

令和8年度 地域の集いの場 代表者研修会を開催しました！



令和8年5月14日(木)に美咲町内で開催されているサロンと通いの場の代表者の方を対象として、地域の集いの場代表者研修会を行いました。講師として、あそびの工房もくもく屋 事務局長 田川雅規様にお越しいただきました。詳しくは4ページ目をご覧ください。

今月号の おもな内容

- 令和8年度赤い羽根共同募金配分事業の紹介について
- 地域包括支援センターからのお知らせ



発行：社会福祉法人 美咲町社会福祉協議会

〒709-3717 岡山県久米郡美咲町原田3100-1 TEL.0868-66-7221 FAX.0868-66-7133
Email: m-syakyo-h@cyerry.net ホームページ: <https://misakicho-shakyo.jp/>

令和6年6月3日(月)より社会福祉協議会の事務所が、美咲町多世代交流拠点“みさキラリ”生涯学習センター1階(原田3100-1)に移転いたしました。

この広報誌は、社会福祉協議会が共同募金の配分を受け、発行しています。

1. ボランティア活動支援事業

ボランティア養成・育成及び地域においての活動支援等を行ないます。



3. 福祉共育推進事業

「地域でともに生き、ともに学びあい、ともに育ちあう」福祉共育の実現を目指し、当事者・家族の団体、ボランティア・NPO、関係機関・団体、学校等と連携し、実施します。



2. 赤い羽根 小地域ケア会議推進助成事業

小地域ケア会議で協議を行なった地域課題の解決に向けて地域福祉活動に取り組む団体に対して継続的に行なわれるよう支援します。



4. ふれあいサロンの活動支援

各地域で開催しているふれあいサロンに対して、身近な支えあいの関係づくりを進めるため、活動支援を行ないます。



令和8年度 赤い羽根共同募金助成事業を紹介します！

5. 障がい者活動支援事業

障がいのある方の余暇活動支援や居場所支援を各施設・団体等と協力し、実施します。



6. ぷらっとほ一むみさき事業

生きづらさを抱えた方が、自分のペースで社会に順応していけるよう居場所支援や就労支援等を行ないます。

7. 赤い羽根コウノトリ事業

子どもが生まれて間もない世帯を対象に、希望された方の自宅を訪問してお祝いの品を届けます。また、困った時の相談窓口も周知し、孤立防止や早期支援につなげます。

社協の理念である「すべての地域住民が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、お互いが支えあっていく地域社会を築く」ことを念頭に置き、美咲町社会福祉大会やみんなで食堂など様々な事業・活動を展開していきます。今まで培ってきた"つながり"を大切に、なおかつ新しい"つながり"を模索しながら各種事業・活動を住民の皆さん・関係機関の皆さんとともに進めていきます！今年度も、共同募金へのご理解・ご協力をお願いいたします。

ご寄附のお礼

次のとおり、社会福祉協議会にご寄附をいただきました。

ありがとうございます。

(令和8年4月21日)

令和8年5月20日受付分

香典返し

《西川》 杉山明智様

(故 登代子様)

《打穴下》 黒瀬悦成様

(故 康師様)

《大井和西》 太田剛一様

(故 富江様)

あつたか心バンクにて
ご寄付をいただきました。

(令和8年4月21日)

令和8年5月20日受付分

【ご寄付いただいた方】

黒瀬 要一様

池上 康弘様

【ご寄付いただいたもの】

子ども用マスク

スマホケース

ありがとうございます。

ご寄付いただいたものは必要な方へお届けさせていただきます。



皆さまからいただいたご寄付は、寄付目的に応じて、

●地域福祉活動（ふれあいサロン活動支援・子育て支援・障がい者支援等）

●特養・通所・訪問などの事業に活用させていただいています。また、ご寄付いただいた書き損じハガキ等は、郵便局にて新しいハガキや切手に交換し、各種事業のための郵券料として活用させていただいています。皆さまからの善意によって、社協の事業や活動が成り立っております。誠にありがとうございます。

ちょっぴり山柳。短歌コーナー

- 桐の葉の 緑燃えたつ6月の
小雨そぼふる 霧たちこめし (老いの囁き)
- いらん事 するししゃべるは 僕だって！ (はーじ)
- ふたたびの 心なごみたのしさを
こどもむかえし 顔とかをなり (あきこ)
- 両山寺 ながめ抜群 瀬戸の海 (やすこ)
- マスクした 亭主と気付かず 通り過ぎ (藤原清美)
- 有り余る 水を吸い込み草花は
いつもの年より 大きく育ち (浦上珠江)

