

# ネットワーク通信

NO. 59 (H29. 2. 6発行)

長井市社会福祉協議会  
〒993-0011  
長井市館町北6-19  
☎ 0238-88-3711(代表)  
☎ 0238-87-1822(直通)  
FAX 0238-88-3712

雪が少ないと喜んでいましたが、ちゃんと季節をわかって降ってきましたね。一気に降るので雪かきが大変ですが、除雪での事故もニュースで多く取り上げられているので、十分注意して作業してください。

## 冬の交流会のお知らせ

恒例になってる《冬の交流会》を下記とおり開催いたします。  
雪遊びをしたり、お昼は様々なもちを食べたりしながら、山形の食文化を楽しめます。  
今年は杵と臼を用意して、皆さんに餅つきを体験してもらったり、みそもち作りのプロ（ながい、麴とみそを作る会）の方に来ていただき、みそもち作りを見せていただきます。みそもちはその場で食べてもいいのですが、パックにいれて切り餅としても持ち帰っていただく予定です。  
かまくら作りや宝探しゲームなども企画し、大人の方も子供達も楽しんでいただければと思います。つきたてのおもちを一緒に食べませんか？お子さん達が参加できるように、土曜日に設定いたしましたので、皆さんお誘い合わせの上、ご参加ください。皆さんからのお電話やFAXをお待ちしています。

もち会食だけの参加も大歓迎です。（会食のみ参加の場合は11時45分集合になります。）

日時：2月25日(土) 10時～14時

会場：老人福祉センター

集合時間：一日参加の方は10時まで、  
会食のみの方は11時45分まで集合してください。

内容：午前→かまくら作り、宝探し(子供のみ)、もちつき体験、  
みそもち作り体験・見学

\*雪遊びができる服装をしてきてください。  
雪の状態で内容が変更になる場合があります。

午後→ゲーム大会 景品もあります!!何をするかはお楽しみに!!

参加費：無料

申込締切：2月16日(木) 電話またはFAXでお申し込みください。

申し込み・お問い合わせ 長井市社会福祉協議会

TEL 0238-88-3711(代表) / FAX 0238-88-3712  
0238-87-1822(直通) (担当:鈴木・手塚まで)



### 参加申込書

参加者氏名(保険に加入しますので、参加される方全員の名前と年齢をお願いします。)

参加者氏名	年齢	参加者氏名	年齢	参加者氏名	年齢

○希望するコースに丸を付けてください。 ・一日 ・会食のみ

## 長井市からのお知らせ

長井市では福島県から自主避難している方に対して、長井市営住宅「定住促進住宅ながいみなみ」の家賃を減免する予定です。（平成29年度は家賃の1/2、平成30年度は家賃の2/3を減免いたします。）

現在も入居されている世帯がありますが、引き続き入居を希望される場合、又は新たに入居を希望される場合、どちらの場合も長井市建設課までお申込みください。なお、収入要件等があります。詳しくは下記の担当者まで問合せください。**福島県の補助金制度利用の場合は別手続きが必要です。**

### 【概要】

- 所在地  
長井市小出3944-1 定住促進住宅ながいみなみ  
(スーパーヤマザワ、うめや、コメリの近くです。)
- 減免内容  
一般世帯の家賃 44,200円/月 [他、共益費：800円/月]  
※子育て世帯の家賃 25,000円/月 [ 駐車場代：3,780円/台 ]  
(子育て世帯とは市外からの転入者で、15歳以下の同居親族を持つ世帯)  
家賃、共益費、駐車場代の総額からH29年度は1/2、  
H30年度は2/3が減免されます。
- 入居要件
  - ・被災証を持っている方に限ります。
  - ・期間中は単身者（一人暮らし）も入居可能です。
  - ・定期建物賃貸借契約を締結します。
  - ・敷金が必要です。（家賃の2か月分）
  - ・連帯保証人が必要です。（2名）
  - ・入居後、定住促進住宅を住所地として住民登録をしていただきます。
  - ・市税等の滞納がないこと。
- 期間 \*減免期間は、H30年度までとします。

### ～福島県の補助金制度について～

家賃を納付書で現金払い口座振替で立て替え払いをした後に、福島県に領収書を添付して3か月毎に申請します。

後日、個人の口座に支払った金額の29年度は1/2、30年度は1/3が入金になります。

補助金交付申請書は、3か月以内に申請してください。

### 例えば、

4月1日からの契約だとすると6月30日まで、4～6月分をまとめて申請します。そうすると4月まで遡って補助金が出ます。

7月1日以降に4～6月分を申請しても補助金は出ませんので、お気をつけください。

申込・問合せ先：☎0238-87-0863

長井市役所 建設課 景観・建築住宅係 担当 青木さん

## ☆楽しいリラックスヨガ体操 交流会をしました☆

1月26日(木)、先月に引き続き好評だったリラックスヨガ体操交流会を行ないました。後半に少し笑いヨガ(ラフターヨガ)もしました。

身体をほぐす動きから始まり、腕や足を使ったポーズ・寝て行なうポーズなどいろいろ教えていただきました。前回・今回とも、「ポーズは出来るところまでいいので、呼吸だけは止めないでください。」と教わったので、それを意識しながら行ないました。ヨガの最中は静かな時間が流れ、みなさんリラックスしながら出来ているのが感じられました。ゆっくりした動きですが、身体がポカポカと温まりました。笑いヨガが終わったあとは、全身の力を抜いてリラックスするポーズで終了しました。

今回は、3月末で福島へ戻られる方が参加されたので、送別をかねてアトリエ・パッションで昼食会をしました。話をしながら、楽しい時間を過ごしました。



笑いヨガの風景  
笑うマネだけでも  
いいですよ。



この日の日替わりランチは、手羽元を煮込んだ料理でした。おいしかったです。



## 相談員よりお願い

1月に全戸訪問をさせていただきました。お会いした方には、ネットワーク通信とともに、ちょっとした御年始をお渡しさせていただきました。留守の方には、不在票と一緒にネットワーク通信と手まり飾りをポストに投函させていただきました。

皆さんに御年始をお渡ししたいと考えておりますが、食料品のため、直接手渡しをしたいと思います。

お手数ですが、社会福祉協議会(☎ 87-1822、担当鈴木・手塚)までご連絡をお願いいたします。受け取り方法についてもご希望があればその旨お伝えいただければ、なるべく要望にそえるようにいたします。よろしくお願ひいたします。

**あとがき** 幸福学をテーマにした番組で、考え方をポジティブにかえる方法として、①笑顔になる(楽しくない時でも、棒を前歯でくわえると、脳は笑顔だと判断する)。②大股で上を向いて歩く(上を向いて歩くだけでもOK)。まさに坂本九ちゃんの《上を向いて歩ーるこおおお♪♪♪》ですね。