

ア&ア

tetote



## 特集

『フードバンク』ってご存じ?  
～フードロスを削減し、食料が必要な人に届く地域づくり～(P2)

食品をご提供ください(P4)

P.5 じぶんのまちをよくする仕組み  
共同募金運動が始まります！

P.6 昨年度の社協の取り組み報告  
令和4年度事業・決算報告

P.9 こんにちは、権利擁護センターです  
「自分で決める」“パート①任意後見制度編”

P.10 心と身体のエネルギー  
ふくメし

P.11 活動のサポートと橋わたしをします  
ボランティア情報「まいボラ」

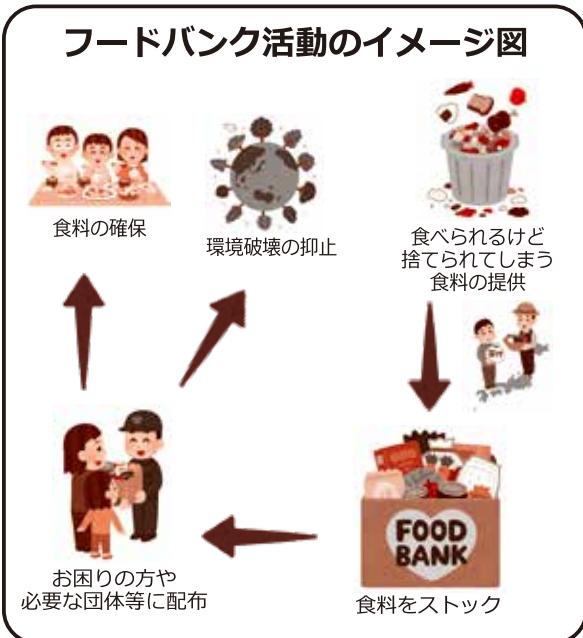
# 『フードバンク』って何？

フードロスを削減し、食料が必要な人に届く地域づくり

まだ食べられる食料が捨てられてしまうことを『フードロス』と呼び、社会的な問題となっています。そして、社会には食べ物の確保が困難な方もおられます。そのような中、こうした困りごとを解決する『フードバンク』活動が各地で広がっています。そこで今回は、食を通した地域共生社会の実現に向けた市内での取り組みや私たちにできることをお伝えします。

## 『フードバンク』って何？

『フードバンク』とは、食料を扱う企業や一般家庭等から、寄付により食料を集め、食料を必要とする方や支援団体等に無償で提供する活動や団体のことです。こうした食料の流れから、フードバンク＝食料銀行と呼ばれています。



## 一年間に、東京ドーム五杯分の食料が捨てられています

令和三年度に、日本国内だけでも、五百二十三万トン（農林水産省・環境省による推計値）の食べられる食料が捨てられています。

また、廃棄された食料のうちの約四割は家庭ごみとして出されています。

近年、SDGsの取り組み等により、数値としては減少していますが、湖北広域行政事務センター業務課の職員さんは「家庭から収集された可燃ごみを分析したところ、約一割が食べ残しや手つかず、皮のむきすぎなど、食べられる部分が必要以上に除去された食料となっています。これは長浜市と米原市だけで年間二千トンもの食料が破棄されている計算になります。」と話されています。

## 持続可能な社会と 地域共生社会の実現

- 捨てられる食料を減らす
- 食料の確保ができる

フードバンク  
活動

地域には様々な理由で食料の確保が難しい方がおられます。米原市福祉政策課の生活困窮者支援を所管する担当職員さんは「コロナもあって、全国的にも生活にお困りの方は増えています。米原市も例外ではなく、相談も増えています。ですが、行政や専門職、制度だけで、その人たちを支えきることは難しいのが現状です。」と話されています。フードバンク活動等によって、食料の確保が難しい方を支えることも必要なのです。

## 食料の確保が難しい方もおられます

## 一人ひとりができること

次に、フードバンクの活動を通じて持続可能な社会と地域共生社会の実現のために、一人ひとりができることについてご紹介します。

### 食料を寄付する協力

フードロス削減の観点からの、余った食料の寄付や、食料の確保が難しい方をみんなで協力して支えようという思いから、余剰食料に限らず食料を寄付する協力です。実際に、食料を購入して寄付してくださる方もおられます。

