



みんながつくる みんなでつくる みんな安心・福祉のまち

山鹿市社協だより

2013

春

第31号

キャッチボール



かおう保育園「あおぞら太鼓」年長児30名の力強いバチさばき



主催 日本赤十字防災ボランティア山鹿あいの会・山鹿市社会福祉協議会

協力 山鹿市・山鹿植木広域行政事務組合消防本部



かおう保育園児や千田小2年生も体験

特集 大規模災害に備えて	② · ③
赤い羽根共同募金	④ · ⑤
支所だより	⑥ · ⑦
ボランティア活動保険	⑧
自宅で出来る介護予防・成年後見Q&A	⑨
心配ごと相談予定表	⑩
たんぽぽ倶楽部紹介・訪問入浴の変更について	
ご寄付者紹介	⑪
市民後見人養成講座の募集について	⑫
寄付控除について・愛の一円塔について	
社協の晩ごはん	

発行／社会福祉法人 山鹿市社会福祉協議会

〒861-0531 熊本県山鹿市中578番地 TEL:0968-43-1134 FAX:0968-36-9310

E-mail:yamaga@yamasha.or.jp URL:<http://www.yamaga-shakyo.com/>

検索

この社協だより「キャッチボール」は、共同募金配分金の一部を活用させていただいている。

特集!! 大規模災害に備えて

～第15回防災のつどい～ 平成25年1月17日(木)

鹿央多目的研修センター

この事業は、日赤防災ボランティア山鹿あいの会（星子みづほ会長）の、阪神・淡路大震災でのボランティア活動をきっかけに始まりました。日頃の災害に対する備えや災害が起きた場合の支えあう地域づくりを目指し毎年開催しています。今年も、山鹿市や多くの事業所のご協力を得て、参加された方々に様々な体験や情報を発信しました。

また、今回は、熊本県社会福祉協議会の助成を受けて『災害ボランティアセンター』の設置訓練も開催しました。訓練の流れについては、右ページで解説します。



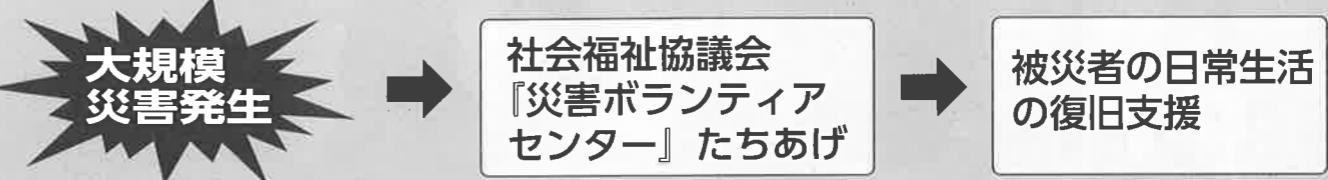
主催：日本赤十字社防災ボランティア山鹿あいの会

社会福祉法人 山鹿市社会福祉協議会

協力：山鹿市、山鹿植木広域行政事務組合消防本部、山鹿市管工事業協同組合、日本赤十字社熊本県支部、グッディ山鹿店、九州電気保安協会、鹿本農業協同組合、大成セキュリティ（順不同・敬称略）

「災害ボランティアセンター」とは？

被災地支援のために来られたボランティアさんと、被災者の要望（ニーズ）をつなぐ役割をもっています。



「災害ボランティアセンター」の活動の流れ

①ニーズ受付



センターのスタッフ（社協職員）が、被災者からの依頼（ニーズ）を受付ます。

②ボランティア受付



全国から来られたボランティアさんの受付をします。

③オリエンテーション



被災者のプライバシー保護や、活動上の留意点を説明します。

⑦活動報告



センターに戻ったら
グループリーダーに
活動状況の報告をして
もらいます。

⑥援助活動



被災者に『寄りそう』気持ち
を大切にしながら、福祉救援
活動を行ってもらいます。

⑤資材の貸し出し



活動に必要な物資
(スコップやほうきなど)
を貸し出します。

④ニーズのマッチングと グループ化



被災者からの依頼内容を説明します。
参加できる活動に手を挙げてもらい、グループを作り、グループのリーダーを決めます。

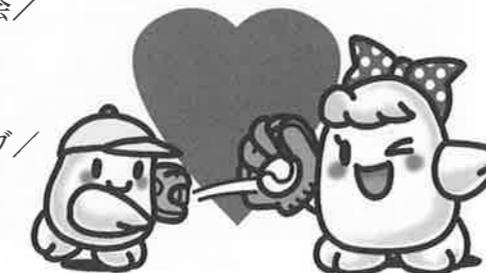
社協は、被災して困っておられる住民の方々が一日も早く普段の暮らしを取り戻せるように、全国から駆けつけてくれるボランティアさんや地域の方々と力を合わせ、支援することが大切な役割だと考えています。

