

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～



「希望と元気」届ける花火

空を見上げて前向きな気持ちに――。

新型コロナウイルスの災禍のなか、元気を届けようと花火を打ち上げました。絶え間なく打ち上がる花火は川の水面にも光を投げかけ、あたりを明るい光で包み込んでいました。

令和2年6月1日 上田市「道と川の駅」付近

🔑 内容 🌸

- ★理事会・評議員会 令和元年度収支決算報告
- ★社協会費のお願い
- ★ボランティアセンターかわら版

🔑 特集 🌸

- ★フードサポートとうみの縁(えん)を始めました。
- ★「新たな生活様式」から考える、これからの私たちの生活は？



理事会・評議員会

6月12日に第81回理事会、26日に第47回評議員会が市総合福祉センターで開催されました。令和元年度の事業報告及び決算報告がされ、承認されました。

理事・監事の皆さん (敬称略)

	氏名	区名
会長	小林 峯雄	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
〃	平林 修	鞍掛自治区
〃	関 洋一	大石
〃	白石 幸男	東上田
〃	中條万里子	曾根
〃	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。

評議員の皆さん (敬称略)

選出分野	氏名	区名
市議会の代表	平林 千秋	新張
地域の代表	加藤 賢一	県
〃	五十嵐 治	日向が丘
〃	岩下 俊裕	羽毛山
民生児童委員協議会の代表	依田 政一	県
〃	寺島 一利	桜井
〃	中村 武人	新屋
〃	荻原 輝久	大日向
社会福祉事業の関係者	荻原 太郎	上八重原
〃	唐澤 光章	中屋敷
〃	柳澤 智子	田中
〃	阿部貴代枝	別府
〃	小山小夜子	西海野
〃	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	原澤 利明	海善寺
〃	吉澤 基	上田市
行政関係者	深井 芳信	片羽

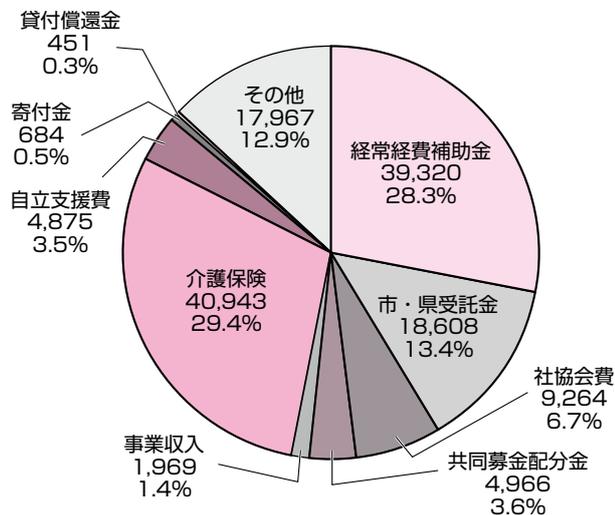
※なお任期は令和3年6月までです。

令和元年度 社協事業・収支決算報告 (概要)

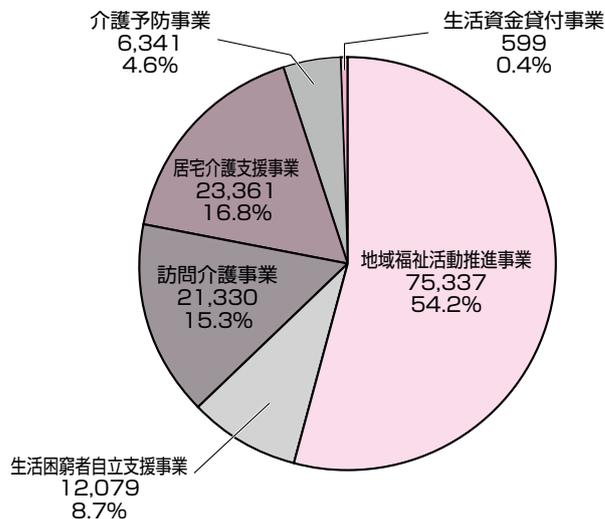
6月12日の理事会、26日の評議員会で、令和元年度社会福祉協議会の事業報告と収支決算が審議され、原案どおり承認されました。

収入と支出の状況 (単位：千円)

収入合計 139,047千円



支出合計 139,047千円



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)	賛助会員 (個人・世帯)	法人会員 (企業・団体・施設等)
1口 1,000円	1口 2,000円	1口 5,000円