### フードロスを減らす

「賞味期限の短いものから買う・使う」「食べきれない量を買わない・作らない」といった日常生活の中でも、フードロス削減に向けてできる取り組みもあります。

### 食べる協力

フードロス削減のために、賞味期限間近の食料を配布する活動も全国各地で行われています。こうした活動に参加し、食べるという協力方法もあります。これも立派な私たちにできることです。



## 米原市内でも取り組まれています！

米原市内では、『フードバンクまいばら』というボランティアグループが活動されています。市内各所に回収ボックスを設置し、定期的に回収されていますので、食料を入れていただくと、必要とされている子ども食堂や生活困窮者支援団体等に提供される仕組みになっています。

※回収ボックスの設置場所は四ページに記載しています。



を行い、関係機関を通して食料を渡しています。

だくフードバンク事業を実施しています。



### さいごに

コロナ禍を経験し、誰もが生活に困る可能性があるということを、多くの方が感じたのではないでしょうか。安心して暮らしていくためには、福祉の制度やサービスも大切ですが、それと合わせて住民一人ひとりの協力、支え合いも欠かせません。

米原市社協では、支え合える地域づくりを目指して、皆さんと一緒に各種取り組みを進めていきます。

また、フードバンク活動に関心がある方はお気軽に米原市地域支え合いセンター（米原市社会福祉協議会）までお問い合わせください。

フードロスを削減するために食料をご提供ください！  
詳しくは次ページをご覧ください。





# 食品をご提供ください

## ～「フードロス削減」に取り組みます～

ご提供いただきました食料は、10月下旬頃（予定）にフードロス削減のための配布会を開催するほか、生活にお困りの方への食料支援事業に活用します。

○受付期間

9月1日（金）～9月29日（金）

○受付場所

各地域福祉活動センター窓口

- ・市役所山東支所内（長岡1206番地）
- ・愛らんど（春照56番地）
- ・ゆめホール（三吉570番地）
- ・やすらぎハウス（顔戸21番地2）

○提供いただきたい品目

- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| ・令和4年以降に収穫された玄米 | ・インスタント食品    |
| ・缶詰             | ・海苔          |
| ・レトルト食品         | ・麺類（パスタ・素麺等） |
| ・ふりかけ           | など           |
| ・お茶漬け           |              |

賞味期限が令和5年12月末以降の常温保存が可能なもの



皆さんのお気持ちを  
共に暮らせるまちづくりにつなげます。

※上記期間以外は「フードバンクまいばら」が設置するフードボックスで受け付けます。

※フードボックスは

- ・米原市役所本庁舎3階自治環境課
- ・SCプラザ
- ・米原学びあいステーション
- ・近江学びあいステーション
- ・ゆめホール
- ・やすらぎハウス
- ・バロー近江店
- ・ふくしあ
- に設置されています。

ご不明な点がありましたら、下記までお問合せください。

お問い合わせ先

米原市地域支え合いセンター（米原市社会福祉協議会）

☎：54-3100 FAX：54-3115

✉：sasaeai@maibara-shakyo.or.jp 担当：林



# 共同募金運動が始まります！

運動期間 10月1日～12月31日

今年も市内のさまざまなところで共同募金の協力を呼びかけます。  
みなさまの温かいご支援ご協力をお願いいたします。



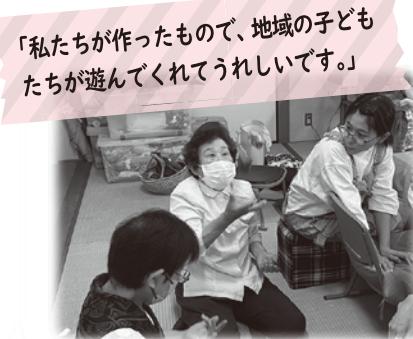
Jr. 民生委員・児童委員さんも  
募金運動に参加



みなさまからの募金で身近な活動が支えられています！！



「体験を通じて娘も私も友だちができてうれしいです。」



「私たちが作ったもので、地域の子どもたちが遊んでくれてうれしいです。」



「高齢者疑似体験をして困っている高齢者がいたらお手伝いしようと思った。」

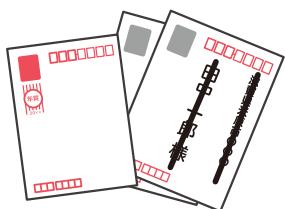
子育てサークル育成  
(こもち～ズ広場)