●法人（敬称を省略させていただきます）

山鹿中央病院／熊野精肉店／あそしな米穀／杉上産業／下田輪業／温泉センターフローラ／トヨタカローラ
熊本山鹿店／三栄商会／相互建設／相互電気設備／熊本利水工業山鹿支店／真生堂／すやま温泉／九州三和
鉄軌／サンエイ印刷／山鹿きぼうの家／園木事務器／金光教山鹿教会／盛文社印刷／ビル環境熊本／小川建設
／井上自動車／鹿北自動車／C&Sのなか／鹿北ガーデン／藤本製茶／岳間製茶／荒川建設／山本建設／
古田製茶／竹熊建設／岳間の郷ひがし／鹿北生コン／フォレスト／稻葉工務店／工芸社ハヤタ／鹿北地区碎石業組合／芋生工務店／小林医院／小林歯科医院／岩野石油／幸の国木材工業／草野建設／オアシス／中村工務店／古城建設／鹿本森林組合／虎口建設／広見瓦工事店／アサヒ印刷／小栗郷／あいわらんど／琥珀の刻／城北コーポレーション／小山製茶／ENYA／古田薬品／地どり庵三蔵／天寿苑／河内サッシ硝子店／居酒屋大盃／小規模多機能ホームかほく／いわの観光バス／花富亭／延命館／菊翠苑／恵温泉／アステックコーポレーション九州／菊鹿電設／菊鹿町自動車整備組合／菊鹿葬儀社／マルヤマ／佐とう製茶／矢野電設／
きくか松岡クリニック／石のふるかわ／平原食堂／牛島畠店／鹿本観光／鹿本養鶏組合／サンテック／コースン／丸山ステンレス工業／熊本小笠原工業／原田食品製造所／一法師工業／宇土鮮魚店／朝倉自動車商会／上村建設／梶川工業／鹿央運輸／土佐屋コンクリート工業／城嶋運輸／幡豆工業九州工場／幸村医院／松永石油／熊本協販／榎石油／幸村商店・幸村輪業／とみた牧場／ピーシャイン工場／西村精肉店／侑秀システムサービス／ケアビレッジ箱根崎／あいさと／さくら学園／あいら観光／岩原の郷／共英デザイン／ヘアーサロン・ハート／鹿央生コン／森山自動車整備工場／栗原工芸／ふじもと歯科医院／三共ポリエチレン九州工場／中井ライスセンター／城設備／朝倉電器／インテリア藤本／粋華設計／高野タクシー／鹿央自動車整備／富田自動車

