雲仙市社会福祉協議会
広報誌

にじ

平成22年3月1日発行

もくじ

この一年 (2～3)
トピックス (4～5)
会費・寄附金等について (6)
ボランティアのページ (7)
弁護士・心配ごと相談 (8)
善意の御寄附 (9)
お知らせ・その他 (10)

第36号

鬼は外。福は内。

豆まきをしました。
たかが豆まき。されど豆まき。
ただそれだけで
子ども達の表情も輝きを増し、
幸せ色に染まるんですね。

やっぱり
鬼は外なんです。
福は内なんです。
皆さん幸せでありますように。

これまで本誌に掲載してきたトピックスの写真で
この一年をふり返ります。（抜粋）

HAPPY TOPIX

いろんなこと、ありました。

新入学児童黄色い帽子配布事業

ボランティア少年少女探偵団活動発表会

ふれあい給食会

南串山町福祉運動会

中学校福祉体験学習

瑞穂町高齢者ゲートボール大会

雲仙市ボランティアキャンプ

“ささえる”スポーツボランティア

国際理解ワークキャンプ

木場保育所親子旅行

救命講習会

ハッピートピックス

心がポッカポカになりますように。

雲仙市高齢者福祉スポーツ大会

瑞穂町福祉運動会

小浜町福祉運動会

一緒に考えよう！盲導犬体験学習

愛野老人福祉大学

楽しかった運動会。

おじいちゃん・おばあちゃんといっしょ

楽しいバスハイクへ

雲仙市ボランティアフェスティバル

北野保育園スナップ

いもほり　やっぱり女の子
いもよりもハイ、ポーズ！

高齢者一人暮らしのつどい

12月18日（金）国見農村環境改善センターで国見町内の65歳以上の一人暮らし高齢者130人を招き、国見町商工会青年部、国見町民生委員児童委員協議会の協力の下、『高齢者一人暮らしのつどい』を開催しました。

たくさんのごちそうを前に舞台では健康体操や踊り、カラオケなどがあり、民生委員児童委員の皆さんによる『ふるさと』をみんなで歌いました。最後は恒例のお楽しみ抽選会でお開きとなりました。

ふれあい給食餅つき大会

1月23日（土）吾妻事務所において、ふれあい給食事業の一環として、雲仙市母子寡婦福祉会吾妻支部（会長卜部マサさん）の皆さんの協力を頂き、餅つき大会を開催しました。

県社協指定の「ふれあい学習」事業も兼ねて、今回は大塚小学校の児童の参加のもと、世代間交流という観点からも盛り上がった餅つき大会を開催しました。つきたての餅を食べて、参加者の皆さんの笑顔もつきたての餅のようにふっくらとされていました。参加者の皆さん、ご協力を頂きました皆さん本当にありがとうございました。

ペッタン、ペッタン
うまくつけたかな？

いただきま～す！

ボランティア少年少女探偵団

12月28日（月）～坂本龍馬からの贈り物『宝さがしゲーム』～を行いました。当時島原で坂本龍馬が歩いた道をみんなで歩き、鯉の泳ぐ街、島原城に隠されていた宝を探しました。簡単に見つかる場所もあれば、なかなか探せずみんなでくたくたになりながら探しまわった場所もありました。このゲームは他の地域でも実施されており、また自分で参加してみたいという声もあったほど大盛況でした。

