

東御市
社協報

ほほえみ

77号

平成29年7月16日発行

編集発行 社会福祉法人
東御市社会福祉協議会
長野県東御市鞍掛197
(総合福祉センター内)
TEL (0268) 62-4455
FAX (0268) 64-5695
<http://www.tomisyakyo.or.jp>
印刷 (有)グリーン美術出版

社協報「ほほえみ」の名称は明るく夢をもって笑顔で暮らせる地域の福祉づくりを進めていくことから名づけられました。

●理事会・評議員会ひらく

●社協会費のお願い、月刊スナップ

●平成28年度社協収支決算報告

●おらほのサロン（出場区・赤岩区）

●ボランティアセンターかわら版

「リオパラリンピック」の杉村選手と廣瀬選手も参加しました ▶



▶ 「パラリンピアン交流イベント」では「ボッチャ」を体験

「エンディングノート講座」
(伊勢原区) ▶



住民主役の
支え合いの
まちづくり



▶ 子どもフェスティバル
「日赤炊き出し体験」

▶ いきいきサロンのための
料理講習会



▶ 日赤奉仕団が「災害時の生活
支援講習会」ひらく

役員改選のお知らせ

6月22日の定時評議員会で理事・監事が選任され、6月23日の理事会で任期満了に伴う役員改選が行われ、いずれも再任されました。

理事・監事（任期：平成29年6月～平成31年6月）

	氏 名	区 名
会 長	小林 肇雄	海善寺北
副 会 長	原田 京子	本 海 野
常務理事・事務局長	塩崎 和男	東 上 田
理 事	依田 俊良	県
〃	直井 良一	大 日 向
〃	山浦 秀司	赤 岩
〃	中村 武人	新 屋
〃	柳澤 利幸	片 羽
〃	翠川 昌博	中八重原
〃	関 茂	大 石
〃	丸山 陽一	西 海 野
監事	北澤 昌雄	姫 子 沢
監事	長越 修一	田 中

評議員（任期：平成29年4月～平成33年6月）

選 出 分 野	氏 名	区 名
市 議 会 の 代 表	若林 幹雄	中 屋 敷
地 域 の 代 表	千歳 國昭	城 ノ 前
〃	白石 三郎	新 屋
〃	中村 隆興	田 沢
民生児童委員協議会の代表	依田 政一	県
〃	高藤 博	原 口
〃	白石 幸男	東 上 田
〃	押本 正美	御牧原北部
社会福祉事業の関係者	丸山 克壽	大 石
〃	唐澤 光章	中 屋 敷
〃	柳澤 智子	田 中
〃	中澤 實枝子	曾 根
〃	榛葉 智昭	加 沢
〃	関 直樹	上 田 市
〃	山崎 康一	田 中
〃	市川 栄一	桜 井
〃	小林 和利	城 ノ 前
〃	宮本 かつ美	田 中
〃	桜井 典夫	田 沢
教 育 関 係 者	富岡 茂樹	栗 林
〃	浅野 真澄	佐 久 市
行 政 関 係 者	吉澤 健二	八 反 田

あなたも地域の福祉活動を支えるサポーター！

『社協会員』にご加入をお願いします



会員の皆様からご協力いただいた会費が、地域の福祉活動を支えています。種類と金額は右の表の通りです。

会員の種類と金額		
普通会員 (個人・世帯) 1口 1,000円	賛助会員 (個人・世帯) 1口 2,000円	法人会員 (企業・団体・施設等) 1口 5,000円

