

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。

▶おせち料理訪問事業



▶障害者福祉のつどい



誰もが
安心して
暮らせる
福祉の
まちづくり

▲いきいきサロンで
グラウンドゴルフ(畔田区)

▲福祉体験学習の手話体験(田中小学校)



▲上小ブロックボランティア交流研究集会

▲いきいきサロンで
バイオリン演奏会(新張区)

○会長新年あいさつ

○「第9回東御市障害者福祉のつどい」

○各地のいきいきサロンから(乙女平区・海善寺北区)

○月間スナップ

○ボランティアかわら版

あけましておめでとうございます

新年のあいさつ

東御市社会福祉協議会 会長 増田 勝仁

新年明けましておめでとうございます。

皆様には明るく希望に満ちた新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年は社協の事業や活動にご支援ご協力を賜り、感謝と御礼を申し上げます。

さて、今年は「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」を目標に掲げ取り組んでいます、第二期東御市地域福祉活動5カ年計画の最終年に入ります。

現在、地域の福祉・生活課題が多様化し、公的なサービスの充実、強化とともに、住民同士が困りごとに気づき、支えあい助け合う地域社会の実現が求められています。そこで社協では「おらほの地域福祉づくり事業」を重点事業の一つとし、地域福祉の推進を図っています。昨年度までに、28支部で取り組んでいただいております。この中には、「地域課題の把握と災害時住民支え合い福祉台帳の整備」を図り、災害に強い地域づくり活動を進めている支部、「いきいきサロンの充実と住民支え合いアンケートの実施」により、楽しみと絆を深め連帯の輪を広げている支部などがあります。今年も各区が行う地域福祉づくり事業に、社協は全面的な支援を行ってまいります。

また、超高齢化社会の進行とともに判断能力の低下で、財産管理に不安を抱く人の存在が課題となっています。安全・安心の暮らしのために、「日常生活自立支援事業・成年後見制度活用講座」。さらに「母子・父子家庭交流支援事業」「障害者社会参加支援事業」「ボランティアセンター運営活性化事業」や「第三期東御市地域福祉活動計画の策定」などの新規事業を行ってまいりますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

結びに、新しい年が皆様にとって明るく幸せな年となりますようお祈り申し上げ、新年のあいさつといたします。

ごあいさつ

総務係・地域福祉係

新年を迎え、いきいきサロンなどの地域福祉活動や多様化する福祉課題の解決に向けて職員一同、市民の皆さんに寄り添いながら支援をさせていただきます。今年もよろしくお祈りいたします。



介護支援係・介護サービス係

介護が必要になっても住み慣れたお宅で暮らしていただけるよう、介護支援計画（ケアプラン）の作成から介護技術を生かした生活の援助まで、専門の職員が連携を図りながら介護サービスの提供をしてまいります。

今年もよろしくお祈りいたします。



「第9回 東御市障害者福祉のつどい」ひらく

～「障がい者の就労」について ㈱ミマキエンジニアリングが事例発表～

11月27日、中央公民館で「第9回東御市障害者福祉のつどい」が開催され、福祉団体会員や市民ら約220人が参加しました。このつどいは12月3日から9日の障害者週間に併せて、広く市民に障がい者の福祉についての関心と理解を深めることを目的に開催するものです。式典では、全国障害者スポーツ大会に参加した竹村幸男さんと、手をつなぐ育成会の中山恵子さんが自身の仕事について体験発表を行い、企業の㈱ミマキエンジニアリングが障がい者の就労について事例発表をしました。福祉講演会では、医療法人友愛会多機能型事業所ピア・ちくま施設長の福田隆さんが、精神障がい者の社会参加について講演しました。



講師の福田隆さんによる福祉講演会



スポーツや芸術部門で活躍した皆さんを紹介



会場には約220人が参加しました



各地のいきいきサロンから



乙女平区いきいきサロン



清水時子福祉運営委員長(写真左)と臼田朝子副福祉運営委員長

11月14日、乙女平区は乙女平公民館で「交通安全教室」に併せ、いきいきサロンを開きました。30人が参加して、交通事故に遭わないための知恵を寸劇などで楽しく学びました。

その後、茶話会で和やかに交流しました。寸劇では、夜間の事故防止に役立つ様々な夜光反射器材が紹介され、参加者の関心を高めていました。清水時子福祉運営委員長は「人集めが大変ですが、皆さんの笑顔が出てくるとホッとします」と話していました。



▲交通安全教室は寸劇で楽しく学んだ

海善寺北区いきいきサロン



長津恵美子福祉運営委員長(写真左)と菊地美智恵副福祉運営委員長

11月25日、海善寺北区は海善寺北区公民館で、身体教育医学研究所職員による出前講座に併せ、いきいきサロンを開きました。この日は26人が参加して、「いつまでも若さを保つ若

返り体操」を行い、その後、忘年会を開き楽しく交流しました。同区では、善友会(清水基会長、53人)が中心となり、いきいきサロンを開催。花植え運動や食事会などを行い、12月にはもちつきや、しめ縄作りもしました。長津恵美子福祉運営委員長は「子どもも参加することもあり、三世代交流ができます」と話していました。



