



北地区社会福祉協議会における見守り活動の様子

地域住民同士の「きずな」を深めよう！ ～コロナ禍の「ピンチ」を「チャンス」に～

新型コロナウイルス感染症により、見守り活動や通いの場などの地域福祉活動及びボランティア活動は休止や延期等の活動自粛を余儀なくされました。

そのような中でも、「きずな」を深めようと、それぞれの地域が感染対策を工夫しながら活動を続けていただいております。

このような時だからこそ、「きずな」を更に深め、住民同士が支えあえる地域づくりを共に目指していきましょう。

十分な感染症対策をとって 青空の下でつながろう！

新型コロナウイルス感染症の影響により、様々な活動が制限される中、一部地域ではいかに地域の「つながり」を保っていくか、そのためにできることを模索し実践しようという動きも見られます。

屋外での運動や気心知れた仲間と自然の中を散策するなど、自然とふれあい、体を動かすことは心身の健康にとっても大切なことです。

コロナの状況を見極めながら、今、何ができるかを考えましょう。

青空の下で、体を動かしましょう



ノルディック・ウォークで有酸素運動

膝等への負担が軽く、腰痛防止にも効果的なノルディック・ウォーキングを開催。大自然の中で、思いっきり深呼吸をすると、背筋もスーッと伸び、自粛生活のモヤモヤもスッキリと解消できました。

【木花地区社会福祉協議会】

ブルーシートさえあれば、 どこでもサロン会場に大変身！

普段は公民館でレクリエーションを行っていますが、近所の公園に集まり、屋外でのサロン活動を再開。水分補給等の熱中症対策を万全に、参加者みんなで、体操や輪投げゲームを行い、楽しいひとときを過ごしました。

【竹ヶ島サロン（佐土原町）】



早起きして、みんなで いきいき健幸体操とウォーキング

一人では、なかなか続かない体操やウォーキングですが、みんなで歩くと心が弾み、効果倍増。コロナが落ち着いたたら、朝7時からのウォーキングのあとに、朝食を食べて交流を図る計画です。

【中央東地域の絆づくり推進事業協議会】



朝活プラス
開催中

青空の下で、心を和ませましょう



近所の公園が演奏会場に

孤立化防止の取り組みとして、野外演奏会を開催。なじみのある公園を会場とし、参加者の密を避けるために、2回に分けて開催。地域ボランティアによる懐メロの演奏により、会場が一体となって盛り上がりしました。

【本郷地区社会福祉協議会】

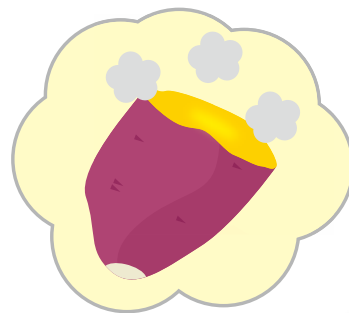
青空の下で、ふれあいましょう



野菜づくりで、心をつなぐ

多世代交流を目的として、地区内の休閑地を利用して「つなぎファーム（貸し農園）」をオープン。利用者全員でサツマイモの苗を植え、秋には収穫祭を行いました。みんなで愛情を込めて育てたおイモは、とても甘くて大好評でした。

【住吉ボランティアセンターつなぎ】



コロナ禍での「つながり方」を紹介しています

このヒント集には、活動が続けるためのたくさんのヒントが詰まっています。

「ピンチをチャンス」として捉え、それぞれの地域にあった「新たなつながり方」を見つけていきましょう。

～主な内容～

- 絵ハガキ、マスクを届けてつながる
- 生活を支えてつながる
- 電話・インターフォンでつながる
- 想いを届けてつながる
- オンラインでつながる
- など

※本会窓口及び
本会ホームページにて配布（閲覧）しています。



大雨・台風シーズンに向けて

災害への備えは大丈夫？



近年、日本各地で異常気象からくるゲリラ豪雨や大型台風により、大規模災害が頻発しています。

これから本格的な大雨・台風シーズンを迎えます。各ご家庭での災害への備えは万全ですか？

非常持ち出し品の確認

●非常持ち出し品(例)

- ☐ 懐中電灯、ヘルメット
- ☐ 携帯ラジオ、携帯電話
- ☐ 予備乾電池、携帯の充電器
- ☐ 飲料水
- ☐ 食品(乾パン、レトルト食品、カップ麺など)
- ※賞味期限を確認しましょう。
- ☐ 救急用品(ばんそうこう、常備薬など)
- ☐ マスク、体温計、消毒液
- ☐ 衣類、タオル、毛布
- ☐ それぞれの家庭で必要なもの(乳児がいる場合は、ミルクやおむつなど)

