

# ほほえみ

発行：社会福祉法人  
東御市社会福祉協議会  
〒389-0502 東御市鞍掛197  
☎0268-62-4455 (代表)  
http://www.tomisyakyo.or.jp  
印刷：グリーン美術出版

～人とひとが福祉でつながるまちづくり～

## ボランティアセンター研修会

～安心してボランティア活動を行うために～



「ボランティア」と言っても活動の内容は様々です。広く地域のためになる活動から、シニア世代・障がいのある人・子ども達に対する活動などなど…。社会福祉協議会では、ボランティアの皆さんが安心して活動できる環境づくりを進めています。(研修会の様子は6pに掲載)

### 🔑 内容 🌸

- ★赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました。
- ★地域の福祉運営委員会活動をご存知ですか？
- ★月間スナップ ★生活を支えるボランティア活動

### 🔑 特集 🌸

- ★なんでも相談会&カフェを写真で振り返ります



社協の Facebook  
フォローお願いします♪

🔍 検索 東御市社協 Facebook



# 令和7年 福祉運営委員長の皆さんです

支部（区）の福祉運営委員会は、日々の暮らしの中でおきている福祉問題を、住民が主体となって改善や解決に当たる組織です。今年も福祉運営委員長が中心になって活動します。福祉運営委員活動にご理解とご協力をお願いします。

※名簿は令和7年2月現在のものです。4月に切り替わる支部（区）もありますのでご了承ください。（敬称略）

地区名	区名	委員長名	地区名	区名	委員長名	地区名	区名	委員長名
田中	加 沢	山浦貴要子	祢津	西 宮	矢嶋 美咲	北御牧	上 八 重 原	金井あや子
	常 田	小田中玲子		姫 子 沢	荻原 澄子		田 楽 平	兒玉 敏郎
	田 中	柳澤 智子		湯 の 丸	楢原 聡		中 八 重 原	関 宰男
	県	安達 峰伸		滝 の 沢	齋藤 茂彦		下 八 重 原	依田 悦美
	本 海 野	柳澤 恵子		祢 津 南	五十嵐 圭		芸 術 む ら	清原 雅浩
	西 海 野	矢野 正義		伊 勢 原	村上 愛		白 樺	町田 雅明
	白 鳥 台	小池 博敏		奈 良 原	桜井 緑		切 久 保	吉池 直美
	城 ノ 前	平沢 宏		鞍掛自治区	粟津 保子		八 反 田	渡邊 守幸
滋野	赤 岩	清水 修		リードリーくらげ	花里 浩之		本 下 之 城	田中 健一
	片 羽	土屋 親功		和	東 上 田		大塚 君和	田 之 尻
	桜 井	土屋富美枝	田 沢		武舎 初江		宮	渡邊 次男
	大 石	別府 潤一	大 川		高藤 史子		畔 田	小林 芳訓
	中 屋 敷	山浦 康丈	栗 林		花井 梨央		御 牧 原 南 部	小林 敏一
	別 府	相良 京子	海 善 寺		山岸 進		御 牧 原 北 部	唐沢 伸重
	原 口	上原みよし	曾 根		松井 まみ		布 下	木島 啓
	聖	若林 敏明	東 深 井		深井 幸人		常 満	白石 高一
	乙 女 平	内山 裕之	西 深 井		戸田みゆき	島 川 原	中堀 雅夫	
	王 子 平	木内佳代子	西 入		竹花 晴夫	大 日 向	荻原 輝久	
祢津	新 張	小林 民子	東 入		城田 浩子	光 ケ 丘	越 俊六	
	出 場	深谷 知美	日 向 が 丘	竜野 豊	羽 毛 山	西入 悦雄		
	金 井	島田 学	海 善 寺 北	黒木賢治郎	牧 ケ 原	田中 なお		
	新 屋	清水亜紀子	寺 坂	山崎 雄亮				
	東 町	後藤 知子	陸	柳沢 親男				

## ～地域のアンテナ役～ 福祉運営委員とは??

福祉運営委員は地域で悩みごとや困りごとを抱えている人に対して、見守り活動や声かけ等を通して早期に発見し、区や民生児童委員、行政や社協へ情報をつなげる「地域のアンテナ役」です。

また、いきいきサロン等を運営することで、地域の交流・コミュニケーションの場を提供しています。

## まずは、地域の福祉運営委員会の活動を知ることから始めましょう!

お困りごとは何でもご相談下さい!