いきいきサロン活動



ボランティアの育成と支援



広報啓発活動



福祉体験学習



福祉車両貸し出し事業

～東御市社会福祉協議会より～

新型コロナウイルスの感染拡大は、市民の交流や見守りなどを実施されてきた地域福祉活動やボランティア活動にも影響を及ぼし、外出自粛や人との接触削減が求められ、休止を余儀なくされました。

また、休業や失業等により生活維持が困難になっている世帯が増加しています。

今後、市民の暮らしが新しい生活様式へ移行していくことにあわせて、社協ではコロナに対応した地域福祉活動を推進していきます。



社協のミニデイサービスでも、利用者さんの健康と安全を第一に考え、感染対策をしながら活動しています。

まいさぽ便り

「フードサポートとうみの縁（えん）」（食料支援事業）を始めました!!

東御市社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症の影響で、失業・休業等により家計収入が減少するなど、生活が困難になっている方に対して、**5月25日～8月末日まで**、期間限定の食料支援を行っています。「とうみの縁（えん）」で、力をあわせて困難な状況を乗り越えていきましょう！

.....
 : ご寄付をいただいた皆様、
 : ありがとうございます。
 : 必要な方に大切にお届けし
 : ています。
 :

寄付の実績	5月25日～6月24日の実績	支援の実績	
●寄付をした人	77人	●支援を受けた人	51人
●寄付の内容		●支援を受けた食料数	1254個
食料品	1853個		
米	562kg		

@食料の提供を受けたい皆様へ

☆相談員がお困りの状況について話を伺います。食料支援

以外にも、制度利用や案内できる情報、就労の支援などを提案いたします。

☆2週間に一度のペースでフードコーナーから、米・その他食料品など、好きな物を選んでいただくことができます。

☆利用料等はかかりません（無料）

利用者の声：子どもが大勢いて、食費が多くかかって困っていましたが。必要なものを選べるのも良いです。



@食料の寄付をいただける皆様へ

☆食料品としてご寄付いただけるもの

- ・賞味期限1カ月以上のもの・常温保存可能なもの・未開封品
- <例>米、缶詰・瓶詰、海苔、乾麺、ふりかけ、カップ麺、お菓子、インスタント食品、レトルト食品、調味料、贈答品で使われない食料など（一つから受け付けます）

☆以下のものは受けられません

- ・生のもの（生鮮食品や冷蔵保存が必要なもの）・賞味期限・消費期限がきれているもの・保存しにくいもの など



寄付者の声：以前、自分が困った時に支援を受け助かりました。少しでも力になれば嬉しいです。



@寄付受付・提供の日時・場所

☆開所日…平日 8:30～17:15

☆場所…東御市総合福祉センター1階（東御市鞍掛197）

*上記の日時に都合のつかない方は、社協までご連絡ください。調整させていただきます。



こんな事業もあります！

「緊急就労支援事業」

事業所が、失業や収入減の方を雇用した場合に、賃金の3分の2を県が補助します！
 詳しくは「まいさぽ」まで

<連絡先>いつでも気軽に連絡ください

社会福祉法人東御市社会福祉協議会・生活就労支援センターまいさぽ東御

電話：0268-75-0222

住所：東御市鞍掛 197 メール：maisapo@tomisyakyo.or.jp

「新たな生活様式」から考える、これからの私たちの生活は？

～ コロナが原因で“ココロ”まで離れていませんか？ ～

新型コロナウイルスの終息はまだ見通せません。5月には専門家会議により「新たな生活様式」がまとめられました。今回は、これを基に、これからの私たちの生活を考えましょう。