1月30日（土）花壇に綺麗な花を植えました。広い花壇に自分達でデザインして植えた花はお見事。みんな黙々と作業をしていました。次の活動も一致団結して頑張ります。

心をこめて植えました。

節分祭

2月3日（水）北野保育園・下峰児童館・木場保育所では、今年も手作りのお面をかぶるなどして、みんなで豆まきをしました。

心の中にいる　〝怒りんぼう鬼〟
〝泣き虫鬼〟　〝いじわる鬼〟を
『おには～そと～！』
『ふくは～うち～！』

みんなの元気な豆まきパワーに鬼たちも、きっと慌てて逃げ出した事でしょう。

下峰児童館については、職場体験学習で来ている千々石中学校2年生のお姉さん達と一緒に出来て、子ども達は大喜び。もうすぐ来る春が待ち遠しいです。

かわいい鬼さん
勢ぞろい。

大変よくできましたっ！

お遊戯会

2月7日（日）千々石町の木場ふれあいセンターにおいて、第42回木場保育所お遊戯会を行いました。

園児たちはこの日を楽しみに練習に励んできました。皆さんの前で披露する事ができ大満足の様子でした。

園児たちのかわいい姿に会場は終始笑顔に包まれました。

よっ 日本一！

きまってるね

あら かわいさ～

拍手喝采、カーテンコール

子育て支援ミニ集会

2月2日（火）千々石町では、千々石幼稚園と木場保育所へ通う子どもたちの保護者や保育士を交え、「子育て支援ミニ集会」を開催しました。

この集会は、子育ての楽しさや悩みなどを話し合い、心の負担を軽減させることを目的として、町内で活動されている「子育て支援グループ（代表 大前佐智子さん）」のご協力を得て実施されているものです。

ふれあい給食

小浜町では、町内の高齢者に対して弁当の配布をおこなっています。

雲仙市婦人会連絡協議会小浜婦人会と雲仙市食生活改善推進員小浜支部（若葉会）の皆さんのご協力により調理され、小浜町民生委員児童委員協議会の皆さんの配達協力を得て行っております。

点訳ボランティア養成講座

1月26日～2月22日の毎週火曜日の全5回、国見町総合福祉センターにおいて点訳ボランティア養成講座を開催しました。

長崎県視覚障害者情報センター所長の野口豊さんをお招きし、ボランティアの心構えと点訳の技術を学びました。

今後は雲仙市内の視覚障がいをもった方々の社会参加や福祉向上につなげていければと思います。

会費・寄附金の使途について

○皆様からの会費・寄附金は社協の重要な自己財源です

雲仙市社会福祉協議会は、地域における全ての人々が生きがいを持って充実した生活を送れるよう、また福祉サービスを必要とする人々を地域の仲間で支えあい、励ましあう社会づくりを推進することを目的としています。皆様から寄せられた善意が、社会福祉協議会の各分野の活動を支える力となっております。

「安心して暮らせる福祉のまちづくり」を積極的に展開し、活力ある地域社会の実現を期して参りますので、特段のご協力をお願い申し上げます。

あなたの会費・寄附金が支える福祉　（平成 21 年度計画）

◎　会費・寄附金は、前年収入額の約 60%（8,863,000 円）を各事務所で行うさまざまな地域福祉事業に、40%（5,902,000 円）を市内全域で行う弁護士相談をはじめとする各種事業、広報活動、理事会、評議員会等社協運営の経費として活用させていただくようにしております。

また、昨年度、共同募金会雲仙市支会にお寄せいただきました赤い羽根共同募金（8,471,477 円）をもとに、雲仙市社会福祉協議会へ 6,357,000 円が平成 21 年度の事業費として配分され、会費・寄附金と合せて、次の地域福祉のために活用されます。

【会費・寄附金の約 60%分】8,863,000 円
＋【共同募金配分金】6,357,000 円

○高齢者福祉のために　2,760,000 円
- 高齢者スポーツ大会（ゲートボール・グラウンドゴルフ・ペタンク等）
- 高齢者ふれあい給食事業
- 高齢者生きがいづくり事業
- 要援護高齢者等安否確認事業など

○障がい児・者福祉のために　375,000 円
- 障がい児・者支援事業など

○母子・父子福祉のために　170,000 円
- 母子寡婦等支援事業など

○福祉育成・援助のために　1,327,000 円
- 福祉運動会（町単位開催分）
- 出会いサポート事業
- 子育てサロン等支援事業など

○地域福祉のために　7,138,000 円
- 福祉推進員活動助成
- 小地域福祉推進事業
- いきいきサロンサポーター
- 寄附者初盆等お供え事業など

○児童・青少年福祉のために　2,226,000 円
- 新入学児童黄色い帽子配布事業
- ボランティアキャンプ事業
- 国際ワークキャンプ事業
- 学校図書配布事業など