## 福祉運営委員さんの Check!! 日々の活動を確認しましょう!

- 見守り・声掛け**  
郵便たまってないかな??  
カーテン開いているかな??  
困りごと抱える人いないかな??
- 情報提供・情報共有**  
福祉の情報、必要な人に届いてる??  
地域の困りごと、他の人も知ってる??
- いきいきサロンの企画運営**  
近所の抛り所、いきいきサロンの開催!!



# 赤い羽根共同募金運動 への ご協力ありがとうございました

令和6年度  
実績のご報告

お寄せいただきました募金は、社会福祉法人長野県共同募金会を通じて、約70%が東御市の地域福祉活動に、残りの約30%が長野県の広域的な福祉活動に活用されます。

募金総額は、**5,213,845 円** となりました。内訳は、以下のとおりです。

※順不同・敬称略

戸別募金：4,687,826 円 (4,986 件)

街頭募金：143,278 円 (15 回)



今年度も、様々な場面で多くの皆さまにご協力をいただきました。「ご苦労様」そんなお声がけもたくさんいただき、心から感謝申し上げます。これからも、地域に根差した「地域のための募金」を念頭に、活動を行ってまいります。どうぞ、よろしくお願いいたします。

法人募金：95,000 円 (16 法人)

(有)信州ファーム荻原	ファシリティ・マネジメント・サービス(株)
(株)ハルディン	(有)関自動車整備工場
(有)森澤建業	農事組合法人北御牧村味の研究会
(株)鳴沢工務店	(有)エヌケイプランニング
(株)八光建設	(株)西入不動産鑑定士事務所
竹内工業(株)	(株)エイチ・エス
(有)渡辺鉄工所	(有)千曲化成
水科設備(有)	(株)竹花組

学校募金：28,614 円 (6 校)

田中小学校	柵津小学校
和小学校	北御牧小学校
東部中学校	北御牧中学校

職域募金：52,304 円 (3 団体)

東御市役所	JA 信州うえだ東御支所
東御市社協	

イベント募金：51,788 円 (3 件)

その他：155,035 円

令和6年度にご協力いただいた募金は、赤い羽根の「計画募金」の仕組みに基づいて、地域の福祉活動に活用されます。



社会福祉法人 長野県共同募金会  
東御市共同募金委員会

〒389-0502 東御市鞍掛 197 東御市社会福祉協議会内 ☎ 62-4455

ありがとう!

# 田中区いきいきサロン クリスマスの衣装で“ステキ”な演奏

12月15日に、田中公民館でクリスマス会が開催されました。主催者の皆さんがクリスマスの衣装で出迎え、80人が参加しました。今回は、小諸高校音楽科を卒業した長野県出身のプロ音楽家を3人招いて、素敵な演奏がありました。ピアノ、ユーフォニアム、トランペット、知っている楽器や珍しい楽器を見て興味津々。演奏はとても迫力があり、皆さんは手拍子をしながらか喜んでいました。



## 「パラ小学祭inとうみ」に170人が参加しました パラ五輪銀メダリスト上原大祐さんと企画

東御市社会福祉協議会など、市内のスポーツ・福祉でつくる「みんなの健康×スポーツ」実行委員会は1月14日、パラスポーツの小学校・クラス対抗戦「パラ小学校祭inとうみ」を東御中央公園第1、第2体育館で開催しました。

この日は、パラスポーツ体験授業を行った市内5小学校の5、6年生（7クラス）全170人が参加し、「車いすポートボール」「ボッチャ」「車いすリレー」の対抗戦を行いました。ボッチャは児童が考えた、わかりやすいルールで行い、温かいムードで試合が進みました。

