

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街づくり～



桜井区いきいきサロン

長野大学生が「玉入れゲーム」で交流

写真は中央に“カサ”を広げて新聞紙で作った“ボール”を投げ入れて遊んだ「ゲーム」の様子です。和気あいあいと楽しく笑い声が響きわたりました。

🔑 内 容 🌸

- ★理事会・評議員会 平成 30 年度収支決算報告
- ★社協会費のお願い 地域福祉活動計画の概要
- ★まいさぼだより おらほのサロン

🔑 特 集 🌸

- ★桜井区いきいきサロン× 長野大学生
- ★ひまわりの丘「アルミ缶の収集・寄付」



理事会・評議員会ひらく

6月21日に市総合福祉センターで第42回定時評議員会が開かれ理事・監事が選任され、6月21日の理事会で任期満了に伴う役員改選が行われました。

理事・監事の皆さん（敬称略）

	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	山口 正彦	新 張
理 事	横山 好範	東 上 田
〃	長岡 二男	乙 女 平
〃	中 村 至	東 深 井
〃	中村 武人	新 屋
〃	吉澤 健二	八 反 田
〃	翠川 昌博	中八重原
〃	関 茂	大 石
〃	堀川 竹子	西 海 野
監 事	北澤 昌雄	姫 子 沢
〃	佐藤 千枝	大 石

※なお任期は令和3年6月までです



地域福祉懇談会

評議員の皆さん（敬称略）

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	永井 盛夫	城ノ前
〃	峯村 文博	湯の丸
〃	中堀 雅夫	島川原
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 克寿	大 石
〃	唐澤 光章	中 屋 敷
〃	柳澤 智子	田 中
〃	阿部貴代枝	別 府
〃	高橋きよ江	赤 岩
〃	茅野 隆徳	上 田 市
〃	関 清英	中八重原
〃	小林 和利	城ノ前
〃	関 まゆみ	中八重原
〃	依田 達哉	東 上 田
教 育 関 係 者	富岡 茂樹	栗 林
〃	吉澤 基	上 田 市
行 政 関 係 者	小林 秀行	畔 田

※なお任期は令和3年6月までです



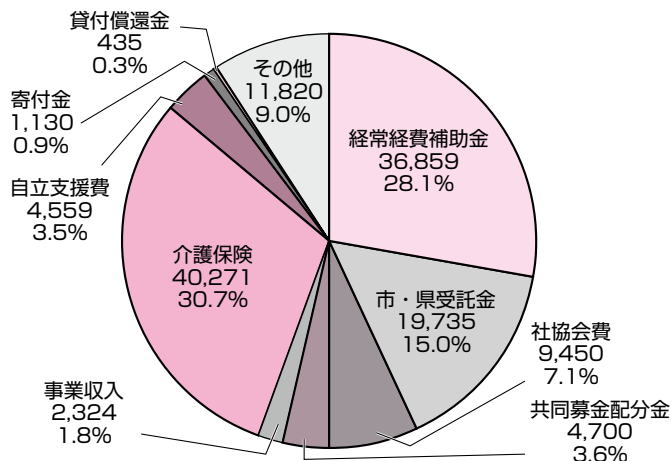
福祉の森
ふれあいフェスティバル

平成30年度 社協事業・収支決算報告（概要）

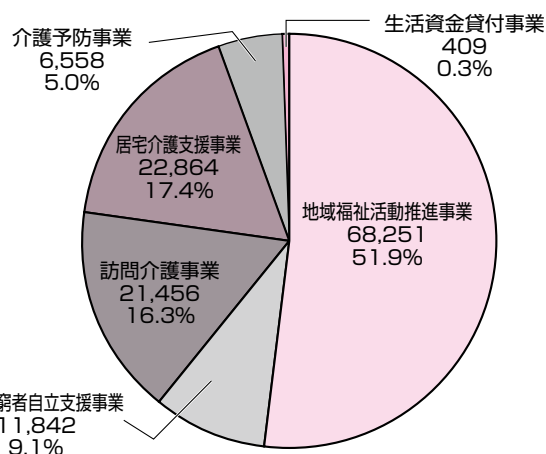
6月7日の理事会、21日の定時評議員会で、平成30年度社会福祉協議会の事業報告と収支決算が審議され、原案どおり承認されました。

収入と支出の状況（単位：千円）

収入合計 131,380 千円



支出合計 131,380 千円



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。会員の種類と金額は右の通りです。ご協力をお願いいたします。