●職域、学校募金、その他（敬称を省略させていただきます）

老人クラブ連合会芸能大会／ミスター・マックス／夢大地館／スーパー・ミカエル／山鹿市シルバー人材センター／鹿本農業協同組合本所／鹿本農業協同組合山鹿支所／鹿本農業協同組合山鹿支所北取次店／鹿本農業協同組合山鹿支所南取次店／平小城小学校／川辺小学校／鶴城中学校／大道小学校／三玉小学校／山鹿小学校／三岳小学校／八幡小学校／山鹿市役所部長会／山鹿市役所課長会／山鹿警察署／山鹿市役所職員互助会／鹿本地域振興局／山鹿市東部民生委員児童委員協議会／ビル環境熊本事務所員／山鹿市商工会／山鹿西保育園／川辺幼稚園／山鹿東保育園職員一同／やはた保育園職員一同／三玉保育園職員一同／平小城保育園職員一同／山鹿幼稚園後援会・職員一同／八玉保育園／山鹿中央保育園／三岳保育園／山鹿保育園／福原志津加／坂本大二郎／森澄子／中村栄子／堂原区民一同／棚倉トマ／草野薫枝／鹿北はつらつ百年塾受講生／早田悦子／杉焼義文／稻葉きよみ／大渕俊光／野中まり子／鹿北ゴルフ俱楽部／金原もみじ祭り／岩野小学校／岳間小学校／広見小学校／鹿北中学校／鹿北町民生委員児童委員協議会／あやすぎ荘／信末知也／かほくまつり／鹿北総合支所／Yショッップ中村酒店／鹿本農業協同組合鹿北支所／鹿本農業協同組合鹿北支所岳間取次店／鹿北老人福祉センター／山鹿市老人クラブ連合会鹿北支部各单位老人クラブ／内田小学校児童会／城北小学校児童会／六郷小学校児童会／菊鹿中学校生徒会／矢筈荘職員一同／菊鹿町民生委員児童委員協議会／菊鹿郵便局／栗の実保育園職員一同／つばみ保育園職員一同／つばみ保育園園児・保護者一同／城北アソカ保育園職員一同／城北アソカ保育園園児・保護者一同／菊鹿中央保育園／内田保育園／鹿本農業協同組合菊鹿支所／鹿本農業協同組合菊鹿支所内田取次店／誠心会／山鹿市老人クラブ連合会菊鹿支部各单位老人クラブ／月足光和／鹿本町民生委員児童委員協議会／鹿本町青年連絡協議会／稻田小学校／中富小学校児童会／来民小学校児童会／鹿本中学校生徒会／山鹿市老人クラブ連合会鹿本支部／鹿央町民生委員児童委員協議会／米野岳小学校児童会／米野岳中学校生徒会／山内小学校児童会／千田小学校児童会／山鹿市老人クラブ連合会鹿央支部各单位老人クラブ／山鹿市社会福祉協議会職員



平成24年度 赤い羽根共同募金

募金総額 10,150,320円

温かい思いやりありがとうございました。

10月より「じぶんの町を良くするしくみ。」をスローガンに、全国一斉に赤い羽根共同募金運動を実施しました。期間中は市内全世帯に協力を呼びかけた戸別募金をはじめ、関係団体、企業、学校等、皆様のご理解とご協力を賜り、次の通り実績をあげることができました。いただきました募金は、熊本県共同募金へ送金し、その配分金を来年度の福祉事業費として活用いたします。皆様からのあたたかいご協力ありがとうございました。



戸別募金	7,449,652円
街頭募金	251,559円
法人募金	774,672円
学校募金	286,848円
職域募金	598,179円
その他の募金	789,410円



広見小学校からの募金



鹿央ふるさと祭りでの街頭募金



ミスター・マックスでの街頭募金



来民小学校児童会からの募金

「出来る人が 出来る事を 出来る時に」

日頃、「縁の下の力持ち」として地域で活躍されている、福祉嘱託員（区長）と民生委員・児童委員との合同学習会が2/13㈯に開催されました。和水町の地域づくりグループ「夢ランド十町」の池上久美子さんと荒木美智代さんから日頃の活動紹介や地域づくりの手法等について講演頂きました。「夢ランド十町」は、“来る者拒まず去る者見逃さず”をモットーに活動されています。

お話しの中に私たちが活動していく上で大切なこと、心に残った言葉がたくさんありました。いくつかご紹介します。



☆村づくりは5人いれば出来る。
☆想いを行動に、もう一步前へ。
☆皆が歩みより尊重し合える人間関係。
☆女性が元気な地域は、町が元気。
☆仕事・家庭が優先。

鹿
北



- ・小さな事でも何か出来る事からしてみよう。
- ・ひとつの活動を未永く続けていきたいと感じた。
- ・話を聞いて元気が出た。
- ・お互い協力してそれぞれができる時にすればよかったです。

菊
鹿

サロン貸与品

菊鹿町ボランティア連絡会「すまいる」

*腰み台として使用しないでください！



サロンへ イスの応援団

菊鹿町ボランティア連絡会「すまいる」では、昨年から菊鹿地区のふれあいサロンへ小型折りたたみイスの貸し出しをされています。これらのイスは、サロン参加者の中で足が不自由な人のために、昨年度山鹿市の地域活動助成金を財源に102脚を購入されたものです。各サロンへ貸し出しをされたところ非常に好評だったため、本年度も50脚を追加購入されました。2/7㈯には「すまいる」の会員全員で、貸し出しのためのラベル貼りを行われました。