また、ポートボール会場では、スペシャルサポーターを務めた上原大祐さん（元パラアイスホッケー選手・銀メダリスト）の大きく元気な掛け声を受けながら、児童が熱戦を繰り広げました。最後は車いすリレーを行い、笑顔でスポーツ交流を終了し「楽しかった」と話していました。



# まいさぽ便り 「まいさぽ東御」は、生活や就労に困難を抱えている人の総合相談窓口です 年末みにふえす & まちかどなんでも相談会を開催しました!



本事業には赤い羽根共同募金の配分金が活用されています

主催：東御市社協  
共催：東御市

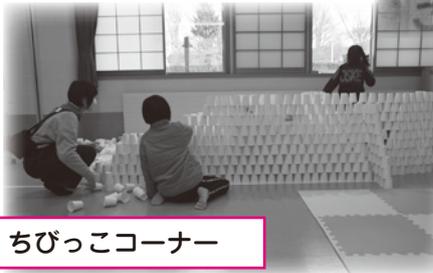
令和6年12月21日、総合福祉センターふれあいとうみにて、何でも相談会&カフェを開催しました。ちょっとしたお悩みや疑問など、なんでも相談コーナーや専門家による法律相談コーナーを開設。また、子どもや大人も楽しめる演奏家による生演奏や無料のカフェコーナー、キッズコーナーなどを設け、様々な世代の人がゆっくりと楽しみました。



約 180 人が会場にお越しくださいました



カフェ、綿あめコーナーも大盛況!



紙コップアート、ちびっこコーナー



楽しいクリスマスソングで和やかに♪



手作りのふるまい鍋とおにぎりも好評でした



ワークショップ・お話しコーナー



お米・食料・日用品の配布コーナー



## 参加者の声

- 気になっていたことや心配だったことを相談できた
- リラックスして過ごせた
- 人と話をして、気が晴れて明るい気分になりました

ご協力をいただいたみなさま、ありがとうございました  
市民ボランティアの皆さん、くるmeここから、子ども食堂あがた、JA 信州うえだ東部地区事業部、とうみ男の遊び塾、東御市食生活改善推進協議会、とうみのだいどころ、東御ライオンズクラブ、はーべすとのか

相談無料  
秘密厳守

## 「生活就労支援センター まいさぽ東御」(東御市社会福祉協議会)

受付時間：平日 8:30 ~ 17:15 (24 時間受け付けている LINE 相談あり)  
電話：0268 - 75 - 0222 (直通)、メール：maisapo@tomisyakyo.or.jp  
住所：東御市鞍掛 197 東御市総合福祉センター 1 階

LINE相談



## 音訳ボランティア養成セミナー

視覚に障がいがある人に、「市報とうみ」や「社協報ほほえみ」を読み、CDに録音してお届けする音訳ボランティアの養成セミナーを、2月に全3回の日程で開催しました。セミナーには市内外から11人が参加し、活動への技術と関心を高めました。社会福祉協議会では、音訳ボランティアに関するお問い合わせを随時受け付けています。



## 月間スナップ

### ボランティアセンター研修会

2月11日にボランティアセンター研修会を開催し、社協登録ボランティア37人が参加しました。研修では、東御消防署の職員からボランティア活動中の『いざという時』のための救命講習を受けました。参加者からは「実技があり、とてもよい体験だった」といった感想が寄せられました。



### 男性の料理サロン

2月15日、総合福祉センターにおいて男性の料理サロンが開かれました。この日のメニューは太巻き寿司に厚揚げの射込み煮、茶わん蒸し。参加した男性13人は、グループに分かれて調理を進めました。この料理サロンは年に4回程度行われ、地域の男性が集まりコミュニケーションを取りつつ、料理を楽しむ集いの場です。