○ボランティア活動のために　1,224,000 円
- 地区ボランティア連絡協議会支援事業
- ボランティア育成・養成事業
- ボランティア研修事業など

【会費・寄附金の約 40%分】

○各種事業　5,902,000 円
- 弁護士相談
- ボランティアフェスティバル
- 高齢者福祉スポーツ大会
- 広報活動
- 社協運営経費など

平成 21 年度会費・寄附金　収入状況（平成 22 年 1 月末日現在）

◎会　費（一般・賛助・特別）

国見事務所	：	1,177,500 円
瑞穂事務所	：	705,000 円
吾妻事務所	：	886,500 円
愛野事務所	：	827,600 円
千々石事務所	：	868,000 円
小浜事務所	：	523,600 円
南串山事務所	：	328,500 円
本部事務所	：	8,000 円
合　計	：	5,324,700 円

◎寄附金（香典返し・一般寄附）

国見事務所	：	2,509,100 円
瑞穂事務所	：	1,121,000 円
吾妻事務所	：	778,000 円
愛野事務所	：	780,000 円
千々石事務所	：	1,760,100 円
小浜事務所	：	1,403,496 円
南串山事務所	：	331,300 円
本部事務所	：	20,000 円
合　計	：	8,702,996 円

ボランティアさんいらっしゃ～い！

宮崎登喜子さん
雲仙市婦人会連絡協議会瑞穂婦人会
（雲仙市瑞穂地区）

◆ボランティア活動を始めたキッカケは何ですか？

婦人会は既に発足して60年の歴史がありますが、これまでの諸先輩の方々が長年に渡り活動されて来られた全ての事業が、強いて言えばボランティア活動であったと言えるでしょう。各町でもそうであるように県婦連の活動方針である「地域に根ざした婦人会活動」を目標として、瑞穂婦人会も他に劣らず若い会員のできる限りの力を協力し合って、先輩から引き継がれた地域行事である敬老会の弁当作りやアトラクションの出演、施設慰問やゴミステーション清掃など数多くのボランティア活動を、自然な形で継承しながら、一方では社会の情勢に伴った新しい取り組みにも挑戦をしながら今に至ったと言えるでしょう。

◆現在どのようなボランティア活動をされているのですか？

雲仙市発足以来、瑞穂では町の敬老会がなくなり、それに伴って婦人会のボランティア活動は激減し、とても淋しい思いをしていますが、それでも文化祭への出展と同時に、食文化の継承として、郷土食の茶屋を開いて無料サービスを行ったり、年に一度一斉ゴミステーション清掃を全会員で取り組んでいます。また雲仙市の防災訓練での非常食の炊き出しへの参加や、市民運動会の踊り参加、市産業祭への協力など全体活動を行う他に、支部単位では、支部長さんを中心に公民館清掃、墓・公園の草とり、敬老会踊り出演など、熱心な活動に協力をいただいています。

◆これからボランティア活動を始めてみようとお考えの方へ一言お願いします。

団体で取り組むには大きなパワーを要しますが、個人でやろうと思えば身近なところに、さり気なくできるボランティアが沢山あるものです。

優しさ、思いやりがあれば、誰にでもできると思います。今一歩の勇気を出して！

NAGASAKI V12 VOLUNTEER できることからはじめよう⑨

ガイドヘルプ

外出に不安のある視力障がいのある方々などに付き添って、その歩行を介助・誘導するのが ガイドヘルプです。この活動は、視力障がいのある人達の生活を充実させることに貴重な役目を果たしています。不慣れな地域を歩行するとき、道路上にある障害物や走行中の車、自転車などの存在を目で確認のできない人達の周囲には危険が数多く溢れています。