各サロンの皆さんからは、「立ち座りが楽になった」「体操がしやすくなった」と大変喜ばれているようです。

鹿
本

笑って元気！

2/7㈯、鹿本地区の嘱託員、民生委員・児童委員、福祉協力員が相互の連携と地域福祉の向上を図ることを目的として、合同交流会が開催されました。

第1部として中富地区の自主防災組織立上げについての事例発表・命のバトンの説明、第2部として元大分県佐伯市職員、大分県観光特使の矢野大和氏に、「笑って元気 やりがいと笑顔のある地域福祉」をテーマで『口演』いただきました。互いにやりがいを得られる日頃のエピソードなどをユーモアたっぷりに元気よく話され、会場は終始爆笑の渦。家族や地域とのコミュニケーションの大切さなど、私たちの家庭生活・地域生活にも役に立つ話題が盛りだくさんでした。



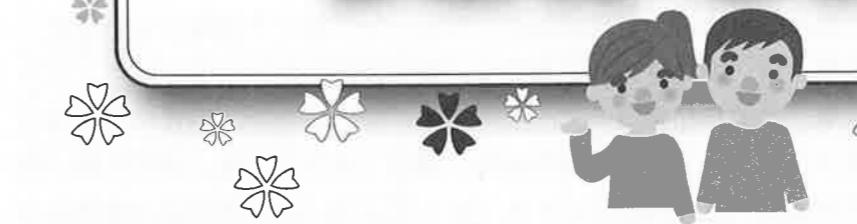
『口演会』：矢野氏



事例発表：
民生委員さん

鹿
北

支所だより



125人の笑顔

鹿
央

鹿央デイサービスセンター元気まつりを2/9㈯
鹿央地域福祉センターで
行いました。

その日は、ダンス・演
奏など18組のステージ発
表があり、利用者様も一緒に歌われたり、演奏に合わせて手拍子を
されたり、演芸に参加したりと、元気まつりをおおいに楽しんで頂
きました。またボランティアスタッフとして多くの地域の方々にご
協力を頂き、たくさんの笑顔あふれる1日となりました。



山
鹿

川辺小 読み聞かせボランティア「まま・まろん」

「まま・まろん」は、川辺小学校で読み聞かせを10年行
われているボランティアグループです。活動のきっかけ
は、保護者のひとり猪崎ゆかりさんの『子どもたちに本を好きになって
ほしい』という声でした。本との出会いで視野の広い子どもたちに育つ
てほしいとの思いが「まま・まろん」の活動の支えとなつたそうです。

「まま・まろん」も、川辺小学校の閉校と同じく幕を閉じられますが、「まま・まろん」の皆さんに読んでいただいた本の楽しい思い出
は、いつまでも子どもたちの心の中に残り続けること
だと思います。



(左から)松本徳子さん、高田佳代さん、原田民子さん

川辺小学校が閉校になることはさみしいことですが、
自分に自信を持って、いろんなことにチャレンジしてほ
しいです。新しい小学校にもたくさんの本があります。
新しい友達はもちろん、新しい本とも出会っていってく
ださいね。応援しています。

本にひきこまれる
子どもたち

自宅で出来る介護予防

尿失禁予防

<尿失禁とは>

尿失禁とは、我慢できずに尿がもれたり、何かの拍子に尿がもれたりすることをいいます。これは通常、直接生命にかかわることはあります。しかし、生活の質をおびやかす疾患で、精神的な苦痛や日常生活での活動の低下をもたらします。

<尿失禁の予防>

- 運動する習慣をつけよう！
- 便秘に注意しよう！
- 水分を控えすぎないように！
(アルコールでの水分補給はやめましょう)

<尿失禁の予防>

あおむけ体操①

複式呼吸と骨盤底筋群の体操



尿失禁があると水分摂取量が減り、脳梗塞の危険性が高くなります。また、外出を控えることが多くなるために廃用症候群（生活不活発病）に陥りやすくなります。介護予防のためにも尿失禁予防に取り組みましょう。