各種ボランティア活動  
(裁縫ボランティアによるお手玉づくり)

市内小・中学校での福祉学習

## 書き損じ等の未投函ハガキを集めています！

ハガキが募金に変わります。ご協力お願いします。



### ★集めているもの

書き損じハガキや  
古いハガキ  
(未投函のもの)



米原市社会福祉協議会  
各センターに設置  
(山東・伊吹・米原・近江)



切手に交換後  
現金化

募金



米原のまちを良くするために活用されます。

令和4年度 429枚のハガキが21,134円の募金になりました。

ありがとうございました。

《お問い合わせ》 米原市共同募金委員会（米原市社会福祉協議会）

〒521-0023 滋賀県米原市三吉570番地 米原地域福祉センターゆめホール

☎ 0749-54-3105 FAX 0749-54-3115

# 令和4年度 事業報告（概要）

我が国の社会保障制度の基礎となってきた「共同体」機能の脆弱化と、人口減少に伴う地域社会の担い手不足が加速する中で、地域共生社会を目指すには、支援の「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域のあらゆる主体が役割を持ち、支え合いながら自分らしく活躍できる地域の育成が求められます。

令和4年度においてもコロナ禍が続き、孤独・孤立の問題がより深刻化・顕在化し、地域における支え合いの重要性が再認識されました。

これらを踏まえて、本会では、身近な地域において、地域住民による互助の取組の活性化を図るとともに、課題を抱える人の発見、相談支援をはじめ各種の事業・サービスを通じた複合化・複雑化する課題への対応、地域の様々な資源を活用した連携の仕組みづくり等に取り組みました。



見守りネットワーク会議

見守りネットワーク会議の開催や訪問活動等、地域における見守り活動を推進し、把握した状況や課題から、支援を必要とする人への居場所づくり活動や生活支援の取組につなげられるよう、自治会など推進組織の運営・活動支援に取り組みました。

社会的孤立や経済的困窮の課題を抱える人に対し、就労準備支援事業等による就労支援や地域活動への参加支援を行うほか、

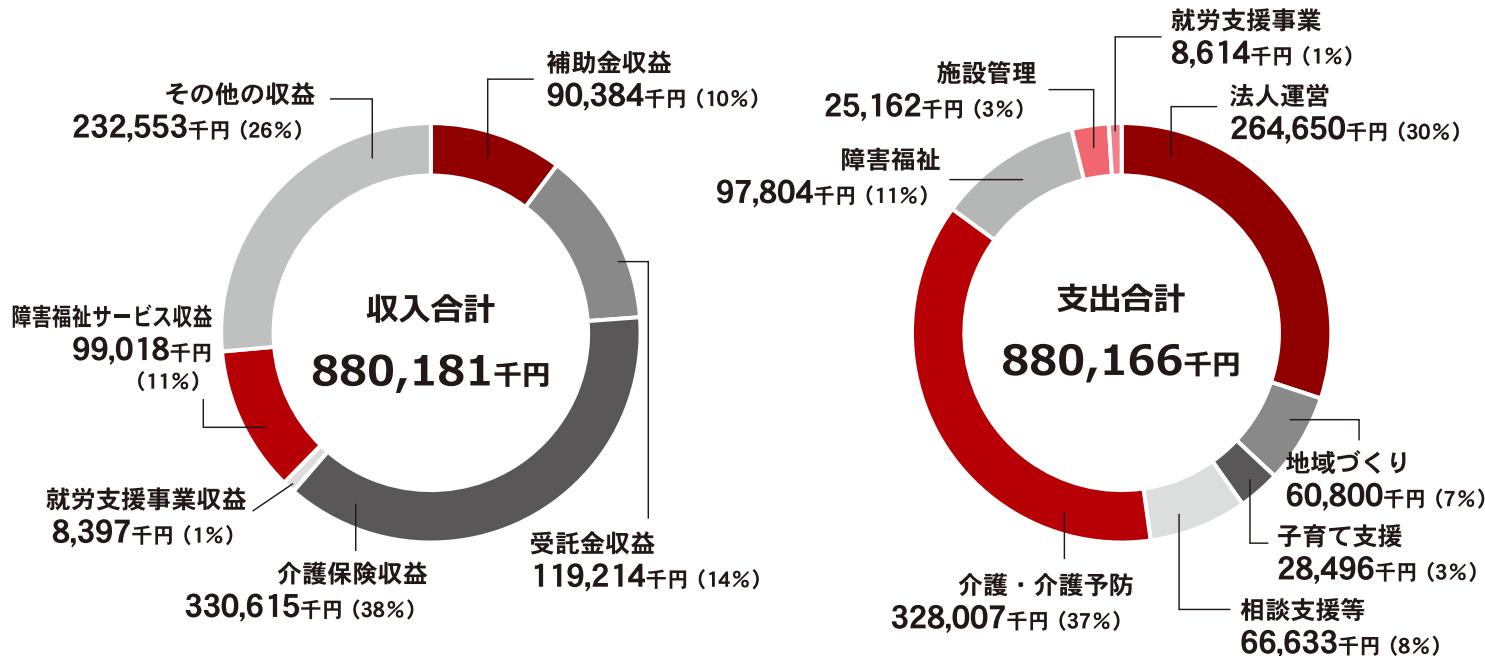
物資提供事業（フードバンク）、子どもの貧困対策・子どもの育ちを支援する活動としての学習・生活支援活動を推進しました。令和3年度に引き続き重層的支援体制整備事業に取り組み、支援関係機関の役割分担をはじめ、米原市における包括的な相談支援体制づくりを行うとともに、関係機関とのネットワークや地域活動、各種の事業活動等を通じて潜在的な課題を把握し、必要な支援につなぐ働きかけを行いました。