●ガイドヘルプの方法は…

右腕のひじのところを視力障がいのある方の左手で握ってもらい、相手の歩調に合わせながら半歩先を歩きます。このとき、はじめてガイドヘルプする人の中には、相手の身体を自分の腕で固定するようにしっかり抑えてしまう人がいます。

自分の身体と一体化してヘルプする方法が安全だと考えていることによる動作と思われますが、特別なケースを除いて、この方法は障がいのある人達が望まない方法、スタイルと聞きます。視力障がいのある人にとっては、ガイドヘルパーの身体の一部にふれることのできる程度の距離（１０ｃｍ以上）を設けたヘルプは圧迫感も少なく、リラックスして歩くことができます。ガイドヘルプは、一般的には右腕のひじまたは右肩に視力障害の人がふれることのできるようにして歩行を進めます。歩行の速さは、視力障害の人のペースに合せて、時には、疲れが出ているかもしれませんし、体力の弱い人達もおりますので、ひとりひとりの個性の違いと、相手の気持ちを察しながら行動します。歩行を誘導するという気持ちよりも、気の合った友人と連れ添って歩くという気持ちでガイドヘルプが出来れば素敵です。こうした心の持ち方は、ホームヘルパーやボランティアとして、高齢の人達や障がいのある人達の介助、介護を行う様々なケースにも共通する内容です。道路の障害物や危険物の存在、街の様子や行き交う人達の服装などを説明しつつ、明るい雰囲気をつくりながら安全歩行を継続出来れば、視力障がいのある人達にとって、外出がより一層楽しい時間になることでしょう。

ガイドヘルパーの活動をはじめる場合、講習会や体験学習に参加して、ガイドヘルプの方法を身につけておくこともひとつの方法ですが、しかし、こうした講習経験がなくても、周辺に白杖をもって歩行している人を見かけたら、その様子からガイドヘルプが必要と推測した場合には、近寄って、「どこかをお探しですか。よろしかったらご案内します」など、そっと 声をかけてください。

また、相手の人と少し距離をおいて声をかけることも必要です。姿が見えない人に突然、眼前で声を掛けられたら不安が生じることを考えて行動してください。大切なことはどのように親切な心をもっていても、案内や誘導などを無理強いする行為をしてはならないことです。経験の少ない頃には少しむずかしいかもしれませんが、常に相手の人達が必要としている内容と協力の（行動）量を見極めることで、ガイドする人達の本当のやさしさが相手の人達に伝わります。

●いらっしゃいませんか？

ガイドヘルパーまたは認定資格をもたない人達によるガイドヘルプボランティアの活動が地域によって不足しています。自分が住んでいる身近な地域で、視覚障害者のガイドヘルプのお手伝いをしていただけるボランティアさんはいらっしゃいませんか？

雲仙市社会福祉協議会では、そういったボランティアをしてくださる方を把握し、今後につなげていければと考えています。

弁護士相談開催日程

『弁護士相談』では、相続・離婚・金銭トラブルなど生活上の法律問題について、弁護士が「無料」で相談に応じます。皆様の秘密は守られます。どんなことでも気軽に相談下さい。

開　催　日	開　催　場　所	相　談　員
3月　3日（水）	吾妻就業改善センター	小林清隆先生
3月11日（木）	南串山保健福祉センター	湯川優子先生
3月24日（水）	愛野保健福祉センター	小林清隆先生
4月　7日（水）	国見町総合福祉センター	小林清隆先生
4月15日（木）	千々石老人福祉センター	湯川優子先生
4月21日（水）	瑞穂ヘルシー会館	小林清隆先生
5月　6日（木）	小浜老人福祉センター	森本精一先生
5月19日（水）	吾妻就業改善センター	小林清隆先生
5月27日（木）	南串山保健福祉センター	湯川優子先生

開催時間　13：30～17：00

～弁護士相談に関する注意事項～

1．相談が混み合ってきますので、**少しでも早めに遅くとも相談日の２日前までに、**本部事務所（36-3766）まで**必ず**電話で相談の予約をして、ご来所下さい。ご予約の際に、氏名・連絡先・簡単な内容・相手方などをお聞きします。