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

福祉車両貸し出し事業

ー他にも、用具もお貸ししますー



いきいきサロン活動

ー地域のコミュニティづくりを応援します！ー



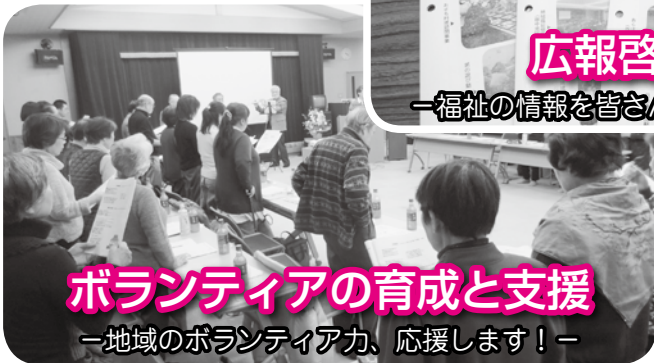
広報啓発活動

ー福祉の情報を皆さんへお届けします！ー



ボランティアの育成と支援

ー地域のボランティア力、応援します！ー



福祉体験学習

ー次世代を担う子供たちを応援します！ー



第4期「地域福祉活動計画」が策定されました

“人とひとが福祉でつながるまちづくり”

～住民一人ひとりが尊重され、誰もが幸せを感じられる地域へ～

地域福祉活動計画は、社会福祉協議会が地域の皆さんや行政、福祉関係者と共に、これからの地域福祉について考え、活動していくための5カ年計画です。下記のポイントを軸に、より暮らしやすい東御市の実現を目指し、地域の皆さんと共に活動してまいります。

地域福祉活動推進のための6つのポイント

- (1) おらほの地域福祉づくり事業を軸とした地域づくりの継続
- (2) 地域の潜在的なニーズの把握と解決に向けた取り組み
- (3) 地域住民の交通手段を支える仕組みづくり
- (4) 新たな支えあい体制の構築と担い手の育成
- (5) まいさぼ東御を軸とした生活困窮者支援・権利擁護の推進
- (6) 包括的な総合相談支援体制の整備



東御市社協は「地域福祉の推進に全力投球」します！！

★ 計画の詳しい内容は社会福祉協議会のホームページに掲載しております。

福祉運営委員長研修会

5月18日、各区の福祉運営委員長を対象に福祉運営委員長研修会を開催しました。今回は身体教育医学研究所の横井佳代氏を講師に招き、「簡単に身体も心もほぐれるストレッチ体操」をテーマに、地域のサロンで活用できる“骨ストレッチ体操”に取り組みました。横井さんは「簡単な動きだが継続することが大切」と話し、参加者は「来た時より身体が軽くなった。地域に帰ってもぜひ皆に取り組んでもらいたい」と話していました。



▲「骨ストレッチ体操」に取り組む参加者

福祉団体交流会（ボッチャ）

6月3日、福祉団体交流会が開催されました。この交流会は、スポーツを通して東御市内の福祉団体の交流を深めることを目的に、毎年開催されています。昨年度から競技を「ボッチャ」に変更し、多くの会員が交流を行っています。今年も6団体から24チーム、約100人が大会に参加し、熱戦を繰り広げました。競技終了後には昼食会も行い、団体間の交流を深めました。



▲「ボッチャ」競技の指導を受けながら熱戦を繰り広げました

月間スナップ

高齢者希望の旅

5月29日、寝たきりなどで日頃の外出機会が十分ではない皆さんやその家族を対象に「高齢者希望の旅～いい旅ときめき隊～」を開催しました。今年は参加者・ボランティア総勢18人で諏訪湖周辺へ出かけました。はじめに「オルゴール記念館すわのね」を見学〔写真上〕し、近隣で昼食をとった後、諏訪湖の遊覧船に乗船しました。参加者は「なかなか旅行に出かけられないので、毎年楽しみだ」と話していました。



おたっしゃです会

6月27日、千曲市上山田温泉でひとり暮らし高齢者の会食会「おたっしゃです会」が開催されました。この会食会は、一人暮らしで外出する機会が十分ではない方を対象に、外出・交流の機会を提供するために毎年開催しているものです。参加者は温泉や食事、また縣ひろ子さんの歌謡ショー、そして参加者同士のお話などを楽しみました。



▲縣ひろ子さんの手を取り楽しむ参加者

まいさぽだより

「まいさぽ東御」は生活や就労に困難を抱えている方の総合相談窓口です。



こんな悩み抱えていませんか？

- ◆しばらくぶりに地域社会で活動や仕事をする
- ◆いままで、働いた経験がない
- ◆どんな仕事についたら良いか
- ◆東御市や身近な地域で活動したり働いたりしたい

あなたに合うやり方を考えます。出来ることから始めてみませんか？

いろいろなやり方

- ①活動・働く場所をしてみる
- ②体験をしてみる
- ③プチバイトをして就職支援の応援金をもらう
- ④無理なく自分のペースに合わせて働く訓練をする

「協力事業所」パンフレットがあります

- ①～④ができる、地域の事業所（15カ所）を写真つきでご案内しています。どんな方がマッチングするか、体験できる場所・仕事内容等を紹介。
- 東御市社協ホームページから、ダウンロードできます。協力事業所は随時募集しています。