各種の介護保険サービスならびに障がい福祉サービスにおいては、利用者一人ひとりの自分らしい暮らしの実現に向け、より質の高いサービス提供に努めましたが、一方で、通所介護事業を中心に介護保険サービスの提供による収入確保が厳しい状況が続きました。こうした状況を含め、今後の安定した法人運営のあり方について検討する中で、法人全体でコスト削減に取り組むとともに、各事業・サービスにおける提供体制の最適化と業務の効率化に取り組みました。



デイサービス

# 令和4年度 決算報告



※ホームページに財務諸表、事業報告書を掲載しておりますので、併せてご覧ください。



法律のこと、福祉のこと、  
いろんな困りごと…

相談無料  
予約不要

## 『なんでも相談会』開催します

みなさんが抱えている心配ごと、悩み、不安などについて  
弁護士・司法書士・社会福祉士・行政職員・社協職員がなんでも相談をお受けします。

例えば、こんなご相談・・・

- ・50代の無職の息子と2人暮らし。私にもしものことがあると息子はどうなるのか心配。
- ・障がいのある娘。親亡き後、1人で生活していくために、利用できる制度を知っておきたい。
- ・成年後見制度を利用したいと思っているが、制度や申立ての方法などについて詳しく教えてほしい。

○日時：令和5年9月16日（土）13時30分～16時30分  
(相談受付時間13時15分～16時00分)

○場所：米原地域福祉センター ゆめホール（米原市三吉570）

○対象：米原市在住の方

ご本人・ご家族・支援者など、どなたからの相談も大歓迎です！

○問合せ先：米原市権利擁護センター

☎ 0749-54-3205 FAX 0749-54-3115



# 善意銀行だより

令和5年6月1日～令和5年7月31日  
(敬称略)

## 【物品拠出】

外部支援団体（子ども関係）6件

7団体へ	醤油ボトル18本
16団体へ	菓子 段ボール約47箱分
2団体へ	じゃがいも 買い物袋大1袋
1団体へ	菓子 段ボール1箱
2団体へ	玉ねぎ 買い物かご1.5個分
1団体へ	ほんだし1kg

## 食料配布事業

食料品 段ボール 約119箱分・米5kg×129袋

※基準とする段ボール箱のサイズ (40cm×30cm×30cm)