息を吸うときに肩を上げないように、また、お腹をへこませないようにしましょう。

あおむけ体操②

骨盤底筋群と股関節の筋肉（内側）の体操



準備：膝の間に丸めたタオル、またはボールを挟みます。

- ①息を吸いながらお腹を大きく膨らませます。
- ②息を吐きながら、おしつこを止めるように力を入れ、膝に挟んでいるタオルまたはボールをつぶします。

ポイント 呼吸のリズムは普通にしましょう。

お問い合わせ先 山鹿市地域包括支援センター 電話 43-1077

②判断能力の低下といつても、すべての能力が一気になくなることは珍しく、ある特定の分野については能力が残っています。それがわずかでも残っている限り、「その意思を最大限尊重」として「不足なところを補う」という心構えが大切になります。

A 成年後見人として職務を行うときに、注意する点はありますか。
※後見人が親族の場合

Q & A

やまが成年後見センター



成年後見制度について、シリーズで連載させていただきます。

不明な点がございましたら、下記にご連絡下さい。

やまが成年後見センター
電話 36-9211

不明な点がございましたら、下記にご連絡下さい。
やまが成年後見センター
電話 36-9211

安心を支えます

ボランティア活動保険

日本国内のボランティア活動中のケガや賠償責任を補償

- 活動場所と自宅との往復途上の事故も補償
- ボランティア活動のための学習会・会議などの事故も補償
- ボランティア自身の食中毒・熱中症・特定感染症もOK
- 天災タイプでは、地震・噴火・津波によるケガもOK

※被災地支援に行われる場合は、お住まいの社会福祉協議会で加入してから活動に出発してください。現地受付の簡略化に貢献できます。



年間保険料	Aプラン 300円	Bプラン 450円
	天災A 460円	天災B 690円

天災タイプもあります。※各プランの補償金額・内容などの詳細は、社協へ問合せください。

保険金の支払い例

●ケガの補償



清掃ボランティア活動中に転んでケガをして通院した。



活動中、食べた弁当でボランティア自身が、食中毒になって入院した。



入浴ボランティア活動中に誤ってお年寄りにケガをさせた。

●賠償責任の補償



家事援助ボランティア活動で清掃中、誤って花びんを落としてこわした。



自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケガをさせた。

《ご加入いただける方》

☆社会福祉協議会(社協)に登録されている

ボランティア(個人・グループ・団体)

《対象となるボランティア活動》

①グループの会則に則り企画・立案された活動

②社協に届け出た活動、または社協に委嘱された活動

《対象となるボランティア活動》

◎PTA、自治会、町内会、老人クラブなどボランティア活動以外の目的でつくられた団体・グループが行う組織運営や団体構成員の親睦のための活動

◎自発的な意思による活動とは考え難いもの

(例)・学校管理下にある先生や生徒の活動・免許、資格、単位取得を目的とした活動など

◎保険上対象外となっているボランティア活動

(例)・野焼き・山焼きを行うまたはチェーンソーを使用する森林ボランティア活動など・銃器を使用する害獣駆除ボランティア活動

《補償期間》

平成25年4月1日前0時～平成26年3月31日午後12時まで

《中途加入の場合》

申込手続き完了日の翌日午前0時～平成26年3月31日午後12時まで

※ボランティア行事用の保険も別途ありますのでお問い合わせ下さい。

八八八川川米米米米米山山山山山山山山山山山山山山山
●山鹿支所受付
幅幅幅辺辺田田田田鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿鹿
小甲中林田新星德松江井立前猪村池宇山坂山河木飯垂渡桑本浦原
材木原 中崎子永本崎上山田口田田野田本崎田庭田水部原田鶴賀
上善一計洋路京家又重宗源博主昭明登云ノ國 紀志拾二以健三季

ヒ義 計栄隆京安ヨ重富淳博キ昭明登元イ國一紀幸裕テツ健三秀
口 進 リ ヌ 志 ク ルモ一重
子治 子司生子弘子光雄二文ヨ寛夫子司ヨ雄美子子二子ル郎子敬
様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様 様

