。背中が丸くならない様に注意して下さい。
(太ももの後ろ側やふくらはぎに、気持ちの良い伸びを感じるはずです。)
5. しばらく伸ばした後、背中を丸めながら両手を足に沿って下ろし、甲に近づけてみましょう。下半身だけでなく上半身の後ろ側も大きくストレッチされます。(写真②)



写真①



写真②

社協今後の予定

- 平成27年2月7日(土)
傾聴講座
- ★平成27年2月17日(火)
スマートフォン講座
- ★平成27年2月24日(火)
無料法律相談
- ★の事業につきましては1月26日配布のチラシをご覧ください。

あたたかい心をありがとうございます

- ・ゴルフトーナメント チャリティ販売売上
100,000円……………株式会社 トーシン
- ・幼児用椅子……………匿名
- ・富加町グラウンドゴルフ協会より
ホールインワン基金
17,900円が手渡されました。



社会福祉協議会はこんなことをしています。(その3)

- 介護予防事業(受託事業)
 - いきいきトレーニング・筋力アップ教室・パワリハ教室
- 65歳以上の方を対象に一般講習会を開催し、参加された方たちを対象に運動教室を開催しています。自分のペースで運動のできるいきいきトレーニングや、指導者と一緒に運動を行う教室があります。

事業の申し込み、ご相談はこちらまで

〒501-3305 加茂郡富加町滝田1381番地1
社会福祉法人富加町社会福祉協議会 事務局
電話番号 **0574-54-1312**
富加町ボランティア住民活動支援センター
電話番号 **0574-55-0066**
FAX番号 **0574-55-0068**
(共通です)