「いただいたお菓子に子どもたちも大喜び！！  
ありがとうございます。」

外部支援団体（子ども関係）

その他にも皆さまからいただきました大切なご寄付は、生活にお困りの方や子ども食堂、地域のサロンのほか、市内の福祉事業所等にお渡しし、様々な活動に活用しています。

## 【物品預託】

湖北醤油工業協同組合	醤油ボトル18本
株式会社バローホールディングス	食料品 段ボール約235箱分
入江西組	じゃがいも 買い物袋 大1袋
レーク伊吹農業協同組合	米5kg×150袋
おおはら農園どろんこばたけ	玉ねぎ 買い物かご1.5個分



食料品  
段ボール約235箱分  
基準の箱の大きさ  
(40cm×30cm×30cm)  
とした場合

株式会社バローホールディングス様

## 相談

### ・常時相談

社協職員が相談員として対応し、各関係機関と連絡連携し継続的に相談支援を行います。

毎週月～金曜日、午前8時30分から午後5時30分まで。※山東地域福祉活動センターは午後5時15分閉館。祝日も閉館。

〈問合せ〉米原市社会福祉協議会本部および社協各センター

### ・心配ごと総合相談

暮らしの困りごとや悩みごとの相談を受け付けます。

相談は無料。時間はいずれも10時～12時まで(相談受付は11時まで)で、相談時間は1時間程度。

相談員は、行政相談委員・人権擁護委員・民生委員児童委員(身体障がい者相談員・知的障がい者相談員が入られる日もあります。)

〈問合せ〉米原市 福祉政策課 TEL：53-5121

相談日	会場	相談日	会場
9月12日(火)	学びあいステーション(旧近江公民館)(顔戸1513)	10月24日(火)	伊吹薬草の里文化センター(春照37)
9月26日(火)	山東支所(長岡1206)	11月14日(火)	山東支所(長岡1206)
10月10日(火)	米原市役所3E会議室(米原1016)	11月28日(火)	学びあいステーション(旧近江公民館)(顔戸1513)

### ・法律相談

法律に関する相談ごとで、解決の窓口となるよう弁護士が初回の相談に応じます。事前にお申込みください。

相談日	会場	相談日	会場
9月14日(木)	米原市役所3E会議室(米原1016)	11月9日(木)	米原市役所3E会議室(米原1016)
10月12日(木)	米原市役所3E会議室(米原1016)		