2．相談は、１件（1組）30分以内とし、１日に７件（7組）までとなります。

3．都合により相談員が変更になる場合があります。

～弁護士の先生の紹介～

◎　**小林清隆先生**
『幸町法律事務所』
諫早市幸町７番２７号アスカビル２Ｆ

◎　**森本精一先生・湯川優子先生**
『森本精一法律事務所』
諫早市高城町５番１０号 諫早商工会館４階

＊この相談事業は、会費及び寄附金を財源に行っています。

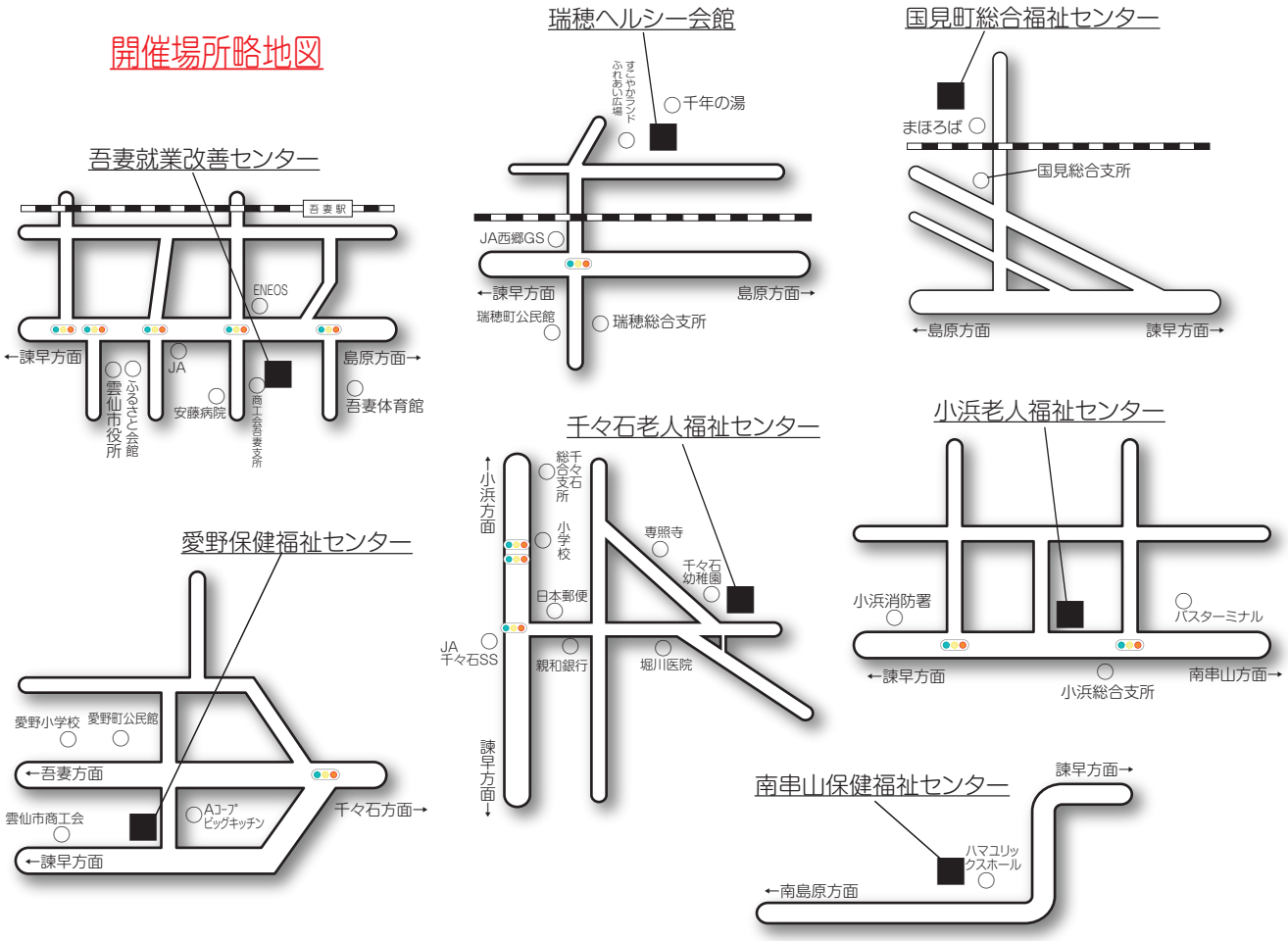
心配ごと相談のご案内

雲仙市社会福祉協議会各事務所では、心配ごと相談も受け付けております。

市民の皆様の暮らしや福祉・人権・家族・教育・住宅など、誰でも日常生活の中で抱えている心配ごとを、あなたと一緒になって考え、解決するための方法を模索します。

秘密は必ず守られます。

開催場所略地図



CONTRIBUTION

善意の御寄附

平成二十一年十二月十一日
～平成二十二年二月十日受付

皆様から寄せられました寄附金は、各事務所（各町）における福祉事業に活用させて頂きます。

◎一般寄附（見舞い返し含）

○国見事務所

▼国見中学校第4回卒業生　会長　栗原　實　様

○千々石事務所

▼林田文義様　大迫
▼山本スミ子　様　下岳

○小浜事務所

▼雲仙市婦人会連絡協議会　小浜婦人会　様
▼雲仙市商工会女性部　小浜支部　様

◎香典返し寄附

○国見事務所

▼永田攝政様　東里　故永田鈴代様
▼柴崎孝光様　宮田　故柴崎孝行様