### 地区別地域福祉懇談会

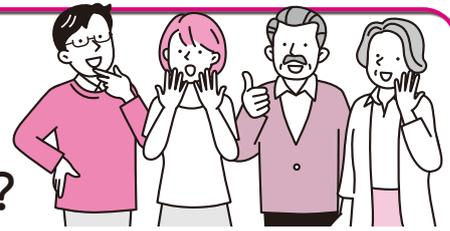
2月17日から、地域福祉懇談会が全5地区で開催されました。参加者は地域の福祉にかかわる役員等、各地区50人ほど。懇談会前半には社協や市から福祉に関する説明が行われ、後半は区ごとに分かれて、それぞれの区の福祉活動について相談・計画づくりを行いました。こうした福祉関係役員による計画づくりや話し合いが、区の福祉推進に活かされていきます。



# ボランティアセンターから版

～ お互い様の地域づくりを目指して～

## “高齢者の地域生活を支える サポーター”に登録しませんか？

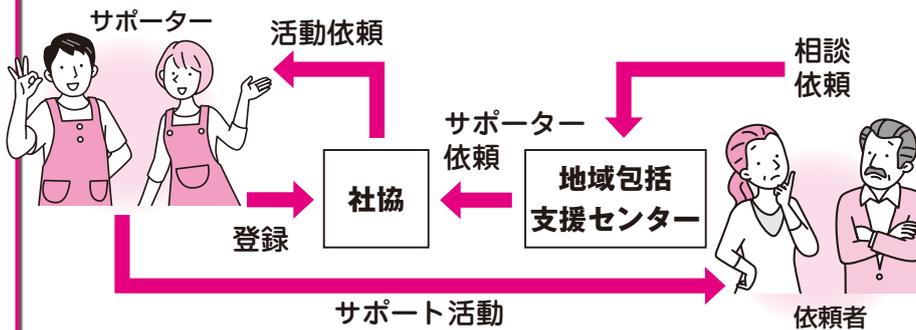


社会福祉協議会では、これまで個人ボランティアの登録制度を中心に、地域住民の些細な困りごとをお互い様の精神によって支えあうための仕組みを推進してきました。その個人ボランティアによる支えあいは継続しつつ、令和7年度からは、日常生活にサポートが必要（※一定の要件有）な高齢者を対象に、登録したサポーターがご自宅に出向き、生活を支える仕組みづくりを検討しています。つきましては「誰もが暮らしやすい東御づくり」を念頭に、事業へご参加いただけるサポーターを募集しています。

### サポートの内容は、困りごと・依頼によって様々です

- ・身の回りの困りごと（軽微な家事支援、草むしりや雪かき、電球の交換、ゴミ捨てほか）
- ・買い物支援 ・定期的な安否確認 などなど、相談により内容を決定します。

★活動したサポーターには、一定のお礼が支払われます。



### 「こんな仕組みがある 東御って、素敵だな…」

そう思っていただけた皆さま、まずはぜひ、説明だけでも聞いてみませんか♪  
→ 実際の活動の前には、一定の講座があるので、安心して活動に臨めます。

この事業は、今お困りの高齢者世帯を支えるためだけではなく、ひっ迫する介護需要を、地域全体でいかに支えていくかを考えるためのものです。多くの皆さんにご参加いただき、自分やその家族が困りごとを抱えた時に、遠慮なく“助けて”と言える東御市を目指していきましょう。



## 社協のミニサービスよりみなさまへ あったかいごだより

No.69



こたつに入りながら、頭の体操です。

下記の漢字を空欄に入れて、ことわざを完成させましょう。

「虎・虫・雀・猫・魚・馬・すっぽん・犬・蛇・鳥」

1. 鬼が出るか（ ）がでるか
2. 釣り落とした（ ）は大きい
3. （ ）の巻
4. 飼い（ ）に手をかまれる
5. 天高く（ ）肥ゆる秋
6. （ ）の額
7. （ ）の涙
8. 飛ぶ（ ）を落とす勢い
9. 月と（ ）
10. （ ）の居所が悪い

## 善意をありがとうございます

(令和6年12月、令和7年1月 受け付け分 順不同)

