

東御市
社協報

ほほえみ

34号

平成22年5月17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。

▶ 本海野いきいきサロン



◀ 日赤奉仕団の炊き出し体験
(こどもフェスティバル)



誰もが
安心して
暮らせる
福祉の
まちづくり



▲ 東上田いきいきサロン



▲ 災害ボランティアサポーター講座で刈羽村に行きました

▲ 福祉センターの周りには
桜並木が……



▲ ボランティアスキルアップ研修会の様子

○ 今年の社協は？ 年間スケジュール

○ おらほの地域福祉づくり事業

○ おらほの区のふくしかつどう(本海野区・芸術むら区)

○ 社協事業紹介・月間スナップ

○ 「ボランティアかわら版」

この社協報は共同募金配分金によって印刷したものです



今年の社協は？ 年間スケジュールです

理事会（理事15人）

- 5月 平成21年度事業報告及び一般会計決算の審議
- 6～11月 必要に応じて理事会
- 9月 長野県社会福祉大会参加（千曲市）
- 12月 平成23年度事業計画検討会
- 23年3月 平成23年度事業計画及び一般会計予算審議

評議員会（評議員31人）

- 5月 平成21年度事業報告及び一般会計決算審議、評議員研修会
- 6～12月 必要に応じて評議員会
- 23年3月 平成23年度事業計画及び一般会計予算審議

監査（監事2人）

- 5月中旬 平成21年度決算監査

福祉運営委員研修

- 5月 福祉運営委員長研修会
- 23年2月 地域福祉懇談会の開催（地区別）
- 5回／年 支部別地域福祉懇談会の開催

広報紙及び啓発事業

- 5・7・9・11・1・3月（奇数月）
社協会報「ほほえみ」の発行（ボランティア情報含む）
- ※随時 社協啓発用のパンフレットの発行

社会福祉協議会の会費

- 7月初旬 支部長会 会費収納会議
- 7月 会費収納期間

高齢者・障害者支援事業

- 5月 寝たきり高齢者希望の旅事業
- 6・11・2月 寝具洗濯乾燥消毒サービス事業
- 6月 ひとり暮らし高齢者ふれあい会食事業

ひとり暮らし高齢者ふれあい会食



- 7・11・3月 在宅介護者リフレッシュ事業
- 8月 介護技術講習会の開催
- 9月 重度障害者希望の旅事業



重度障害者希望の旅

- 9月 敬老祝賀（長寿・金婚祝）
- 11月 障害者福祉のつどい



障害者福祉のつどい

- 12月 おせち料理訪問

ボランティア活動

- 随時 各種ボランティア講座
- 4月～5月 福祉体験学習サポーター養成講座
- 6月 自然を楽しむ会（障害者とボランティアの交流事業）
- 8月 夏休みボランティア体験教室

夏休みボランティア体験教室



- 3回／年 ボランティアスキルアップ研修会（手話・音訳・点訳）
- 8・11月 地域ボランティア活動援助講座（サロンの為の料理講習）
- 10月 福祉の森ふれあいフェスティバル
- 23年1～3月 災害ボランティアサポーター養成講座

地域福祉活動支援

- 6月 支部活動助成金の交付（71支部）
- 随時 いきいきサロン等の地域福祉活動地域で実施
- 4回／年 福祉のまちづくり講座の開催

赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金

- 10月1日～31日 収納期間（運動期間は10月1日～12月31日）
- 10月 街頭募金の実施（田中駅前・火のアートフェスティバル）

日本赤十字社東御市地区事業

- 4月下旬 日本赤十字社・東御市奉仕団総会及び社資募集会議
- 5月1日～31日 収納期間 社資額 500円～
- 6月 健康生活支援講習会
- 8月 一日赤十字（炊き出し・救急法講習）

その他

- 6月 福祉団体ゲートボール大会
- 4月～23年3月 結婚相談事業
毎週日曜日 午前9時～12時

おらほの地域福祉づくり事業

おらほの地域福祉づくり事業は、地域の皆さんの福祉活動を社協が応援！ 対象支部（区）には社協から、活動の助成がされます。

今年度は4月末現在で「山崎支部（区）」「東上田支部（区）」の2支部が決定。その他、申請のあった支部については、順次掲載します。今回は、山崎支部と東上田支部の活動内容の一部を紹介します。

山崎支部

山崎支部（区）では、区長経験者の皆さんが福祉運営委員となり、民生児童委員、保健補導員、ボランティアの皆さんが中心となり、昨年より地域の福祉活動の拠点としての「いきいきサロン」活動をスタートさせました。参加する皆さんが楽しみにしている一方、役員やボランティアの皆さんの負担軽減や継続した活動にするための工夫など、実際に始めたことで分かった悩みや課題を参加者の皆さんにも協力してもらい、地域が元気になるような取り組みを始めることとしています。