▼宮崎敏様　船津西　故宮崎トミコ様
▼山口俊史様　轟木　故山口俊幸様
▼杉光いさこ様　東里　故杉光利勝様
▼中村東洋男様　東里　故中村文洋様
▼黒田克身様　北下原西　故黒田サヨ様
▼杉野勝義様　上古賀　故杉野常人様
▼汐崎哲二様　北下原東　故汐崎タマエ様
▼堤忠和様　片田　故堤トヨ子様
▼松尾清信様　向町　故松尾トシノ様
▼宮崎冨士枝様　馬場第一　故宮崎安善様
▼岩永ハツエ様　東里　故岩永力様
▼徳永成功様　北下原西　故橋口正一様

○瑞穂事務所

▼小峰美津子様　岡　故小峰辰雄様
▼宮崎正道様　船津　故宮崎チヨノ様
▼橋本久子様　横田　故橋本繁雄様
▼竹田正美様　河内　故竹田庄七様
▼吉川豊孝様　東　故吉川千恵子様
▼高木博文様　高田　故高木シヅヨ様
▼東親光様　大川　故東キミエ様

○吾妻事務所

▼稲田智美様　河内　故稲田篤信様
▼出田哲男様　吹ノ原　故出田剛様
▼中尾康明様　牧ノ内　故中尾和信様
▼奥野シゲコ様　三室三　故奥野昭一様
▼原口菊藏様　横田　故原口キミヨ様
▼原田ゆかり様　牛口東　故原田洋平様
▼島田孝明様　田川原　故島田明様
▼松浦キミコ様　古庄　故松浦政夫様
▼伴謙太様　山田原　故伴晏子様
▼江川サチエ様　布江　故江川英七郎様
▼大久保智子様　中阿母　故大久保章様

○愛野事務所

▼芦塚佐千子様　新崎　故芦塚安久様
▼宮崎さおり様　八幡　故宮崎英生様
▼岩永光博様　新崎　故岩永国光様
▼島田理也子様　川端　故島田公光様
▼田尻信隆様　山沢　故田尻イトエ様