上小理容組合 様 …… 金8,500円、古タオル  
 斉藤 斎 様 …… 金110,000円  
 匿名 様 ……  
 …… 男性衣類、ガーゼマスク10個、商品券1,000円  
 匿名 様 …… マスク12箱  
 匿名 様 …… 商品券3,000円  
 東御ライオンズクラブ 様 …… 金50,000円  
 匿名 様 …… はんてん2枚  
 匿名 様 …… 金200,000円  
 (株)ヴィラテストワイナリー 様 …… 金100,000円  
 匿名 様 …… 金10,000円  
 匿名 様 …… 衣類6枚  
 匿名 様 …… 衣類6枚  
 東御市農村女性ネットワークとうみ 様 ……  
 …… 金17,325円  
 匿名 様 …… ポータブルトイレ1台  
 中澤 美穂 様 …… シャワーチェア1台、杖1本

## ウエスをありがとうございます

(令和6年12月、令和7年1月 受け付け分 順不同)

花づなの会 様

## 職員を募集します

東御市社会福祉協議会では次のとおり職員を募集します。

### ◆募集期間

3月10日(月) 必着  
 午前8時30分～午後5時15分(土日祝日を除く)

### ◆職種・人数

- ①介護支援専門員 2名(正規職員1名、臨時職員1名)
- ②事務局(一般事務、福祉相談等) 1名(臨時職員)

### ◆応募資格(下記の条件にあてはまる人)

- ①介護支援専門員、普通自動車運転免許
- ②普通自動車運転免許、福祉資格あればなお可

### ◆勤務条件

- ・勤務開始日 令和7年4月1日
- ・勤務日 月曜日～金曜日(土日祝日を除く)
- ・勤務時間 ①8時30分～17時15分  
②9時00分～17時00分
- ・給与 東御市社会福祉協議会職員給与規程による
- ・社会保険等 東御市社会福祉協議会の規定による社会保険・労働保険加入、有給休暇

### ◆申し込み

職員採用試験申込書に履歴書及び資格証明書(写し)を添付し、社会福祉協議会事務局に提出して下さい。(申込書は、社協事務局に用意してあります。また、ホームページからダウンロードすることもできます。)

### ◆採用試験

応募締め切り後に書類選考のうえ、面接等により採用を決定します。

### ◆応募先・問い合わせ先

詳細は事務局までお問い合わせ下さい。

東御市社会福祉協議会事務局

東御市鞍掛197 ☎(0268)62-4455

ホームページ <http://www.tomisyakyo.or.jp/>



▲上小理容組合様



▲東御ライオンズクラブ様

ゆめぽけっと(東御市 子ども第三の居場所)

へのご寄付をありがとうございます

(令和6年12月、令和7年1月 受け付け分 順不同)

匿名 様 …… 大根、長ネギ  
 匿名 様 …… さつまいも  
 匿名 様 …… りんご

「フードサポートとうみの縁<sup>えん</sup>」(食料支援事業)へのご寄付ありがとうございます

(令和6年12月、令和7年1月 受け付け分 順不同)

丸山和躬様 柴田寛子様 ファミリーマート和店様  
 ファミリーマート東部湯の丸店様 グローデイズ様  
 馬場音一商店様 みまき福祉会様 (株)相和様  
 信州うえだ農業協同組合東御支所様 森澤千代子様  
 東御ライオンズクラブ様 ほか 44人様

〈フードサポートとうみの縁(食料支援事業)の利用状況〉

利用された延人数	79人
お渡しした食品	合計 1,031個(403kg)
お渡ししたお米	合計 258kg



▲信州うえだ農業協同組合様



▲東御ライオンズクラブ様

## 編集後記

新春恒例「箱根駅伝」を楽しみました。101回目大会は21チームが出場。往路・復路(1区～10区)を2日間かけて走りました。青山学院大がタイム10時間41分19秒の大会新記録で2年連続、8度目の総合優勝を果たし、原晋監督が「学生たちに『ありがとう』と伝えたい」と語った言葉は心に残っています。感動をいただいた箱根駅伝には、私も伝えたいです。「ありがとう」と。

(重原 君江)