支部活動への支援



おらほの地域福祉づくりで懇談中！

ボランティアの育成と支援



ただいまボランティア体験中！

広報啓発活動の推進



『ほほえみ』には福祉情報満載！

在宅福祉サービス

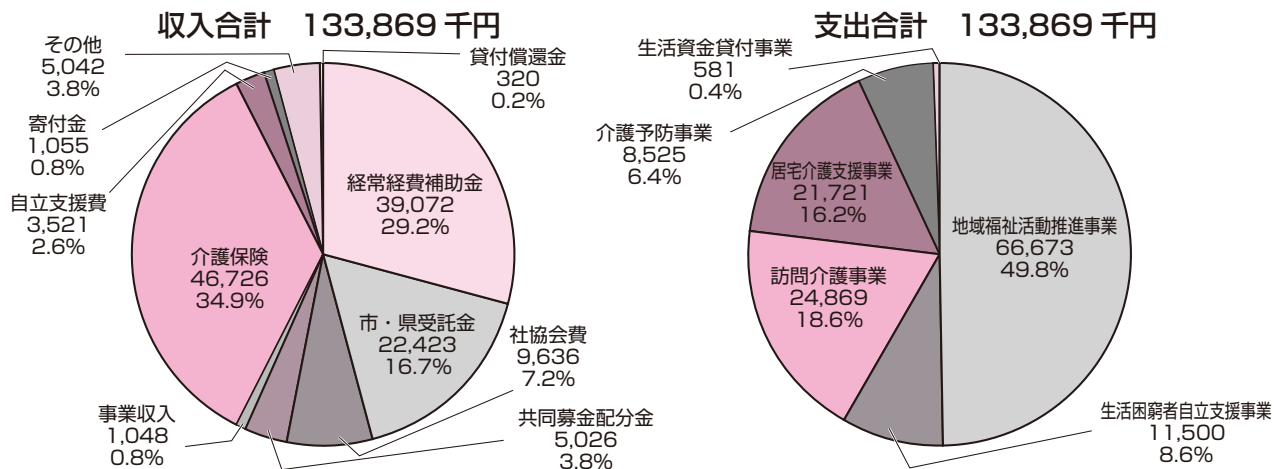


通院等で困った時に貸し出します！

平成 28 年度 社協事業・収支決算報告（概要）

6月2日の理事会、22日の定時評議員会で、平成28年度社会福祉協議会の事業報告と収支決算が審議され、原案どおり承認されました。

収入と支出の状況（単位：千円）



福祉の森
ふれあいフェスティバル



地域福祉懇談会

『おらほのサロン』

出場区 「ずくさち（幸）体操」で交流！

出場区は6月11日に高齢者と福祉運営委員の16人が公民館に集まり、いきいきサロンをしました。

フリー・インストラクター後藤知子さんの指導により「ずくさち（幸）体操」をしました。

普段使ったことのない筋肉を意識しながら、一通りのメニューを消化して最後はお茶会で楽しいひとときを過ごしました。



赤岩区 「ちゃぶ台輪投げ」を楽しむ

赤岩区は6月22日、公民館でいきいきサロンを開催しました。15人が参加しお茶のみをしながら、「ちゃぶ台輪投げ」と「スロットボール」を楽しみ、その後は全員で昼食を楽しみました。皆さんは「全部入ると思ったんだけどね。思ったようにいかないね」など、笑顔の中にも真剣な表情が見えるサロンとなりました。



まいさぼ便り



こんな相談がありました…

「雇用保険の受給手続きをしていない相談者」40代男性からです

40代男性は、離職し生活に困っていることから、まいさぼ東御に来所しました。相談者はハローワークに雇用保険の受給手続きをしていないことが判明しました。離職前に1年以上、雇用保険を支払っていた方です。すぐにハローワークに登録し手続きをするよう助言しました。その後、求職者給付が出て男性からは「安心しました」との声がありました。

☆離職後、求職者給付や就職後に再就職手当が給付される人がいます。経済的な不安を改善する一助になる場合があります。（一人ひとり、給付額や要件が変わるので、ご自身でハローワークに確認をお願いします）。

✳受付日時：月～金曜（祝日、年末年始を除く）午前9:00～午後5:00

✳場所：〒389-0502 東御市鞍掛197 東御市総合福祉センター内

東御市生活就労支援センター まいさぼ東御

✳電話：0268-75-0222

思い出づくりのボランティア

～ ボランティア、希望の旅からはじめませんか ～

希望の旅のボランティアとは、障がいや高齢により、旅行する機会が限られた方々の交流や生きがい作りを目的としたバスツアーなどのサポートボランティアです。

【なにをするの？】

主な活動は、旅行中の車いす介助や参加者との交流です。

【福祉の資格が必要なの？】

特に必要ありません。先輩ボランティアや社協の職員も同行しますので、初めてのボランティアでも安心して参加いただけます。

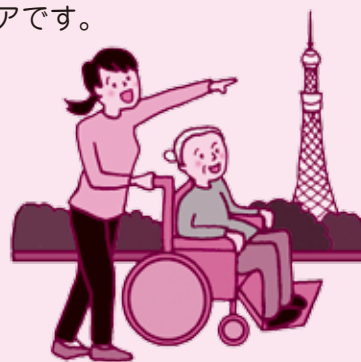
【秋の障がい者希望の旅の内容は？】

旅行日：9月2日（土）

行き先：群馬県方面 「富岡製糸場」 「高崎ビューホテル（昼食）」 「上里カンターレ」（予定）

募集人数：ボランティア8人程度（参加費：2,000円）

申し込み締切：8月18日（金）



車いす介助の様子 ▶



問い合わせ・申し込み先 東御市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455

月間スナッパ

5月24日、高齢者のひとり暮らし世帯で、外出の機会が限られた皆さんを対象とした会食会「おたっしやです会」を戸倉上山田温泉「ホテル圓山荘」で開催しました。今年は総勢68人が参加し、温泉や昼食で交流しました。会食会のゲストには、昨年に引き続き歌手の縣ひろ子さんを迎え、歌謡ショーを楽しみました。参加者からは「来年も参加したいです。それまで元気で!」といった声が聞かれました。