▲いきいきサロンで「おやき作り」

東上田支部

東上田支部（区）では、支部の福祉に携わっている福祉運営委員や民生児童委員、ボランティアの皆さんを中心に、地域で行われている「いきいきサロン」を通して、支え合いや助け合いの仕組みづくりについて取り組むことになりました。回覧板もポストで受け渡しをする時代のなか、一人暮らしや高齢者世帯の皆さんに手渡しで通知を渡す、さり気ない見守り活動や、地域の中に眠っている福祉の人材を上手に活用して地域の活性化に繋げる取り組みなど、お互いが無理しない活動を行います。



▲いきいきサロンで「足腰の体操」

平成21年度「おらほの地域福祉づくり事業」報告 桜井支部

桜井支部では、支部長（区長）、民生児童委員、福祉運営委員、ボランティア、老人クラブ役員の皆さんが世話役になり「桜井おらんち会」という名称で活動を始めました。特に、桜井支部の「いきいきサロン」は活発な反面、男性の参加者が少ない等の悩みもあり、この解決方法について取り組みました。試みとしては、通常行われている「いきいきサロン」と併せて、桜井区の歴史についての講演会や桜井神社奥殿彫刻の見学会等が企画され、大勢の男性の皆さんが参加。その後も少しずつ男性が参加しています。また、もう一つの取り組みとして12月から3月の農閑期の時期に区民が集える場が必要ではないかと考え、毎週月曜日に「おらんち会寄り合い」を始め、多少の会費を取りながらソバ打ち講習会や、わら草履づくり等を行い交流の場の提供をしています。日頃の「いきいきサロン」との連携を図りながら、地域の交流の場としての取り組みを行っています。22年度は、いきいきサロン等の参加者を対象にアンケートをとりながら、日頃の悩みや心配ごとを把握し、助け合い、支え合いの活動に繋げていくこととしています。



▲わら草履づくりで楽しく交流

おらほの区のふくしかつどう

本海野区

4月28日、本海野区は、堀内はる福祉運営委員長が中心となって、福祉センターで「いきいきサロン」を行いました。当日は、約40人の高齢者と小林文江区長も加わって、福祉運営委員やボランティアの皆さんによる温かい接待を受けながら、日本舞踊や童謡唱歌などが披露されました。お年寄りの皆さんのいずれ劣らぬ名声と演技に、笑いと拍手の止まない盛り上がりを見せたひと時で、互いに打ち解けたふれあいの場となりました。



堀内 はる
福祉運営委員長



▲サロンの趣旨を聞く皆さん

芸術むら区

芸術むら区福祉運営委員会（永井恭子福祉運営委員長）は4月18日に、芸術むら公園で「いきいきサロン」を開催、約50人が参加しました。この日は「花見会」と題し、自治会と福祉運営委員会が一緒に実施。バーベキューで楽しいひとときを過ごしました。



永井 恭子
福祉運営委員長

芸術むら区では公民館を拠点に福祉活動を推進。健康教室やマレットゴルフ大会、やさしい介護教室など、2カ月に1回のペースで開いています。永井委員長は「これから皆、高齢になっていくので楽しく仲良く過ごしたいです。顔を合わせる機会を多くもって交流したいと思います。」と話していました。



▲楽しく仲良くバーベキュー

社協の事業紹介

介護予防センター「くらかけ」

社会福祉協議会では、総合福祉センター内の高齢者センターを利用して、身の回りのことはできるけど外出の機会の少ない高齢者の皆さんに会話や趣味活動、健康体操等を通して、介護予防を図りながら生き生きと暮らしてもらうためのお手伝いをしています。詳細は次の通り。

「くらかけ」の一日はこんな感じです！

朝……社協でご自宅までお迎えに行きます。



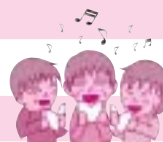
午前…①血圧測定などの健康チェックをします。
②健康教室で無理なく体を動かしたり、料理教室等を行います。

昼……お弁当をみんなで食べ休憩します。



午後…①音楽教室や趣味活動等で心も体もリフレッシュしましょう。
②希望者はお昼寝・入浴もできます。

帰り…お茶を飲んだらご自宅までお送りします。



- ◆利用日、利用回数は…
毎週火曜日、水曜日、金曜日の指定した曜日（週1回）
- ◆利用料は…
1回800円（送迎、食事付き）
- ◆お申し込み、問い合わせは…
東御市地域包括支援センター
TEL64-5000