○千々石事務所

▼尾崎三八一様　南元江　故尾崎照子様
▼林田喜代子様　上野田　故林田千里様
▼末岡数一様　下塩浜　故末岡シゲミ様
▼町田長子様　下石田　故町田キクエ様
▼冨永由美様　下狩場　故冨永君枝様
▼椿山忠一様　飯岳　故椿山マサエ様
▼山本益松様　東中組　故山本ウメ子様
▼荒木豊様　塩屋　故関ミツエ様
▼奥村一子様　己ノ鍔　故奥村チヨミ様

○小浜事務所

▼宅島良則様　山ノ上　故宅島ミネヨ様
▼津山信一郎様　宮ノ丁　故津山セツ様
▼林田孝治様　上区　故林田ツルエ様
▼三宅健五様　新湯ノ崎　故三宅貴美子様
▼林田千秋様　木津　故林田通様
▼林田芳子様　加美　故林田好一様
▼宮崎毅様　日見　故宮崎キサエ様
▼松本馥様　小田山　故松本敏雄様
▼佐藤重幸様　新町　故佐藤重喜様

○南串山事務所

▼古賀新市様　上木場　故古賀スミエ様
▼村田光幸様　水ノ浦　故村田光春様

ご逝去されました方々のご冥福をお祈りするとともに、ご遺族様に厚情にお上げます。個人情報保護法に基づき、同意を頂いた方のみ掲載しております。

【ありがとうございます】

この度、愛野町の浜口時寶様（本町）より、電動ベッドの寄贈がございました。

大切に活用させていただきたいと思います。誠にありがとうございました。

安心介護 応援コーナー！

日常生活のお世話 ～床ずれの予防～

床ずれは治りにくいものです。予防を第一に考えましょう。

●床ずれの原因

床ずれは褥瘡（じょくそう）ともいい、体の同じ部分が長時間圧迫されて血液の循環が悪くなり、皮膚組織が壊死（えし）を起こすものです。

原因は…

①長く同じ場所を圧迫する
　血液循環が悪くなって発赤ができたり、ひどくなると組織の壊死が起こります。

②栄養状態が悪い
　栄養不足、体の抵抗力の不足、貧血など。

③不潔にしている
　汗や失禁によって濡れたままだと、皮膚が傷つきやすくなって、雑菌に感染しやすくなります。

④皮膚の摩擦やずれ、衣類などのしわが皮膚を傷つける
　シーツのしわやごみ、衣類のゴワゴワがあたるとできやすくなります。また、シーツを引っ張ったり、体を無理にずらすと、摩擦障害が起こってできやすくなります。

⑤血液の循環が悪い
　心臓や腎臓の病気でむくんでいる人は、血液の循環が悪くなってできやすくなります。

⑥まひや意識障害がある
　脳卒中などで意識障害があったり、まひのある人は、自分で体が動かせないので、できやすくなります。また、痛みなどを感じず、訴えられないので、床ずれの初期を見逃してしまいがちです。

●床ずれの予防

床ずれはなんといっても予防が第一です。一度できてしまうと、治すのが大変です。介護者がいつも気をつけて、でき始めを見逃さないようにすることも大切です。

床ずれを作らないために…

①体圧を分散させる
　圧力を分散するのエアマット、ポリウレタンフォームマットやフローテーションマットが効果的です。

②栄養状態をよくする
　高カロリー、高たんぱく質、ビタミンCの補給を。

③体位交換をこまめにする
　長時間同じ場所を圧迫しないために、姿勢を変えます。体位交換の目安は二時間おきですが、状態の悪い場合はもっと頻繁に。

④摩擦や皮膚のずれを防ぐ
　体を動かすときに引きずったりすると、その摩擦で皮膚を傷つけ、床ずれができやすくなります。

⑤皮膚を傷つけないシーツや衣類を
　下着や寝まき、シーツは、糊をつけずゴワゴワしないもので、汗などをよく吸収するものに。縫い目やボタンなどがあたらないように注意します。