松尾設備工業 株式会社

電気・水道・空調設備工事
バリアフリー・リフォーム工事
福祉用具 レンタル・販売

〒708-1533
岡山県久米郡美咲町久木236-1
TEL (0868)-62-0053



楽しい旅のお手伝い

美咲観光バス

美咲町黄福タクシー事業者

岡山県知事登録 旅行業 第3-396号

美咲タクシー

☎0868-66-7718

〒709-3703 岡山県久米郡美咲町打穴中1030-1 ☎0868-66-2468(代) FAX.0868-66-2511

産直きらり

営業時間 9:00～18:00

キッチンきらり 11:30～14:00

〒709-3717

岡山県久米郡美咲町原田3100-1

TEL 0868-66-0178



MISAKI TOWN BUTUSAN CENTER

企業組合
美咲町物産センター

『社協だより』有料広告募集中!!

美咲町社会福祉協議会では民間企業との協働により社協の新たな財源を確保し、福祉サービスの向上及び地域福祉活動の活性化を図ることを目的に有料広告を募集しています。

広告掲載に関する詳細やお申し込みについては、美咲町社会福祉協議会・総務課までお気軽にお問い合わせください。

令和8年度 地域の集いの場 代表者研修会を開催しました!

あそびの工房もくもく屋 事務局長 田川雅規様を講師としてお迎えし、代表者の心がすーっと軽くなるようなお話や笑顔が溢れるレクリエーションを教えてくださいました。参加者の皆様からは「講師の方のお話の中にサロンはレクリエーションではなく、単なるおしゃべりの場で良いということに少し安心したような気がしました」「サロンの代表は自分のためになっているとつくづく思いました。私もやりすぎているところもあり、考えさせられました」「地元にかえてやってみたい」との声がありました。

美咲町内にはふれあいサロンは103団体、通いの場は20団体が活動されています（令和7年度実績より）。サロンや通いの場等の活動に参加していただくこと（社会参加）がフレイル予防の大きな役割を担っています。



講師の田川様、ご参加いただいた皆様、ありがとうございました!



みしゃモン掲示板

飲み込みにくい? 食べこぼしが増えた? それってオーラルフレイルかも?!

オーラルフレイルとは口周りの機能が衰え始めることです。オーラルフレイルの状態になると、十分に食べられないことで栄養不足に陥ったり、口の衛生環境が悪いことで誤嚥性肺炎の危険性も高まります。口は、美味しく食べる、楽しく話す等、人生を豊かにしてくれる器官です。いつまでも自分らしく、豊かな人生を楽しむことができるように、オーラルフレイル予防が重要です。

オーラルフレイルの予防 ～日々の生活で気にかきたい3つのポイント～

1. 口の中の環境を整え、清潔に保つ

かかりつけの歯科医をもちましょう。歯科での定期健診は、虫歯や歯周病の予防だけでなく、食べるための口を維持するために大切です。

2. 他者とコミュニケーション

発声は、口腔機能の維持につながります。人と関わることは社会とのつながりを維持し、脳の活性化になります。外出が難しい場合は、本の音読や歌を歌うことも効果があります。

3. バランスのとれた食事

筋力を維持するためたんぱく質をはじめとする栄養素をしっかりと摂ることが大切です。

パタカラ体操

：食前に習慣化しましょう（難しい場合はいつでもかまいません）。しっかり、はっきり「パ」「タ」「カ」「ラ」、「パ」「タ」「カ」「ラ」と繰り返したり、「パバババ」「タタタタ」「カカカカ」「ララララ」と3回程度繰り返してみましょう。

いびきや歯ぎしりの改善、唾液の分泌が増える、表情が豊かになる等、様々な効果が期待できます。



効果：唇を開け閉めする力を強くします

弱くなると、飲んだり吸ったりする力が弱くなります。

💡 発音のコツ：大きく破裂するように

効果：舌の先の力を強くします

弱くなると、食べ物がつぶせなくなり、飲み込みにくくなります

💡 発音のコツ：強く「タッタッタ！」

効果：舌の奥の力を強くします

弱くなると、飲み込むことが難しくなります

💡 発音のコツ：舌の根元を押し付けるように

効果：舌を巻く力を強くします

弱くなると、食べ物を喉の奥に送りにくくなります

💡 発音のコツ：舌をしっかり巻いて!