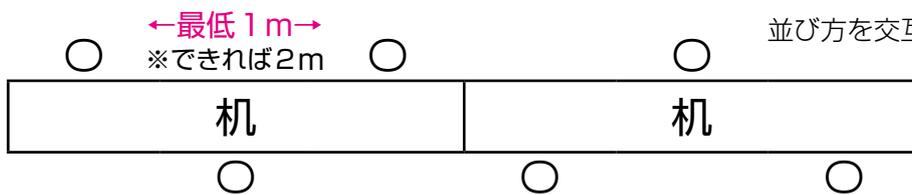
その1. 基本的な感染症対策

人が集まる場面においては、特に **◆3つの基本** を徹底しましょう。

① 参加者同士の間隔を空ける
最低1m以上（できれば2m）で対面は避ける

② マスクの着用

③ 手洗い・消毒
使用した備品等も行う



ほかにも…
並び方を交互にする、アクリル板を立てる



その2. ひとへ感染させない意識づくり

① 発熱や体調不良がある場合は人と会わない

定期的に検温し、体調を把握しましょう。
大人数で密接しての集会等は避けましょう。



その3. コロナウイルスに負けない生活習慣づくり

自粛生活は予防に効果的ですが、「身体とココロの健康づくり」には不十分かもしれません。この先は、感染症に配慮した健康づくりを進めていく必要があります。

① 簡単な運動

外出自粛による筋力低下などを防ぎましょう。



マスク着用での運動は、水分不足や体温上昇の危険があります。普段の運動も、いつも以上の負担となる場合があります。息苦しさを感じた時はすぐに外したり、休憩を取りましょう。



② 電話などを利用したコミュニケーション



長時間の会話に不安を感じ、人とのコミュニケーションが減っていませんか？

ココロの健康には、人との会話も重要です。電話なども積極的に利用しましょう。

「あれこれできない生活」から「これならできる生活」へ対策と”意識” 変えてみませんか？

終活セミナー PART3

何かあったときのために… 成年後見制度、相続・遺言について



成年後見制度とは？

判断能力が低下した人に対して、家庭裁判所が援助者（後見人等）を選任し、援助を行い本人の財産と権利を守る制度です。

種類は状況に応じて「後見」「保佐」「補助」があります。また将来の低下に備え、本人が事前決定しておくこともできます。

後見人は、状況に応じて預貯金の管理や、法的な手続き、相続手続き等を行います。

何かあったときのために…

法律・制度を活用し、備えておくことも大切ですが、家族の中で事前に話し合いを持っておくことも大切なことです。

相続・遺言について

相続は、簡単に言えば財産を次の世代に引き継ぐことです。引き継がれるのは預金や不動産だけではなく、負債なども含まれます。

【相続の範囲・順位】

〔相続順位〕	〔法定相続人〕
第1順位	配偶者＋直系卑属（子・孫）
第2順位	配偶者＋直系尊属（父母・祖父母）
第3順位	配偶者＋兄弟姉妹

※法定相続分として受取割合の決まりもあります。

また、遺言書の有無や内容で分割方法が異なる場合があります。ただし「遺留分」として、必ず一定額は相続人が相続できる権利があります。

★困ったときは、トラブルになる前に法律の専門家に相談しましょう

～地域の“当たり前”を支える活動～

「福祉移送ボランティア」協力会員募集



◆福祉移送ボランティアとは？

社協が移動手段の確保が困難な方（利用会員：視覚障がい者など）から受けた依頼を、協力会員に伝え、活動できる会員同士をマッチングします。

協力会員の登録等に費用は掛かりませんが、ボランティアの性質上、報酬はありません。

◆活動の流れは？（活動の一例）

○月○日、□□病院までお願いしたいです。



利用会員
(依頼者)

依頼→

ボランティアさんに確認します。



社協

協力確認→
←返事

[Aさん] 協力できます。



協力会員

[Bさん] その日はだめです。



活動当日

- ・社協事務所で移送ボラ車両へ乗り換え
- ・利用会員の自宅へ迎え
- ・依頼に応じた送迎して終了



- ・社協事務所で報告し終了

※初回の依頼者宅への同行や、移送保険への加入など、安心して活動いただける体制づくりを行っています。条件等、詳しくはお問い合わせください。

◆問い合わせ

東御市社会福祉協議会
地域福祉係 ☎62-4455

ボランティアセンターかわら版

私の町のボランティア ～音訳ボランティア りらの会～

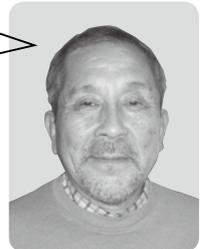
今回から東御市で活躍しているボランティアを不定期で紹介します。トップバッターは、音訳ボランティア「りらの会」です。りらの会は、「社協報ほほえみ」や「市報とうみ」などを朗読し、市内の視覚障がいがある方にお届けする活動をしています。