おたっしやです会



福祉運営委員長研修会

5月27日、福祉運営委員長研修会を開催し、49人が参加しました。今年は身体教育医学研究所から横井佳代指導員を招き「サロンで役立つレクリエーション講座」をテーマに研修をしました。この日はユニバーサルスポーツ「ボッチャ」の実践もありました。



福祉団体ゲートボール大会

6月5日、東御市ゲートボール場で福祉団体の交流を目的にゲートボール大会を開催しました。今年の大会は6団体から約100人が参加し交流を深めました。結果は以下のとおりです。
優勝：遺族会 A チーム、準優勝：保護司会チーム、三位：身障協 A チーム



楽しい思い出つくる会

6月21日、高齢者希望の旅を実施し、外出が困難な皆さんと介助者12人、ボランティア7人の計19人が参加しました。今年は松本・安曇野方面へ出かけ、午前中は松本市美術館を見学、昼食は大王わさび農場でわさび料理を楽しみ、午後には安曇野アートヒルズミュージアムを訪れました。参加者は「自分だけでは来られないところを見学できて面白かった。ボランティアさんにも感謝します」と話していました。



災害時の生活支援講習会

東御市の日赤奉仕団は6月26日、健康生活講習会を市総合福祉センターの高齢者センター大広間で開催。同奉仕団分団長・副分団長約70人が参加し、災害が起こった時の高齢者への生活支援方法を学びました。「ふろしき」を使って物を入れる「リックサック」を作る講習＝写真＝では「とても便利」と話し、「毛布」を利用して「ガウン」にする内容では、「寒さをしのげる」と話していました。



ボランティアセンターかわら版

「自然を楽しむ会」を開催!!

5月29日、東御市ボランティア連絡協議会が主催で地域のボランティアと障がいのある皆さんの交流会「自然を楽しむ会」を開催しました。総勢69人は、坂城町の「びんぐし湯さん館」周辺で交流を深めました。午前中は、ボランティアが歌や踊りを発表したり、ビンゴゲームを楽しみました。昼食交流会をはさみ午後には、それぞれ温泉、バラ園、ゲートボールに分かれ交流を深めました。

参加者からは「ボランティアさんや障がいをお持ちの方と交流ができて、とてもよかった。ぜひ続けて参加していきたいです」との声が聞かれました。



▲歌と手話ダンスで交流



▲フォークダンスで交流



▲バラ園見学

小中学校の“福祉への取り組み”はじまる!

▶中学生の「車いす体験」



今年度は、6月22日の北御牧小学校でのツインバスケット（車いすバスケット）、東部中学校でのらぶりーとうみを皮切りに、各小中学校での福祉体験学習が始まりました。この体験は、地域の学校と社会福祉協議会が協力して行うもので、児童・生徒に福祉をより身近に感じてもらい、自分なりに考える機会を提供することを目的としています。この体験には、多くのボランティアも協力しています。児童・生徒により多くの“福祉の発見”をしてもらえるよう、社協とボランティアはお手伝いをしていきます。

▶小学生の「車いすバスケット」



▶小学生の「高齢者疑似体験」



サマーチャレンジボランティア

～ ユニバーサルスポーツ「ボッチャ」を体験しよう!! ～

今回のサマチャレでは、障がいをお持ちの皆さんと一緒に「五平餅づくり」や、ユニバーサルスポーツ「ボッチャ」を通して交流します。

障がいのある・なしに関係なく、みんなで楽しい夏の思い出を作りましょう!

日時 平成29年8月11日(金) 午前10時30分から午後3時30分

場所 総合福祉センター1階ボランティアルーム・3階講堂

募集人数 小学生～ 15人

参加費 300円

締め切り 7月18日(火)

事前説明会 7月29日(土) 午前10時から

総合福祉センター1階 ボランティアルーム

申込み先 東御市社会福祉協議会(総合福祉センター内)

地域福祉係 TEL: 62-4455 / FAX: 64-5695

小学生から大人まで大歓迎!



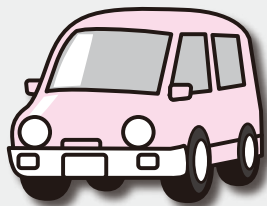
みんな違ってみんないいコンサート

5月20日、総合福祉センター講堂で東御市民間介護事業所連絡協議会の主催により「みんな違ってみんないいコンサート」が開催されました。子どもから高齢者、障がい者までみんなで腹話術ショーや手話ダンス・歌に踊りを楽しみました。



地域の“移動”を支えるボランティアとは?