音楽教室の様子

月間スナッパ

滋野宅老所「くるみの家」でお花見会

4月21日、滋野宅老所「くるみの家」では地元の大石グランドでお花見会を行いました。今年は、天候不順のためお花見会ができるか心配されましたが、当日は日差しも暖かくお花見日和になりました。満開に近い桜の木の下でのお弁当は格別なもので、みんなで話しながら楽しく交流しました。



介護予防センター「くらかけ」でお花見

4月20日、21日、介護予防センター「くらかけ」では総合福祉センター周辺に広がる桜のお花見を行いました。天候の関係で桜の開花が心配されましたが、見事な満開の桜に利用者の皆さんも心もウキウキするような楽しいお花見になりました。「来年は、桜の木の下でお弁当を食べたいね」との声も聞こえました。



日赤奉仕団総会 & 炊き出し

4月20日、総合福祉センターで、東御市日赤奉仕団の総会が開催され、平成21年度の事業報告と平成22年度の事業計画が承認されました。続いて行われた研修会では、日本赤十字社長野県支部指導講師の長澤亮一さんから、身近なところから気付き実践する奉仕について、話を聞きました。5月8日のこどもフェスティバル会場では、日赤奉仕団員が非常用のおにぎりを、子どもたちに体験してもらいました。晴天のなか、多くの子どもたちでにぎわいました。



梅雨の季節、
ふかふか布団にリフレッシュ

布団の丸洗いサービス

寝具をきれいにし、雨の多い季節を気持ちよく過ごしていただくよう丸洗いします。

- 対象者
1. 70歳以上で一人暮らし、高齢者のみの世帯
 2. 在宅で要介護認定を受けた高齢者及び身体に障害をお持ちの方で寝具類の衛生管理が困難な方。

- 布団の種類 掛け・敷き布団、毛布
 ●布団回収日 6月9日(水)・10日(木)
 ●布団配達日 6月16日(水)・17日(木) 予定
 ●申し込み締め切り 6月2日(水)

●その他

1. お一人様2枚まで
2. ご利用料金は、要介護認定を受けた方は1割、その他の方は2割負担。
※利用料金 1枚80円から680円程度
3. 布団に名札(白布)を縫い付けて氏名などを記入していただきます。
4. 布団の種類によっては、お受けできないものもあります。

【申し込み・問い合わせ先】

東御市社会福祉協議会 TEL62-4455 FAX64-5695

ボランティアかわら版



災害ボランティアサポーター

～新潟県刈羽村に視察～

災害発生時に設置する災害救援ボランティアセンターの運営にご協力いただく、ボランティアサポーター登録者を対象に、第2回災害ボランティアサポーター養成講座を開催しました。平成16年と19年に地震により被災され、災害ボランティアセンターを設置・運営した新潟県刈羽村の社会福祉協議会を訪問し、当時の取り組みの様子について見聞し有意義な研修をしました。



東御市から約20人が参加しました

災害ボランティアセンター・災害ボランティアサポーターってなあに??

●災害ボランティアセンターとは？

大規模災害が発生した際、被災した方への支援等を目的に行うボランティア活動について、受け入れや派遣等の調整をするところです。

●具体的には、こんな役割をします

- ・ボランティアの募集、受け入れや情報提供
- ・被災された方々からの支援ボランティア派遣依頼の受付や派遣調整
- ・関係団体、災害対策本部などとの連絡調整
- ・災害ボランティア情報の提供
- ・他都市のボランティア関係団体などへの協力要請



●災害ボランティアサポーターの役割は？

センターの様々な部署で運営のお手伝いをいただきます。

●東御市の災害ボランティアサポーター登録者数は？

市民の皆さん 現在約40人

**今年度もサポーター養成講座を開催の予定です。
市民の皆さんのご参加をお待ちしています。**

ボランティア連絡協議会総会

3月25日、ボランティア連絡協議会の総会を開き、平成21年度の事業・会計報告と22年度の事業計画・予算について承認されました。

☆☆今年度のボラ連の事業計画☆☆

6月	「自然を楽しむ会」
7月	行政懇談会・上小ブロックボランティア交流研究集会実行委員会発足
8月	福祉の森ふれあいフェスティバル実行委員会発足
10月	福祉の森ふれあいフェスティバル 県社協主催 信州発ボランティア地域活動フォーラム参加（開催地：軽井沢町）
11月	上小ブロックボランティア交流研究集会（開催地：東御市）
2月	ボランティア視察研修

総会は総合福祉センターで開催



ボランティアスキルアップ研修

ボラ連の総会終了後、社会福祉協議会の主催による、スキルアップ研修「ボランティア活動におけるファシリテーションとは？」を開きました。元長野県社会福祉協議会ボランティアコーディネーター大日方由可美氏を講師に迎え、ボランティア活動を活かすための様々なアイデアや心構えを学びました。