市報とうみお知らせ版6月16日号をCDに録音している様子です。

難しい写真や表もわかりやすく伝えられるように心がけています。訪問先の利用者さんからいただく元気が、励みになっています。

新型コロナウイルスの流行もありますが、情報提供は休むことができません。対策を十分に行った上で、必要な人に情報を届ける活動を続けていきたいです。



りらの会 会長
市川 強さん

【募集】

このコーナーで紹介するボランティアグループを募集します。自薦他薦は問いませんので、ぜひお問い合わせください。

～サマーチャレンジボランティア～

社協では、毎年8月の夏休み期間に、「サマーチャレンジボランティア」を市内の児童・生徒を対象に行っています。この活動は、ボランティア活動を通じて福祉へ関心を持ってもらうことや、地域で活躍するボランティアを知ってもらうことを目指します。

これまでの活動を写真で紹介します。

【平成30年度】

障がいを持った方やボランティアと一緒に青木村の道の駅で、おやき作り体験を行いました。



【令和元年度】



市内でボッチャの普及・啓発を行っている、ユニバーサルスポーツクラブ主催の「わくわくスポーツクラブ」に参加しボッチャを楽しみました。

今年のサマーチャレンジボランティアは、8月8日（土）の予定です。新型コロナウイルス感染症の予防対策をとりながら開催したいと思います。詳細は市報とうみお知らせ版7月16日号をご覧ください。

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.41

こんにちは。この時期、皆さんは食欲がありますか？ 高齢になると食が細くなり、栄養が足りなくなったり、脱水症状になってしまう人もいます。

また、口腔内が乾燥したり、食べ物が飲み込みにくくなったりして、食欲の低下を招くことも考えられます。タンパク質を意識し、たくさんの色の食材を食べ、暑いこの夏を健康に美しく乗り切りましょう。

日本赤十字社東御市地区

日赤活動資金に多大なご協力をいただき、誠にありがとうございます。

日本赤十字社では、全国の赤十字病院を中心に新型コロナウイルス感染症の治療および感染拡大防止のための活動に取り組んでおります。

あなたの福祉のこころ 社協報で届けませんか？

「ふくし川柳」を募集します

「東御市で笑顔があふれる まちづくり」
「おうち時間 夫婦ゲンカも 自粛中」

7月号より、福祉にまつわる川柳を定期掲載いたします。

福祉にまつわること、ささやかな幸せと思うことなど、ジャンルは幅広く受け付けています。

ハガキ・電話・FAX・メールいずれかにより、社会福祉協議会迄ご投句ください。

多くのご投句をお待ちしています。

※内容には氏名・住所・連絡先（電話番号）、掲載する名前（ペンネーム可）、川柳を盛り込む。

〔宛先〕東御市社会福祉協議会 地域福祉係

〒389-0502 東御市鞍掛 197

☎62-4455 FAX 64-5695

Mail : info@tomisyakyo.or.jp

善意をありがとうございます

(5月、6月受け付け分)

匿名様	金 100,000円
匿名様	未使用下着類
匿名様	金 8,000円
匿名様	金 20,000円
匿名様	金 10,000円
匿名様	未使用タオル
(有) ツチャクレーン 様	金 30,000円
匿名様	金 4,000円
匿名様	介護消耗品
匿名様	金 30,000円
匿名様	金 10,000円
匿名様	金 10,000円、未使用ぞうきん
匿名様	金 100,000円
匿名様	金 1,000円
匿名様	ビニール袋200枚

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 匿名様 高野 様

「フードサポートとらみの縁」(食料支援事業)
～寄付ありがとうございます～
(5月、6月受け付け分)

原田 京子 様	依田 睦子 様	町田 君子 様
栗原 陽子 様	榎原由紀子 様	青山 茂樹 様
千歳あき子 様	東上田ボランティア 様	
長岡 二男 様	城ノ前公民館 様	
牛山 廣司 様	小山 雄三 様	高藤 友美 様
東御ワインチャペル (石原 昌弘) 様		
株式会社太陽と大地 (柳澤謙太郎) 様		
小林 金吾 様		
匿名 名 様 (計 63 人)		

●編集後記

新型コロナウイルスの災禍のなか、人々に元気を届けようと、全国の若手花火師らが一斉に花火を打ち上げる『チアアップ (*人を励ますの意味) 花火プロジェクト』が行われました。表紙の写真は、上田市で打ち上げた花火のワンシーンです。「花火で元気になってほしい」。全国一斉同時刻の打ち上げは、みんなに『希望の光』を送りました。

重原 君江