※必要なものをリュックサックなどに入れて、玄関付近など取り出しやすいところに準備しておきましょう。



避難時のポイント

新型コロナウイルス感染症が蔓延している中、避難する際は、感染症予防対策もしっかり行う必要があります。以下の点に注意しましょう！

ポイント1 避難する前に

- テレビ、ラジオ、インターネット等での情報収集
- 行政の防災メールの登録
- 雨戸の準備点検、周囲に飛びやすいようなものを片づけ



ポイント2 複数の避難場所を確認

- 避難所の確認
お手元に届いている『保存版』
宮崎市洪水ハザードマップや
宮崎市のホームページ
- 避難経路の確認



ポイント3 親戚の家などへの避難を検討

- 親戚や友人宅などの安全な場所
に避難すること等の検討
- ※災害発生時、「VACAN」(バカン)
サイトでは避難所の混雑状況確
認できます。



ポイント4 感染対策の徹底

- こまめな手洗いうがい
- マスク等による
咳エチケット など
- マスク、消毒液、体温計
を自ら携行



要チェック

宮崎市の「防災ポータルサイト」のページには、防災・災害に関する様々な情報が載っています。

宮崎市防災ポータルサイトはこちら→



災害ボランティアセンター

「災害ボランティアセンター」とは、大規模災害発生後、被災者や被災した地域に寄り添い、ボランティアの力を借りて復興を支援する活動拠点です。

平成元年の阪神淡路大震災を契機に、各地で経験した地震・豪雨災害などを経て、今では全国的に広く名称が知られるようになりました。

宮崎市災害ボランティアセンター 運営の実例

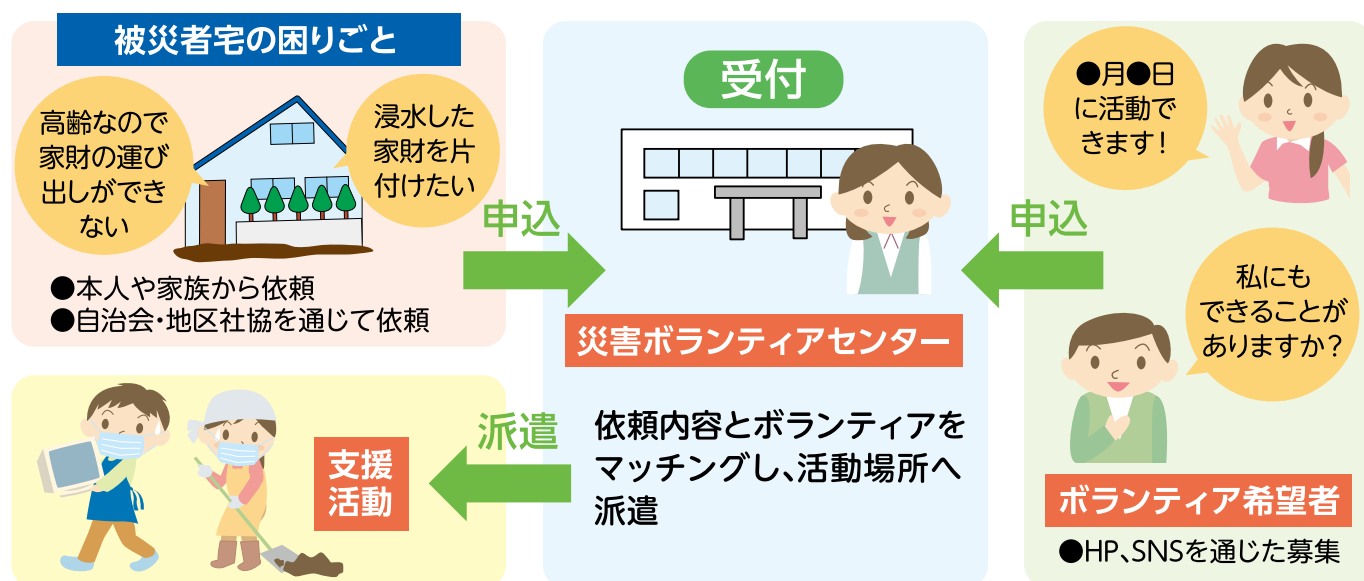


■平成17年台風14号

小松地区・富吉地区・北地区の3か所にボランティアセンターを設置。開設期間中、1185件のニーズに対し、7357人のボランティアが活動。

浸水した家財の片付けや清掃などに従事し、被災した地域住民の大きな支えとなりました。

ボランティアセンターの流れ



コロナ禍では…

- ・ボランティア募集範囲の限定
- ・ボランティアの事前登録・マッチング
- ・集合時間や場所の工夫 など

感染予防対策を講じた上で運営します。



平常時からの取り組み

- ✓ 発災後すぐに設置するために…市・市民活動センター・SVCみやざき・本会でマニュアルを策定しています。
- ✓ 迅速な活動のために…活動資機材の備蓄、運営訓練を実施。いざという時に「物」や「人」が動けるよう備えています。
- ✓ 関係機関と協力して…宮崎青年会議所・市・本会の3者協定を結んでいるほか、民間業者と協力し合えるよう働きかけを行っています。

