



社会福祉法人

高野町社会福祉協議会

〒648 - 0211

和歌山県伊都郡高野町高野山 26-8

社協だより(回覧版) 8月号



TEL56 - 2941 ・ FAX56 - 5273

http://koyasyakyo.ec-net.jp/

8月の配食弁当



○**富貴筒香地区**→8月4日・18日・25日(毎週火曜日)

○**高野山内地区**→8月5日・19日・26日(毎週水曜日)

○**高野山外地区**→8月6日・20日・27日(毎週木曜日)

※お弁当は配られたその日の内にお召し上がりください

対象者 65歳以上の(高齢者世帯・独居世帯)、障がいの方が利用対象になります。

配食サービスのボランティア募集!!

・活動内容 ご近所の利用者さん宅へお弁当をお届けしていただきます。

(毎週火・水・木曜日の16時~16時30分頃まで)

・募集人員 火・水・木曜日の1日だけでも参加OK!

~地域(ご近所)とのつながり~

空いている時間を使ってボランティア始めませんか?

急募ホームヘルパー!!パート募集

- 職種 ホームヘルパー
- 勤務地 高野町内
- 時給 1200円~1500円程度(※業務内容により異なります。)
- 勤務時間 8:30~17:15(勤務時間応相談) 土日・祝勤務可能な方!!
- 応募資格 介護職員初任者研修(ホームヘルパー2級以上の資格所持者)、普通自動車運転免許

経験者歓迎!!
資格を活かして働きませんか?



土日・祝のみの勤務なので無理なく働けます!

短時間労働OK!!
空いた時間で働きませんか?

長期勤務可能な方歓迎!
勤務時間等はこちらにご相談に乗ります!

仕事内容等のご質問あれば
お気軽にお電話下さい!



応募についての詳細は下記にお問い合わせ下さい。
高野町社会福祉協議会 ☎(0736)56-2941

福祉有償運送運転 ボランティア募集



- ・活動内容・・・福祉有償運送利用登録者の送迎です。
- ※お手伝い頂ける方は、1日の運転講習会に参加して頂きます。
- ・募集人員・・・ボランティアさんの時間の都合等考慮します。



福祉教育(車イス体験学習)

高野町社協では、子供達へ向けての啓発活動という事で、高野山小学校(6年生)の皆さんへ車イス体験を行いました!

生徒の皆さんは、実際に障害物のコースを体験すると「押すだけなのにこれだけ大変だと思わなかった!」と驚いている生徒や「車椅子の押し方知っている!」という頼もしい生徒もいました。

今回の体験学習がきっかけで、思いやりの心が少しではありますが育ったのではないのでしょうか(?)



健康体操

ストレッチ体操でリフレッシュしよう♪

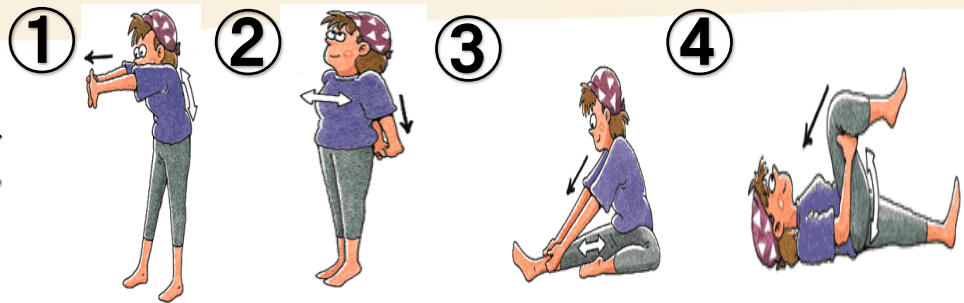
○ストレッチの効果

仕事やテレビを見る位置等で長時間同じ姿勢になりがちな人は、筋肉や関節をストレッチで時々伸ばしてあげましょう。血行がよくなり疲れが取れ、全身のバランスをとりもどして健康を維持する助けになります。

- ①背中…手を組んで腕を前方に伸ばす。
- ②胸・肩…両手を身体の後ろで組み、後方に引きます。
- ③ふとももの内側…片足を内側に曲げ、もう一方の足を伸ばし、伸ばした足のほうにゆっくりと上体を傾けます。
- ④お尻…片方の膝を胸のほうに引き寄せます。負担を感じる人はもう一方の膝を立てましょう。

○ストレッチのポイント

ストレッチを行う時は、自然な呼吸でゆっくりとした動作で行ってください。余分な力や反動はつけずに、ひとつの姿勢を10秒から30秒は維持し、伸ばしている部分に意識をもっていくのがコツです。



ふれあい・いきいきサロン事業ボランティア募集



- 募集人員…サロン活動のお手伝いです。お年寄りの方でもお手伝いできます
- 活動内容…お年寄りの交流の機会づくりの場として、お茶菓子を囲んでの会話や遠足等の活動をしています。(月1回程度、約3時間)

地域からのお知らせ!!

今年も開催します! 「中の橋夏祭り」

みんなで踊って夏の一夜を楽しみませんか?
多数のご参加お待ちしております(´▽`)/♪

- ・実施日 8月22日(土)
- ・場所 中の橋いのうえ前18:00より開始



太鼓に盆踊りに夜店に盛りだくさん!

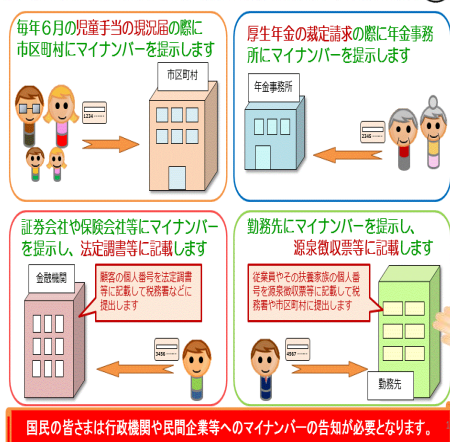
中の橋夏祭り

マイナンバー(社会保障・税番号制度)について

平成28年1月から、社会保障、税、災害対策の行政手続きでマイナンバーが必要になります。

※年金・雇用保険・医療保険の手続き、生活保護・児童手当その他福祉の給付、確定申告などの税の手続きなどで、申請書等にマイナンバーの記載を求められます。

マイナンバーは次のような場面で使います。



マイナンバーは一生使うものです。大切にしてください。

平成27年10月から、マイナンバー(個人番号)が、通知されます。

12桁のマイナンバー(個人番号)が通知されます。

ご不明な点はマイナンバーコールセンター
0570-20-0178 まで



夢のしらべコンサート in 高野山

～ピアノの生演奏会～

身体に障害を持ちながらそのハンディをものともせず演奏を楽しんでいるピアニスト達の演奏会が開催されます。

- ・日時 8月22日(土) 14時～16時30分
- ・会場 高野山大学黎明館
- ・参加費 無料

○主催団体

高野山開創1200年記念

第1回「夢のしらべコンサート in 高野山」実行委員会

TEL 0736-56-2013



～神谷・西郷・作水を通して通勤している皆さんへ～

民家が道路に面しているので大変危険です。車通勤の方は民家の側を通行する場合は速度を落として下さい。ご協力宜しくお願いします。