どなたのご相談もお受けします。

東御市生活就労支援センター まいさぽ東御

受付日時 月～金曜日（祝日及び年末年始を除く）午前9時～午後5時

場 所 〒389-0502 東御市鞍掛197 総合福祉センター内 東御市社会福祉協議会

電 話 0268-75-0222（直通） メール maisapo@tomisyakyo.or.jp



こんなサロン
あんなサロン

おらほのサロン

各区のサロン紹介



西海野区 ボッチャ体験で交流

6月22日（土）西海野区でいきいきサロンが開催され、約20人が参加しました。今回のサロンのテーマはボッチャ。社会福祉協議会の出前講座「ボッチャ体験」を活用しました。参加者は経験者・未経験者それぞれでしたが、馴染みやすいルールもあり、すぐに熱戦が繰り広げられました。参加者は「簡単だったけど盛り上がった。久しぶりにいい汗をかきました」と話していました。



▲的のまわりにボールが集まる接戦でした。

白鳥台区「ロコモと骨粗鬆症」を学ぶ

7月4日、白鳥台区のいきいきサロンが開催され、約30人が参加しました。今回は春原整形外科クリニックの春原久幸院長を講師に、「ロコモと骨粗鬆症」をテーマに講演を実施。要介護状態の予防には、頭と身体への刺激が大切だとの話があり、実際に身体を動かしながら学びを深めました。また、講演の後には社協が開催した「サロンのための料理講習会」で作り方を学び、実践した「抹茶ミルク寒天」を全員で味わいました。



▲春原院長の話に熱心に耳を傾ける参加者

障がい者生活介護施設

ひまわりの丘「アルミ缶の収集・寄付」

ご寄付を
いただきました

6月7日、布下の特定非営利活動法人ひまわりの丘が運営する障がい者生活介護施設「ひまわりの丘」より、アルミ缶102袋（計290kg・2万円相当）を社会福祉協議会にご寄付いただきました。このアルミ缶は、利用者が施設のカリキュラムの一環である「アルミ缶潰し」として行っており、寄付は今年で4年目となります。



▲利用者さん手づくりの目録

社協・小林峯雄会長より（抜粋）

毎年のご協力、心から感謝しております。カリキュラムの一環として、数ある取り組みで忙しい中の作業かと思えます。積みあがったアルミ缶の袋は利用者さんやその家族、施設職員の皆さんの努力のたまものと感じております。このお気持ちを東御市の福祉に必ず還元してまいります。この度は、本当にありがとうございました。

ひまわりの丘・寺尾勝幸理事長より（抜粋）

施設では様々な取り組みを行っています。その一つとして“アルミ缶つぶし”を続けてきました。利用者やそのご家族、地域住民の皆さんにご協力いただき、今年は102袋を集めることができました。東御市のために役立てていただきたいと思います。今年度も寄付をさせていただきます。

これまでのご寄付に感謝… 今年でご寄付4年目、4年間で415袋（7万7,000円）

赤十字健康生活支援講習会

6月17日（月）総合福祉センターで赤十字奉仕団の団長・副団長を対象に赤十字生活支援講習会が開催され、約70人が参加しました。川西赤十字病院の滝澤春香さんと牧野綾子さんを講師に迎え災害時における生活支援講習を行いました。講習では体を拭くホットタオルやタオルケットでガウンを作ったり、避難所等で清潔を保つ対応を学びました。



東御市社協ミニデイサービス（市委託事業）

～季節を感じられる取り組みを実施しています！～



▲湯の丸散策の様子



▲バラ見学の様子

社協が市委託事業として実施するミニデイサービスで、サンテラスホールのバラ見学及び、湯の丸高原のつつじ見学を実施しました。これは、季節を感じられる取り組みの一環で、利用者からは「自分ではなかなか見に行かれないので綺麗な花を見させてもらって嬉しい」と好評です。

ミニデイサービスでは、介護予防が必要な高齢者を対象として、閉じこもり、認知症予防等を目的とした活動（体操・趣味・昼食・入浴等）を実施しています。利用のご相談は市地域包括支援センター（☎64-5000）までご連絡ください。

ボランティアセンターから版

～障がい者のある人とボランティアの交流イベント～

「自然を楽しむ会」を開催しました。

5月21日、休暇村婦恋鹿沢において、自然を楽しむ会が開催され、60人が参加しました。この活動は、障がい者とボランティアの交流を目的として、ボランティア連絡協議会が主催しているものです。はじめに参加グループの紹介やレクリエーション等で交流を深め、ビンゴ大会や昼食、午後の散策時間でも和気あいあいとした時間を過ごしました。



地域のサロンで
参加者と大学生が交流

桜井区いきいきサロン × 長野大学生

6月9日、桜井区で開かれたいきいきサロン、約30人の参加者。いつもと違ったのは、若者9人が参加していたこと…。この若者たちが一体どこの誰かという、長野大学社会福祉学部で「社会福祉士」の試験を受けるために学習しているクラスのメンバーだという。今回の試みは社会福祉協議会と長野大学、桜井区が協議して実現した。10時から始まったサロンは学生の参加もあり、終始和気あいあい。学生の進行によるレクリエーションを楽しんだ後、お茶会で交流しました。



直前ミーティングで最終チェック



皆さん、
はじめまして!!