1回30分以内 料金 1,000円。時間は10時～12時15分までの間。

〈問合せ・申込み〉米原市 福祉政策課 TEL：53-5121

※各相談については、状況により中止になる場合があります。

## こんにちは、米原市権利擁護センターです

# 「自分で決める」 “パート①任意後見制度編”



このような悩みごとを解決するための制度の1つに  
**『任意後見制度』**があります。

### 任意後見制度とは…

認知症や障がい等で、将来自身の判断能力が不十分となった時に、自分に代わってしてもらいたいことを決めておく制度です。

判断能力が低下した後に

- どのような生活を送りたいか
- 医療・介護サービスはどのようなものを利用したいのか
- 資産の保存・処分、預貯金管理や日常の支払いをどうしていくか

などの思いを自分が任せたい人（任意後見受任者）に伝え、相談しながら、あらかじめ決めて契約を結びます。この契約を**任意後見契約**といいます。



この制度を利用するのには費用がかかったり、申請などの手続きが必要になります。

「制度のことを詳しく聞きたい」などお気軽にお問い合わせください。

次回は2月号にて「自分で決める」“パート②暮らし方ノート編”をご紹介させていただきます。

### ★相談・お問い合わせ★

米原市権利擁護センター（社会福祉法人米原市社会福祉協議会）

米原地域福祉センター ゆめホール 1F

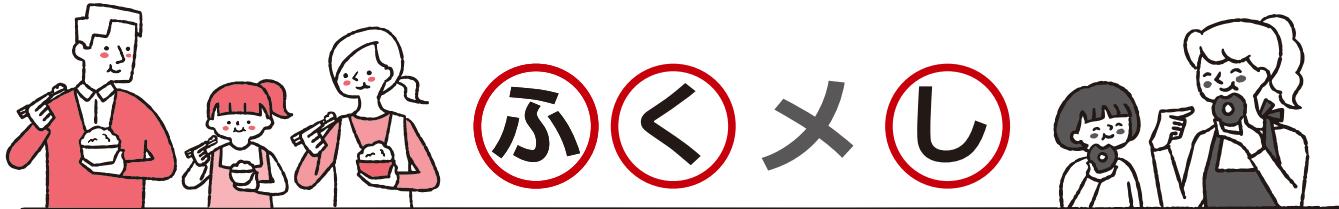
〒521-0023 米原市三吉570番地

☎ 0749-54-3205 FAX 0749-54-3115

✉ : maibara@maibara-shakyo.or.jp



## ～心と身体のエネルギー「ふくしのごはん」～



充実した毎日を過ごすためには、エネルギーを補給することがとっても大切です。

身体のエネルギーはごはんで補給。

でも、充実した毎日を過ごすためには、心のエネルギーの摂取も欠かせません。

そこで今回は、11年間、保育の仕事を続けられている岡島楓さんに、心と身体のエネルギーの源についてお聞きしました。

社会福祉法人大原福祉会  
大原保育園

保育士  
**岡島 楓さん**



### 岡島さんの心のエネルギー

子どもって面白い！だからもっと知りたい！

子どもってすごく素朴な疑問を投げかけてくれるんです。例えば「なんで水たまりができるの？」「なんでカエルは足が4本なの？」とか。

私たちが普段当たり前に思っていることでも、子どもならではの感性があって「そんな風に考えているんだ」「純粋だな」と感じます。子どもたちの気づきっておもしろいし、だからもっと知りたいなって思います。



子どもの成長を保護者さんと一緒に喜びあえる！

保育士って、おうちの方の次に子どもと一緒にいる時間が長いんです。園での生活の中で、できなかったことができるようなったり、嫌いな物を克服できたり、子どもの成長を近くで見ることができますし、何より、保護者さんと一緒に成長を喜びあえる、これが一番のエネルギー源です。

### 岡島さんの身体のエネルギー

♪給食で栄養を  
もらっています♪



昼食は、園児たちと一緒に給食を食べています。実は、好き嫌いが多かったんですけど、調理師さんが園児も保育士も食べやすいように工夫してくださって、園児の前で残すわけにもいかないので、食べているうちに克服しました。やっぱり保育士が元気でないと、園児たちも元気じゃなくなるんです。だから私たちが一番元気じゃないといけないなって思います。夏バテもしなくなったり、栄養のバランスって大事だなって感じています。

ちなみに毎週月曜日は麺の日で、今日はスパゲティナポリタンです。付け合わせのキュウリは園児たちと一緒に育てたんです。だから余計に美味しいです。

「どんなボランティア活動があるのか知りたいな」の声にお応えして・・・ボランティアの募集情報を紹介しています！



米原市内を中心に活動されている団体等からの「ボランティア募集情報」を、本会ホームページに紹介しています。

### 現在募集中のボランティア



囲碁の対戦相手



季節の飾りつけ作り

米原市のボランティア情報を  
お届けします♪

# まいボラ



本会ホームページ  
QRコード

他にも・・・  
草木のお手入れ  
法人内保育のお手伝いなど

活動を希望される場合は、ボランティアセンター（☎0749-54-3100）までご連絡ください。  
ボランティアセンターが団体とおつなぎし活動調整いたします。

### 令和5年度傾聴ボランティア養成講座を開催します

日時：1回目 10月 5日（木）  
2回目 10月12日（木）  
3回目 10月19日（木）  
4回目 10月20日（金）～11月 8日（水）の間で1回  
(傾聴ボランティアの体験)  
5回目 11月 9日（木）

\*講座は全て14時～16時 \*ボランティア体験は講座内でご案内します。

会場：米原地域福祉センターゆめホール

詳細は、自治会回覧チラシでご案内します！

相手の気持ちに寄り添う上手な  
聴き方・基本的なテクニックや、  
受容と共感について学びます。



令和4年度傾聴ボランティア養成講座  
ボランティア体験の様子

### 時TAN！簡TAN！ おうちごはん

## 時短

### 《用意するもの》

素麺	2束	レタス	2枚
ツナ缶	1缶	オリーブオイル	適量
トマト	1個		
〔A〕マヨネーズ	大さじ2		
〔B〕塩・こしょう・にんにくチューブ	適量		
〔C〕トマト缶	200g	めんつゆ	大さじ2
〔D〕オリーブオイル	小さじ2		