写真はボランティアスキルアップ研修の様子



講座で学んだこと…

- 仲間の合意をとる。
- グループ活動を円滑に進める役目をする人がいると良い。
- 団体の目的を常に再確認。(やっていることが目的にあっているだろうか)
- グループの形は、「ピラミッド型」より「サッカー型」が望ましい。構成員全員が主役になれるように。

元気に活動を続けるために必要なこと

- 仲間は「力」。仲間が持っているそれぞれの力を生かす。
- 相手（聞き手）の気持ちを考えて、伝わるように言葉をかける。
- ただそこにいるだけでも、「ボランティア」となる。



新コーナー ボランティア笑顔のルール

☆東御市のボランティア連絡協議会加入団体長にインタビューをします。

その2

「個人たまり場」
畠中美智子さん



Q 活動内容を紹介してください。

月2回（第2・第4火曜日の午後）、総合福祉センターのボランティアルームで、松本手まり、ビーズ作り、座布団など小物を作り、施設やイベントで差し上げています。

Q ボランティア活動をして楽しい、良かったと思う時はどんな時ですか？

自分が入院したときに同じ部屋にいた方に大変お世話になり、誰かにお返ししたいという思いから始めました。活動はやって気持ちよくなる、心の疲れが吹き飛び、それがやみつきになります。活動を通して友達ができる、教えていただける、いろいろなところへ出て行くことが楽しいです。

Q ボランティア活動をする際に、大切にしていることは？

活動では、自分だけつっぱしらず、気持ちを大切にしています。自分がどんなボランティアができるか、常に学んで勉強していきたいです。

Q メッセージをお願いします。

小間物づくりが好きな人、一緒に交流しながら楽しみませんか？ 会費も何もいりません。来ておしゃべりしながら楽しみましょう。



▲活動の様子

☆☆☆☆☆次回は「手話サークルもみじ」の俵さんです。☆☆☆☆☆



▶ 関東西濃運輸労働組合
上田支部様から寄付を
いただきました



◀ (社)日本禁煙友愛会東御支部様から寄付がありました



▲道の駅「雷電くるみの里」より介護予防センター「くらかけ」の利用者の皆さんに手作りの「くるみおはぎ」がプレゼントされました。

中 嶋 宏 様車イス1台
宮 坂 泰 子 様老人車2台
須 澤 糸い子 様介護用ベッド1台
(社)日本禁煙友愛会東御支部 様30,000円
関東西濃運輸労働組合上田支部 様100,000円

ウエス(清拭布)をありがとうございます

(3月・4月の受付分です)

成 沢 礼 子 様
滋野老人会婦人部 様
匿 名(東町) 様
匿 名(桜井) 様
加沢老人会婦人部 様
花 づ な の 会 様
柳 沢 よし子 様



◆お知らせ◆

中八重原区の福祉運営委員長が、4月1日より関茂之さんになりました。

赤十字の活動資金にご協力をお願いします

赤十字運動期間 5月1日～5月31日

皆様からご協力いただいた社費(会費)は、赤十字の災害救助活動や国際活動の資金として使われています。

運動期間中、日赤奉仕団員や区の役員が各戸にお伺いしますので、赤十字の目的や事業をご理解いただき、社費(会費)の納入にご協力をお願いします。

●問い合わせ先 日本赤十字社東御市地区
(東御市社会福祉協議会)
☎62-4455

バンクーバーパラリンピック 銀メダリスト上原大祐さんが来所!

4月27日、バンクーバーパラリンピックアイススレッジホッケーの日本代表・上原大祐さんが社会福祉協議会に銀メダル受賞の報告に来られました。上原さんは、東御市で2年前に開催された「障害者福祉のつどい」で講演をいただいたことがきっかけで交流しています。この日は移動途中に、社会福祉協議会に立ち寄ってくれました。



結婚したい!人のハッピーな情報がつまってる
ウェディングプロデュース

東御市結婚相談所



相談には直接
本人がお越し
ください

無料



♥開設場所 東御市中央公民館

♥開設日 毎週日曜日 午前9時～正午

♥問い合わせ先 東御市社会福祉協議会

♥☎62-4455 FAX64-5659

編集後記

5月5日の子どもの日に「鯉のぼり」を揚げ続けて今年で15年目を迎えました。昔は妻と二人で子供の成長を願いながら協力して揚げていた「鯉のぼり」も、今では子供たちに協力してもらい揚げています。欲を言えばきりはありませんが、取敢えず元気で成長していることを実感した瞬間でした。親の役目として3番目の息子までしっかり「鯉のぼり」を揚げようと思います。 田中