～ 地域に暮らすみんなが支え合い、自分らしく暮らせる社会を実現するために ～

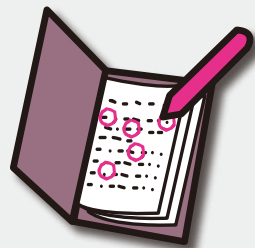


移動のボランティアって?

東御市社協では、視覚障がいなどの理由から日ごろの移動手段の確保が難しい皆さんに、ボランティアさんのご協力をいただき福祉移送を行っています。この福祉移送ボランティアは、地域に暮らすみなさんが、当たり前の生活をみんなで支えあって実現していくための取り組みです。

何をすればいいの?

福祉車両を運転・操作して、利用者の皆さんを目的地まで送迎していただきます。車は全てオートマ軽自動車になりますので、安心して運転いただけます。



いつ活動すればいいの?

決まった活動日はありません。利用者さんから社協に依頼があった場合、社協からボランティアさんへ協力依頼を行います。ボランティアさんは、都合の合うときにご協力をいただきます。※決まった活動日がないため、都合の合う日・時間でボランティアを行っていただけます。



ボランティアをはじめる上での不安や相談、活動スタイルなど、ぜひ、社会福祉協議会までご相談ください!

東御市社会福祉協議会
0268-62-4455

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.23



「夏のお風呂、シャワーだけ」
で、済ませていませんか？

実は、暑い夏こそ湯船に浸かりましょう。人間の体は、体温が下がり始めるタイミング

で、入眠しやすくなります。寝る前の2時間くらい前の入浴で体温を上げ、徐々に下がって来る頃合いを見て、布団に入りましょう。36～38度位の温めのお湯にのんびり20分位浸かりましょう。また暑い夏、冷房により汗をかく機会が減り、自律神経も乱れて来ます。汗をかきにくく、老廃物が溜まりやすくなります。体にも美容にも効果がある入浴を上手に利用しましょう。



東御市結婚相談所

～「出会いから結婚へ」結婚相談員が応援します！～

東御市社会福祉協議会では、結婚相談所を開設し、結婚相談員が相談に応じています。

♥場 所：東御市中央公民館1階 学習室1

♥開設日：毎週日曜日 午前9時から正午
(休館日等あり)

♥問い合わせ先：東御市社会福祉協議会

☎62-4455 FAX：64-5695

※登録を希望する方は顔写真と
印鑑をお持ちください。

※登録には直接ご本人がお越し
ください。

詳しくは社会福祉協議会まで
お問い合わせください。



＋日赤活動資金にご協力 ありがとうございました

5月の赤十字運動期間中に、皆様からご協力いただきました日赤活動資金は、**4,174,120**円でした。このお金は国内外の災害救護や支援活動等、様々な赤十字活動に使われます。

善意をありがとうございます

(5月、6月受け付け分)

佐藤 勇 様 …… 介護用品
匿 名 様 …… シャワーチェア
匿 名 様 …… 899円

ウエスをありがとうございます

(5月、6月受け付け分)

匿 名 様 (滋野)
匿 名 様 (和)
あがたボランティア 様
堀口 敏子 様
匿 名 様 (和)



男性の料理サロン

～らくちん・しあわせごはん～

	日程	内容	場所
第1回	8月19日 (土)	マーボー丼・手羽先餃子 はるさめのサラダ	東御市総合福祉 センター2階 保健センター 調理室
第2回	10月14日 (土)	さんまのかば焼き きのこの炊き込みご飯 米粉のポテト餅・なめこ のお味噌汁	中央公民館 調理室
第3回	12月9日 (土)	手打ちそば・天ぷら 野菜たっぷりそばクレー プ	東御市総合福祉 センター2階 保健センター 調理室
第4回	平成30年 2月10日 (土)	フライパンで作るピザ みそ風味煮豚 スープ・デザート	

🍳 時 間：午前9時30分～午後1時00分

🍳 対 象 者：市内在住の男性12人程度

🍳 参 加 費：1回500円

🍳 持 ち 物：エプロン・三角巾

🍳 申込締切：8月4日(金)まで

🍳 申し込み：下記へお申し込みください。定員になり次第締切になります。

[申し込み・問い合わせ]

社会福祉協議会 地域福祉係

☎62-4455



●編集後記

だいが夏らしい陽気になってきました。夏といえばお祭りの季節ですね。雷電祭りが8月5日(土)にありますが、今年は雷電生誕250年ということで市役所前の雷電像も化粧まわしをつけています。いつもとは違った雷電像を見に行かれてもいいかもしれませんね。(原澤 寛和)