熊長和大大大大大大大大大大大大三三三三三三三三平平平平八八
本崎水 小小小小
市県町道道道道道道道道道道道玉岳岳岳岳岳岳城城城城幅幅
前桑上野福竹竹野横池春吉宮杉井井野川木木有本本古野横大疋堤田池谷戸
田野村田山下下中田田木田本野上上掘崎庭庭働田田家崎手篠田 中田崎上
春絃 征英満和安順敏史 和匡隆哲ユ禮浩孝真猛敬英英澄新ツア正ム潤哲
博 健 リ 一 一ギイ ツ 之
美一 男子幸彦子子正人 男美視子ホ子幸明澄夫郎雄子子郎ノ子行エ一介
様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様様

石石庄津南南御御下中上辺
古古宇宇中中田
渕渕袋閑閑田田町町町
大津芹工宮豊田東宮穴福福
嶋留川藤崎田中本井山永
ケ信征英勝昭君光
公ン保三裕元
コ夫史郎馬久子義
様様様様様様様様様様
菊菊合宮宮永道木黒下下上上長太太五五下下日885
鹿池志本本本本本谷郎永
町市原原山場山蛭分分分川田田丸丸野野渡区区
自動車整備和正真正ナ登徹博伸笑君浩俊堅容康淳由敏賢正英高ク
組ス美美一美
合男一英工子也憲二子弘郎一正子博子子雄正光一ヲ
田阪田田井本田田中野野田尾崎働働閑田原上下原原永

仁大霜姫郷春春上上堂米米持持元水奥●
王岩岩米松松鹿央支所受付分
堂正野井原間間原原野野東東広原永
森松柳村森村多米丸森丸廣城城村竹
琴田加
教村瀬上山上隈田山山山瀬上田
法キ圭保チーヨメ直百秀生寿行メ
信ヌ二工シイ合學イ
室工郎生子也工子樹子實夫和法子
様様様様様様様様様様様様様様様様

4・5・6月の心配ごと相談予定表

相談時間は午前9時～正午。
(法律・司法書士相談は、午前10時～正午)
どこの支所でも相談に応じます。

相談無料

法律相談、司法書士相談
事前予約が必要です

月	火	水	木	金
鹿央支所 鹿央地域福祉センター 鹿央町合里1608番地 △36-3811	鹿本支所 鹿本高齢者コミュニティセンター 鹿本町来民962番地2 △46-2206	菊鹿支所 菊鹿健康福祉センター 菊鹿町下永野650番地 △48-5060	鹿北支所 鹿北老人福祉センター 鹿北町岩野5490番地1 △32-2696	本所・山鹿支所 山鹿健康福祉センター 山鹿市中578番地 △43-1134
4 1 一般	2 一般	3 24 一般 司法書士 登記関係	4 25 一般 法律	5 19 26 一般 司法書士 成年後見・多重債務 登記関係 法律
5 13 27 一般 司法書士 成年後見・多重債務 登記関係	14 28 一般 法律	15 一般	16 一般	17 24 31 一般 司法書士 登記関係 法律
6 3 一般	4 一般	5 26 一般 法律	6 27 一般 司法書士 登記関係	7 21 28 一般 司法書士 成年後見・多重債務 登記関係 法律

たんぽぽ倶楽部をご存知ですか？

家事や育児でお困りの家庭をセンターが訪問。身の回りの世話や育児の援助などをおこないます。対象年齢は、出生後から就学前となります。



An illustration of a woman with dark hair tied back, smiling and holding a baby in a front-facing carry. She is wearing a light-colored top. Surrounding her are six speech bubbles containing Japanese text: '掃除' (Kōri), '沐浴' (Bōyu), '授乳の支援' (Yūrū no shien), '介護' (Keigo), '調理' (Chōri), and '買い物' (Buyaku). The background is plain white.

お気軽にご相談ください。

連絡先 44-8800（やまがファミリー・サポート・センター）

・平成25年4月より訪問入浴ヘルパーステーション事業所の体制が変わります。

山鹿市社会福祉協議会が実施しています4カ所の訪問入浴介護事業を本年4月より下記のとおり2カ所の事業所体制へ変更することとしました。

今後とも利用者の皆様に、より安全で快適な訪問入浴サービスの提供に努めてまいります。現在、入浴でお困りの方は担当のケアマネージャーへご相談ください。

○山鹿訪問入浴ヘルパーステーション 電話：0968-36-9822
○菊鹿訪問入浴ヘルパーステーション 電話：0968-48-5060

訪問入浴介護事業とは・・・

お一人での入浴またはご家族のサポートだけでは入浴が困難な方を対象として、訪問入浴車でご自宅にお伺いし、入浴をサポートするサービスです。3名の職員のうち、看護師の職員が健康チェックを行い、2名の介護職員と共に入浴介助を行います。