お中元でもらった素麺。畑でたくさん採れた夏野菜。どう使おうかお悩みではないですか？

今回は、夏を過ぎ、冷蔵庫等に残りがちな食材を使って、誰でも簡単に！かつ本格的なレシピを多和田のカンバヤシ商店さんに教えていただきました！皆さんもぜひ作ってみてください！



### リナトマトサラダそうめん



手でちぎることで、より味が  
しみこみやすくなります



### 作り方

- Bをボウルに入れ、混ぜて冷蔵庫で冷やす。
- トマトを手で一口大にちぎり、ツナ缶とAを加え混ぜ合わせ冷蔵庫で冷やす。
- レタスを一口大にちぎって水につけておく。
- そうめんを茹で冷水で冷やす。
- そうめんの水気を切りボウルに移し、オリーブオイル適量と①を加え混ぜ、お皿に盛りつける。
- ⑤の上にレタスと②をのせて完成！

# おおきくな～れ

## まちかどインタビュー

今年度は、市内各所に出向き、お母さんたちの声をお届けします！！

今回は社協の子育てサークルづくりに参加された方にインタビューをしました！

**Q: 子育てサークルづくりに参加されたきっかけは? 参加してみての感想を教えてください♪**



こたろーくん親子

体験内容  
がおもしろそう  
だった！いろんな人  
と出会いたいと思つ  
たからです！



土持一家

仕事復帰  
までに、子ども  
たちに沢山の経験  
をさせてあげた  
かった②

ママたちとお  
話しだけで楽し  
い時間になりました。

日本に  
来て、親戚や友だ  
ちがいないので友だち  
を作りたいと思いました。  
これからもずっとつき  
合って行きたいで  
す！！



あきくんとママ



ゆづちゃんとまま

サークル  
づくりを通して  
同じような境遇の方と  
集まる場所があるという  
ことは良いことだなと  
思いました♡

気楽に喋れる友だちが欲しい方！米原市の子育てサークルに入りたい方！  
米原市社協までご連絡ください。紹介・おつなぎするお手伝いをしています♪

## ファミサポ交流会 田植え＆どろんこ遊び

6月、米原市ファミリー・サポート・センターの交流会を実施しました。  
どろんこになりながら元気いっぱいかけっこレースを行いました♪



次回交流会は9月30日（土）9時から稻刈りをして新米のおにぎりを食べます♡  
ファミサポ会員に登録すると困った時のサポートはもちろん、新たな出会いも沢山あります！  
この機会に会員登録してみませんか？

詳細は、米原市ファミリー・サポート・センター（☎ 54-3100）までお問合せください！

### 法人本部

米原市三吉570番地 米原地域福祉センター ゆめホール内  
☎ 54-3110 FAX 54-3115 ☎ maibara@maibara-shakyo.or.jp

### 山東地域福祉活動センター

米原市長岡1206 市役所山東支所内  
☎ 55-3933 FAX 55-3933 ☎ m-shakyo-mishima@zd.ztv.ne.jp

### 伊吹地域福祉活動センター

米原市春照56番地 伊吹地域福祉センター愛らんど内  
☎ 58-1770 FAX 58-2231 ☎ m-shakyo-sishi@zb.ztv.ne.jp

### 米原地域福祉活動センター

米原市三吉570番地 米原地域福祉センター ゆめホール内  
☎ 54-3105 FAX 54-3115 ☎ maibara@maibara-shakyo.or.jp

### 近江地域福祉活動センター

米原市顔戸21番地2 近江地域福祉センター やすらぎハウス内  
☎ 52-4393 FAX 52-8051 ☎ m-shakyo-oshi@iris.eonet.ne.jp

- 文字が読みにくい等でお困りの方に、毎号「音の広報」として「広報てとて」をお届けします。ご利用希望の方はお気軽にお問い合わせください。
- 「音の広報」は米原市内の音訳ボランティアの方が読み上げ・録音・編集されたものです。♪♪♪♪♪



てんてんのイラストは、地域のボランティアさんに描いていただいたイラストです。

この広報は一部赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