いまだからこそ、あなたにもできるボランティア

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、今もなお様々な活動が制限されています。こうした中、「自分ができることは何か」というお問い合わせも多く寄せられています。そこで、『いまだからこそ、できる!』ボランティア活動に取り組まれている皆さんの活動をご紹介します。

▶ 新聞紙で「ゴミ袋」を作成! ◀

～介護施設や保育所等の福祉施設へ届けています～



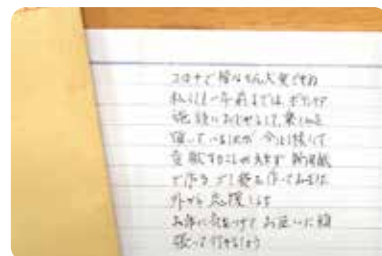
仲間と手順を確認しながら作成!

完成!



施設へお届け

これまでのように施設での活動は難しくなりましたが、
今は会えなくても、違った形で施設を『応援している』
というメッセージを送っています!



応援メッセージも同封

▶ シトラスリボンに、想いをつなぎ、感謝を届けるメッセージを込めて... ◀

コロナ禍で生まれた差別、偏見を耳にした愛媛県の有志によって考案された、シトラスリボンプロジェクト。愛媛特産の柑橘にちなんだシトラスカラーのリボンや専用ロゴには、『コロナ禍に居ても居なくても、地域住民みんなが心から暮らしやすい世の中になりますように...』という願いが込められています。愛媛から離れた宮崎でも、このリボンを作り、施設等へ送り届けたり、学校へ配布したりする活動が行われています。



3つの輪が表すのは、**地域・家庭・職場(学校)**です

完成!



「作ってみたい!」という方は、
本会ボランティアセンターまで
お問い合わせください★
作り方のチラシをお渡しします!



『ピンチをチャンスに!』を合言葉に、あなたも『いまだからこそできる!』
ボランティア活動に取り組まれますか? 皆さんの活動をお待ちしています!!

＼お気軽にお問い合わせください／

宮崎市社会福祉協議会ボランティアセンター



みやざき ☎0985-52-7170(直通) さどわら ☎0985-36-2022(直通) た の ☎0985-86-2017(代表)
たかおか ☎0985-82-4721(代表) きよたけ ☎0985-55-6207(代表)

寄 付 者 名 簿

香典返し及び一般寄付

愛のご寄付ありがとうございました。(敬称略・順不同)

2月	本 所	香典返し	鈴木 浩美 田村 ハツミ
		篤 志	(株)湖月／お菓子
	佐土原支所	香典返し	上山 美智子 河崎 勝浩 岩根 光雄
	田 野 支 所	香典返し	大崎 チサ子 佐伯 トミ子 曾地 カオリ
	高 岡 支 所	香典返し	水間 忠信 山崎 悦男
	清 武 支 所	香典返し	黒木 誠 長友 清次郎 川島 和子

3月	本 所	香典返し	奥野 ハツエ 中村 浩 小川 順平 古澤 博志
		篤 志	宮崎市役所庁友会囲碁クラブ／基盤4面及び碁石4セット
			(株)ダイナム宮崎昭栄店／食料品類及び自転車
	佐土原支所	香典返し	坂本 治雄／¥10,000
	高 岡 支 所	香典返し	永峰 奈美江
		篤 志	(株)夕和木材 代表取締役 黒木 和也／¥140,000

4月	本 所	香典返し	松田 由紀子 西田 サチ子 湯浅 みつ江 黒木 悦子 木下 由美子 門松 美千代
		篤 志	(株)湖月／お菓子 宮崎市グラウンド・ゴルフ協会／¥15,000
			江坂設備工業(株)／¥50,000
	佐土原支所	香典返し	稲葉 誠 上村 典宏 郡司 栄子 樋口 敏子
	田 野 支 所	香典返し	山口 眞由美 那須 和子
	清 武 支 所	香典返し	小松 政昭／¥30,000 長友 昭治 黒木 マキ子 川越 繁美
		篤 志	戸田 淳子