ポケットの中の善意愛の一円塔

山鹿市役所駐車場の一角に、ひっそりと建っている黄色い塔。

この、「愛の一円塔」は、昭和34年に、九日町の故堀川二作氏が、「恵まれない人のためにポケットの中の一円玉を出しあったらどうか」と提唱し、実現したものです。毎年12月に、開塔させていただいている。

皆さん的心のこもったご寄付は、H24年度 70,155円にのぼりました。いただいたご寄付は、すべて山鹿市の福祉事業に役立てられています。たくさんのご厚意、ありがとうございます。



山鹿市社会福祉協議会へ寄付をされた方へ 「税額控除制度」の適用を受けました

社会福祉法人に寄付をされた場合、本来支払うべき年税額から一定の額を控除することができますが、平成24年10月30日以降に寄付をされた分から、控除の方法が従来の「所得控除」と、新たに「税額控除」のいずれかを選択できるようになりました。「税額控除」は、税率に関係なく納税額から税額控除額を直接差し引くことができ、減税効果が大きくなる場合があります。

確定申告の際に、「所得控除」を選択される場合は領収書を、「税額控除」を選択される場合は、①領収書と、②税額控除に係る証明書を提出して下さい。(証明書は、寄付をされた際に領収書と一緒に渡しています。)

詳しくは、山鹿市社会福祉協議会本所総務課 (TEL43-1134) までお問い合わせください。

★所得控除

$$[\text{所得金額} - \text{所得控除額(※1)}] \times \text{税率} = \text{控除後税額}$$

※控除額の計算方法

$$\text{年中に支払った寄付金の合計額} - 2,000\text{円} = \text{控除額}$$

★税額控除

$$\text{税額} - \text{税額控除額(※2)} = \text{控除後税額}$$

※控除額の計算方法

$$(\text{税額控除対象寄付金} - 2,000\text{円}) \times 0.4 = \text{控除額}$$

市民後見人養成講座参加者 募集のお知らせ

山鹿市に住民登録がある方もしくは山鹿市在勤者の方で、かつ成年後見制度に関心のある方及び将来市民後見人として活動できる方を募集します。

日 時 5月11日(土)～11月9日(土)
(全10回講座)午前10時～

募集人数 10人

募集期間 4月1日(月)～4月26日(金)

参 加 費 無料

場 所 山鹿健康福祉センター他

*詳細については、ご連絡下さい。

問 合 せ 山鹿市社会福祉協議会

やまが成年後見センター

TEL 36-9211

社協の晩ごはん

魚のおろし煮 (2人分)

社会福祉協議会では、自分で調理することが困難な高齢者のために月曜日から土曜日まで、夕食のお弁当配達を行っています。

その中のメニューから、今回は「魚のおろし煮」のレシピを紹介します。

【作り方】

- ①魚は塩少々をふり、5分ほどおく。水けをふき取り、片栗粉を両面にまぶして170℃の油できつね色になるまで揚げる。
- ②鍋にだし汁を入れて煮立て調味料を加える。
- ③②の鍋の中に①の魚を入れ、ひと煮たちしたら大根おろしを加え、再び煮立ったら溶いた片栗粉を回し入れ、とろみをつける。
- ④器に盛り、小ネギをのせる。



<材 料>

- ・魚の切り身 [今回は鮭(さけ)切り身使用] … 2切れ
- ・塩 … 片栗粉…適量 (魚にまぶす分) … 揚げ油
- ・大根 (おろし) … 中1/5本 … 小ネギ…少々
- ・人参/南瓜/絹さや…付け合せ

<調味料>

- ・だし汁…100cc … 料理酒…大さじ1
- ・みりん…大さじ1 … 砂糖…小さじ1
- ・濃口醤油…大さじ1 … 薄口醤油…大さじ1
- ・片栗粉/水

●本所・山鹿支所
TEL43-1134

●鹿北支所 TEL32-2696
TEL48-5060

●鹿本支所 TEL46-2206
TEL36-3811

●やまが成年後見センター
TEL36-9211