⑥血液循環をよくする
　体を動かせる人はなるべく動くようにし、無理なら手足だけでも動かしましょう。

⑦清潔にする
　入浴や清拭を頻繁にし、清潔を保ちます。入浴は皮膚を清潔にし、血行をよくします。

⑧皮膚を適度な保湿状態に保つ
　あまりにかさかさしているのも皮膚を傷つけやすいので、保湿クリームなどで適度な潤いを。

⑨おむつは汚れたらすぐ替える
　尿は放っておくと酸性からアルカリ性に変わって皮膚を刺激しますので、すぐ取り替えて清潔に。

みらいばあちゃんの知恵袋

水で健康らいふの巻

体にとって重要か水ばたくさん補給することは、健康か体作りには欠かせんとげな。体ん中の水分の足りんごとなれば細胞の衰えていく。こいが血液ドロドロの原因たい。血液ドロドロは、脳梗塞や脳血栓とかの血管障害の起こるだけじゃなく、栄養が全身に行き渡らず栄養障害になったり、精神の病気の神経障害になったりすっとげな。ばってん、水ばたくさん飲めば、細胞に行き渡り、血液サラサラ、体は健康になっていくとばい。

一日に飲む水の量は1.5リットルて言われとる。ばってん最初は無理せず1リットルば目標にしたらどがんやろ。急に過剰摂取したら水中毒ていうとのあるげなけん注意せんばいかんね。ここで私が言いよる水は、自然水、水道水、市販のミネラル水のごたっとけんね。お湯、沸かしたお茶、コーヒー・ジュースとかじゃなかよ。沸かせばそん水の中の酸素分が無くなっとげな。

そいから、特に朝と夜、睡眠前に飲む水が病気予防になることの多かてよ。寝とる間も呼吸やら汗で水分の奪われて、朝起きた時の血液はドロドロになっとるとげな。夜間のトイレば嫌うて、夜の水分摂取ば控えらす人もおらすけど、ただでさえ水分の蓄えの少なか高齢者にとって、寝る前の水分補給は命にも関わる大切かことばい。そいに、膀胱はある程度は水のあった方が、尿意の刺激されんていう話もあっとげなよ。

みんなで水で血液サラサラになってむうかね！

みらいS Cafe!! ホッとこころで 編集後記

皆さん、かぶりつきましたか？恵方巻。恵方を向いて願いごとをしながら、（しゃべると運が逃げるので）黙々と最後まで食べる。というのがルールだそうです。

巻き寿司である理由は「福を巻き込む」から、切らずにかぶりつく理由は「縁を切らない」という意味があるからとのこと。それで今年の本当に正確な恵方はってなことではりきって調べたところ十六方位で言う「西南西やや右」と判明っ！

ん…。

「やや右」て…。

は

広報誌“にじ”について ご意見をお聞かせ下さい。

雲仙市社会福祉協議会では、広報誌“にじ”のより良い誌面を目指し、きちんとお伝えする情報と合わせ、時にはクスッとなるようなほほ笑ましい文面を入れるなど、毎号 試行錯誤を重ねております。

つきましては、参考にさせて頂きたいと思いますので、こうした方がいい・ああした方がいいなど、どんな小さなことでも結構ですので、皆様のご意見をハガキ・Eメール・ファックス等でお聞かせ下さい。

「この広報誌は、皆様から寄せられました会費・寄附金により作成しています」

編集発行 社会福祉法人
雲仙市社会福祉協議会
第36号

〒854-0302　雲仙市愛野町乙1736番地3
TEL 0957-36-3766　FAX 0957-36-3768
http://unzenshakyo.net
E-mail　main@unzenshakyo.net

平成22年3月1日発行

国見事務所 TEL 0957-78-0596　千々石事務所 TEL 0957-37-2755
瑞穂事務所 TEL 0957-77-3670　小浜事務所 TEL 0957-75-0621
吾妻事務所 TEL 0957-38-3511　南串山事務所 TEL 0957-88-2143
愛野事務所 TEL 0957-36-0071

この広報誌は、揮発性有機化合物を一切含まないNON-VOC 大豆油インキを使用し、有害な廃液が出ない「水なし印刷方式」で印刷されています。