



お元気ですか？民児協からの情報誌です

ほほえみ通信

*「民児協」…民生委員児童委員協議会の略称です

第42号（令和3年5月21日発行）

編集・企画 開成町民生委員児童委員協議会
ほほえみ通信編集委員会

事務局・問合せ 開成町社会福祉協議会
☎82-5222



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため「3密」を避けることが提唱されて、民生委員児童委員活動にも多くの影響がでています。訪問、相談活動につきましては、対面でなければならぬ場合を除き、電話やポスティング配布で対応させていただきますのでご承知ください。

5月12日は「民生委員・児童委員の日」です。



民生委員・児童委員、主任児童委員は一人ひとりが担当する地域の方から相談を受け、町の関係機関との「つなぎ役」になる地域福祉の大きな支えとして様々な活動をしています。今回はその活動について紹介します。



民生委員・児童委員は厚生労働大臣によって委嘱されたボランティアです。地域住民の身近な相談相手として困りごとや心配ごとを聞いて、助けてくれる人や場所を紹介する「つなぎ役」です。民生委員・児童委員のなかには、特に子ども達や子育ての相談などを専門に活動する「主任児童委員」という役割を持つ人がいます。「主任児童委員」は町内全体を対象としています。

訪問活動

担当地域に住むひとり暮らしの高齢者や障がいがある方のお宅を訪ねて、安全安心に生活できているか、困っていることはないか定期的に確認しています。



つなぎ役

必要な支援が届くよう行政窓口への連絡、福祉サービスへの情報提供

- ◎災害時要援護者支援の登録者確認
- ◎あしがら安心キット点検・確認
- ◎開成町ようこそ訪問対象者への確認

自治会ふれあい活動

自治会の福祉活動・サロン活動への参画



あいさつ運動

毎月1日、15日は登校の時間に通学路に立って、見守りやあいさつ運動をしています。



定例会 ~委員どうしの情報交換~

毎月第3金曜日に「定例会」を行い一人ひとりの委員が活動のなかで知ったことや、町などからのお知らせを共有します。ひとりで対応できないことなどは、チームみんなと協力しあって取り組みます。



秘密は守ります

民生委員・児童委員・主任児童委員には守秘義務があり相談内容を他の人に話すことはありません。ひとり暮らしが心配、生活に困っている、介護に疲れた、子育てが大変、近所のことが気になる。などお困りのことがあれば安心してご相談ください。



「つぶやき交換日記（文通）」の仲間を募集

開成町社協では「つぶやき交換日記（文通）」の仲間を募集しています。お手紙や絵葉書、メールなどを活用して、ボランティアの方と交流してみませんか？老化の予防として活用されるもよし、楽しみを増やす目的としてでもよし、誰かとつながるためでもよし、社会とつながるためでもよし、お気軽にお問い合わせください。

連絡先：82-5222

開成町社協 担当 水野

つぶやき交換日記のやりとりのイメージ



おうちですごろう! 脳トレと新玉ねぎレシピ

今回の脳トレは歴代のお札に登場した人物です! 写真とヒントから、誰だかわかりますか?

歴代のお札に登場した人物クイズ!

NHK大河ドラマにて放送中の『青天を衝け』。主人公の渋沢栄一が、2024年に新しい一万円札の顔となります。さて、下の肖像画は歴代のお札の肖像画です。名前を覚えていますか?



1 最も多くお札に登場
十七条の憲法 一万円券



2 大蔵大臣～総理大臣
だるまさん 五十円券



3 憲政の父、国会を作った男
百円券



4 王政復古の号令 公家
五百円券



5 初代内閣総理大臣
大日本帝国憲法制定 千円券



6 『吾輩は猫である』
『坊ちゃん』 千円券



7 農業博士 著書『武士道』
五千円券



8 慶応義塾創設者
学問のすすめ 一万円券



9 細菌学者 黄熱病
千円券



10 明治時代の女流作家
たけくらべ 五千円券

「新玉ねぎ」レシピ



4～5月に旬を迎える新玉ねぎは、甘く、みずみずしく、おいしいうえに、健康効果は無限大!

玉ねぎは血液をサラサラにする働きが有名で血栓や動脈硬化の予防、心筋梗塞、脳梗塞予防など血液や血管に関わる多くの生活習慣病を予防してくれます。効率の良い食べ方は、生食または、軽い加熱料理に向いています。玉ねぎは水にさらすと栄養が流れてしまうので NG! 辛味が気になるときは切ったあとにそのままにしてしばらく置くとマイルドになります。

新玉ねぎとツナのごまサラダ



【材料】2人分

新玉ねぎ 1個 ツナ缶詰 1缶

【ドレッシング材料】

ニンニクのすりおろし 1かけ分 (チューブでも可)

しょうゆ 大さじ1 白すりごま 大さじ1

ごま油 小さじ1 酢 小さじ1

粗びき黒コショウ 適宜

【作り方】

- ① 新玉ねぎは、縦半分に切って縦に薄切りにする。ツナは缶汁をきり、粗くほぐす。
- ② ボールにドレッシングの材料を混ぜ合わせる。新玉ねぎ、ツナを加えて全体に混ぜて器に盛る。

新玉ねぎとコンビーフのバターしょうゆ



【材料】

新玉ねぎ 1個

コンビーフ缶詰 1缶

かいわれ大根 1パック

サラダ油 大さじ1

酒 大さじ 1/2

しょうゆ 大さじ 1/2

バター 10g

【作り方】

- ① 新玉ねぎは5ミリ幅の薄切りにする。カイワレ大根は根を除いて、半分に切る。コンビーフは缶から出して粗めにほぐす。
- ② フライパンにサラダ油を中火で熱し、新玉ねぎとコンビーフをほぐしながら炒める。酒・しょうゆを加えてサッと混ぜ炒める。
- ③ ②をフライパンの端に寄せ、空いたところにバターとカイワレ大根を入れて全体にバターを絡めるように炒め合わせる。

編集後記



若葉の美しい季節を迎えました。コロナ感染拡大で自粛生活が続き旅行などには行くことができませんが、さわやかな緑の風を感じながら町内のお散歩にでも出かけてみてはいかがでしょうか。

編集委員：大野 下山

【クイズの答】① 聖徳太子 ② 高橋是清 ③ 板垣退助 ④ 岩倉具視 ⑤ 伊藤博文
⑥ 夏目漱石 ⑦ 新渡戸稲造 ⑧ 福沢諭吉 ⑨ 野口英世 ⑩ 樋口一葉