※寄付者のご意向により、一部の方につきましては寄付金額を掲載しております。

ご寄付のお願い

宮崎市社会福祉協議会では、個人や企業等の皆様から篤志寄付や香典返し寄付を広く受け付けています。お寄せいただいた寄付金は、宮崎市の様々な地域福祉事業の推進のために活用させていただいております。また、**本会への寄付は、税法上での優遇措置を受けることができます。**

あたたかいご支援ありがとうございます

株式会社 夕和木材 様



CSR型私募債(宮崎銀行引受)の発行を通して、社会貢献活動の一環として、多額の寄付をいただきました。

本会が推進する地域福祉事業で有効に活用させていただきます。

株式会社 ダイナム 宮崎昭栄店 様



社会貢献活動の一環として、自転車等のご寄贈をいただきました。

高齢者宅の訪問業務等や、災害時には災害ボランティアセンター本部での活動で有効に活用させていただきます。

親子でチャレンジ! 家庭での夏休みの過ごし方!

放課後児童クラブレポート

長い梅雨がようやく開けて夏本番! でも、新型コロナウイルスが気になる今年の夏は、家庭にあるものを使って親子で工作にチャレンジしてみませんか? 今回はそんな「夏休みの過ごし方」について児童クラブ支援員がご紹介いたします

楽しいコマ作り



準備するもの

- ペットボトルキャップ2個
- 竹ひご(6cm位)
- ビニールテープ

〇作り方〇

- ① ペットボトルキャップ2個の中央に竹ひごの通る穴をあけます。
※キリなどを使ってあけるため、大人の方に開けてもらいましょう。
- ② ペットボトルキャップを向かい合わせにして竹ひごを通します。
- ③ ペットボトルキャップ2個を合わせてビニールテープでしっかりと貼り合わせたら出来上がり!
※キャップの上に絵を描いた丸い用紙貼るとコマを回したときに模様が楽しめます。

ふしぎな動きを楽しもう!

準備するもの ● ビー玉 ● アルミホイル
アルミホイルの中にビー玉を包んで手のひらの中で振り、丸まったアルミホイルが…
どんな動きをするかな?

作るポイント ビー玉を包むアルミホイルはビー玉より大きくふんわり包むのがコツ!!

放課後児童クラブで、一緒に働きませんか? 詳細は、宮崎市社会福祉協議会までお問い合わせください。

✕弁護士無料法律相談

生活・福祉に関することや、相続・離婚など、弁護士が相談に応じます。

対象者 宮崎市民の方

(本所・佐土原支所は、1人30分5名まで)
(田野・高岡・清武の3支所は、1人30分4名まで)

受付 平日 月～金(祝日・年末年始除く)
8:30～17:00

※要予約必ず事前に**申し込み**をして下さい。
※同一年度内の利用は1人1回限りとなります。

場所 宮崎市社会福祉協議会 本所及び各支所

無料法律相談スケジュール

会 場	日 時	7月	8月	9月
本 所	偶数月第1(金)13:30～16:00		6日	
	毎月第3(木)13:30～16:00	15日	19日	16日
佐土原支所	毎月第4(木)13:30～16:00	21日*	26日	22日*
田 野 支 所	偶数月第2(木)13:30～15:30		12日	
清 武 支 所	奇数月第1(木)13:30～15:30	1日		2日
高 岡 支 所	奇数月第2(木)13:30～15:30	8日		9日

*=祝日等により規定日と異なります



ともに支えあい 安心して暮らせる福祉のまちづくり

社会福祉法人 **宮崎市社会福祉協議会**

ホームページ **宮崎市社協**

Q 検索

〒880-0930 宮崎市花山手東3丁目25番地2
市総合福祉保健センター
Tel.(0985)52-5131 Fax.(0985)52-5724

■佐土原支所 〒880-0303 宮崎市佐土原町東上那珂12948番地1
■田 野 支 所 〒889-1701 宮崎市田野町甲2848番地1
■高 岡 支 所 〒880-2221 宮崎市高岡町内山2877番地
■清 武 支 所 〒889-1613 宮崎市清武町西新町8番地6

市佐土原地域福祉センター Tel.36-2020 Fax.36-2024
市田野総合福祉館 Tel.86-2017 Fax.86-4049
市高岡福祉保健センター穆園館 Tel.82-4721 Fax.82-4726
市清武総合福祉センター Tel.55-6207 Fax.64-5321

この社協だよりは共同募金の助成金を活用してつくられています。