参加した9人の学生、まずは自己紹介



都道府県クイズ

さて、この都道府県
どこでしょうか～?!



玉入れゲーム

皆さん頑張ってー!



茶話会

若いもん、
どんどん食べなあ

区のサロンに多くの学生が参加したのは初めてでした。普段の話を聞いたりするサロンとは雰囲気も違い、参加した皆さんも積極的に身体を動かし、コミュニケーションをとっている様子でした。学生は雰囲気作りがとても上手で、最後の茶話会まで和気あいあいとした時間が続き、学生の力を実感しました。



桜井区
福祉運営委員長
中島 厚志 さん



学生リーダー
北澤 くるみ さん
(社会福祉学部3年)

地域のサロンには初めて参加しました。雰囲気などがわからず戸惑いましたが、委員長さんと打ち合わせしながら準備できたので色々工夫することもできました。

実際に参加してみると、参加者の皆さんが多く声を掛けて下さり、嬉しかったです。ぜひ、また参加してお手伝いできればと思います。

社協のミニデイサービスよりみなさまへ あったかいごだより No.35

夏の暑さが本格的になります。強い日差しとともに気温が一気に上がるため、体調を崩しやすくなります。暑さ対策には気をつけていきたいですね。

私達、ミニデイでは、観葉植物の効果を期待して、緑を部屋に置いています。

緑を見ることで、呼吸が落ち着き、緊張をほぐし、目の疲れを癒し、リラックス効果が得られると言われていきます。なかなか日中は暑くて外に出られません。室内に緑を置いてみては、いかがですか？



介護臨時職員募集

東御市社協では、下記のとおり介護臨時職員を募集します。

- ☆職種・人数 訪問介護員（ホームヘルパー） 若干名
- ☆募集期間 令和元年8月30日（金）まで
- ☆応募資格 ホームヘルパー2級以上
介護職員初任者研修修了者
- ☆勤務条件 パート 勤務時間：働ける時間で
（週30H以内）
社会保険等：労災加入、有給有
- ☆選考試験日 期日：後日指定（面接）
場所：東御市総合福祉センター
- ☆申し込み 職員採用試験申込書・履歴書（指定用紙）
（社協ホームページからダウンロードするか、
社協事務局に用意してあります）
資格証明書（写）
- ☆問い合わせ・申し込み先
社会福祉法人東御市社会福祉協議会事務局
東御市鞍掛197
TEL (0268) 62-4455

＋日赤活動資金へのご協力 ありがとうございました

今年度、皆さまからご協力いただきました活動資金は
4,109,908 円でした。この資金は、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）

特定非営利活動法人 ひまわりの丘 様
……… 空き缶102袋（2万円相当）
匿名様 …… オムツ・パット（未開封）
匿名様 …… 金1,000円
匿名様
……そば、菓子、飲料（子どもの居場所づくり事業用）
小林 良子 様
……… 車いす、シャワーチェア、肌着（未開封）

ウエスをありがとうございます

（5月、6月受け付け分）

花づなの会 様
匿名様（田沢）
堀口 敏子 様
あがたボランティア 様



福祉移送ボランティアを募集します

～誰もが当たり前前に移動できる地域を目指します～

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、福祉移送ボランティアを行っています。この福祉移送ボランティアは、地域に暮らすみなさんが、当たり前前の生活をみんなで支えあって実現していくための事業です。

〔活動内容〕

福祉車両を運転・操作して、対象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なので、安心して運転いただけます。

〔活動日〕

決まった活動日はありません。利用者からの依頼をもとに、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、都合の合う時にご協力をいただきます。※決まった活動日がないため、ご都合範囲内で無理なくボランティアを行っていただけます。

お問い合わせ先

東御市社会福祉協議会 地域福祉係
☎ 0268-62-4455



●編集後記

自然に恵まれた信州には、四季折々「季節の花」が咲き競い素敵な景観が楽しめます。私も6月には湯の丸高原の「レンゲツツジ」を見に行ってきました。牛もおり、自然を満喫。そして、7月初旬には信州国際音楽村の「ラベンダー」を楽しみ、摘んだ花の香りは「心」も「体」も癒してくれました。ストレス解消に「自然散策」は貴重なひとときとなっています。（重原君江）