▲出前講座のあとは忘年会で交流

社協の事業紹介

介護者リフレッシュ事業 (市委託事業)

社会福祉協議会では、在宅で家族の介護をしている皆さんの心と体のリフレッシュを目的に、「介護者リフレッシュ事業」を行っています。詳細は次の通りです。

●対象者は？

市内にお住まいで、寝たきりや認知症、障がいをお持ちの高齢者の皆さんなどを在宅で介護しているご家族の方。

※要介護者が、入所施設や病院を長期的に利用されている場合は除きます。

●どんなことをしていますか？

日帰り温泉施設やフルーツ狩りに出かけたり、講師を招いて腰痛予防の体操や落語会なども行っています。また、介護者同士の交流や情報交換も行っています。

●いつ頃ありますか？

年に3回(7月、11月、3月)行っています。7月と3月は日帰りですが、11月は1泊で近隣の温泉などに掛けます。

●参加費は？

内容によって変わりますが、日帰りは1,000円、宿泊の時は5,000円程度です。

●申し込みは？

市報お知らせ版などでお知らせしますので、社会福祉協議会へお申し込み下さい。

◆問い合わせ先 社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455



介護者リフレッシュ事業 (さくらんぼ狩り)



介護者リフレッシュ事業 (腰痛予防の体操)

元気な地域にするためにアンケートを活用してみませんか！ 平成25年度「おらほの地域福祉づくり事業」対象支部募集

社会福祉協議会では、平成25年度の「おらほの地域福祉づくり事業」対象支部を募集します。この事業は「困った時はお互いさま」の気持ちをもう一度思い出し、「人とひと」との「つながり」や「支え合い」を大切にしながら、地域で明るく元気に暮らすために活動する支部に対して助成します。詳細は下記の通りです。

- ◆平成25年度の対象支部（区）は公募により選ばれた4支部（区）です。
- ◆公募により選ばれた支部（区）には年間5万円限度の助成をします。
- ◆実施期間は平成25年4月1日から1年間とし、2年間の継続ができます。
- ◆活動内容は地域の助け合いマップの作成やボランティア組織の立ち上げ、いきいきサロン活動の活性化など、取り組みは自由ですが、地域の福祉課題を把握するため、ご近所福祉アンケートの取り組みをお願いしています。
- ◆社協職員が相談に応じ、アンケートの作成から集計などといった事務も一緒にお手伝いします。
- ◆申し込みは、支部長（区長）、民生児童委員、福祉運営委員の皆さんを中心に発起人会を立ち上げていただき、申請をしていただきます。
- ◆募集期間は4月30日（火）までです。
- 問い合わせ・連絡先
社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455

栗林支部（区）の取り組みから

栗林支部（区）では区、民生児童委員、福祉運営委員、各種団体の皆さんが中心になり、災害時の住民支え合い台帳などの整備に取り組みました。また同時に、栗林区の歴史を紙芝居にして、育成会やいきいきサロンなどの行事などで披露しながら、区民同士交流のきっかけづくりにつなげています。

これまで下記の支部（区と1地域）の皆さんに事業を取り組んでいただきました。

加沢、本海野、新張、田沢、金井、田中、田楽平、上八重原、中屋敷、原口、常田、東町、乙女平、島川原、桜井、布下、山崎、東上田、伊勢原、新屋、中八重原、大川、御牧原北部、御牧原南部、大日向、栗林、片羽、羽毛山地域（羽毛山区、郷仕川原区、牧ヶ原区）
(計28支部)

地域福祉懇談会を開催します

社会福祉協議会では、各支部（区）の新年度のスタートに併せて、地区別の地域福祉懇談会を開催します。この懇談会は、社会福祉協議会が実施する地域福祉事業を、地域で福祉活動を推進していただく皆さんにご理解をいただき、いきいきサロンなどの地域福祉活動を継続した活動につなげるため開催します。日頃の地域の悩みや支部（区）の福祉活動について、参加者同士で一緒に考えてみませんか。懇談会の詳細は下記のとおりです。

1. 開催日程

開催地区	開催日	会場
北御牧	2月18日(月)	北御牧公民館
滋野	2月20日(水)	滋野コミュニティーセンター
柵津	2月22日(金)	総合福祉センター
和	2月25日(月)	和コミュニティーセンター
田中	2月27日(水)	中央公民館



▲昨年の地域福祉懇談会

2. 開催時間 午後1時30分～4時位

3. 参加者 支部長（区長）、民生児童委員、福祉運営委員、高齢者クラブの役員、地域で活動するボランティアグループの皆さんなど

4. 懇談会の内容

- | | |
|----------------------|----------------------|
| (1) 社会福祉協議会の事業説明 | (2) 福祉運営委員の役割と活動について |
| (3) いきいきサロンの助成などについて | (4) 支部（区）ごとの懇談会 など |

月間スナップ

成年後見個別・無料相談会ひらく

11月9日、成年後見団体連絡会（構成：県弁護士会など全7団体）が主催、社会福祉協議会が共催し、総合福祉センターで成年後見に関する無料相談会を開催。同連絡会所属の司法・福祉の専門職が、市民らからの相談に対応しました。また同連絡会は成年後見制度の普及・活用に関し、県内全市町村に一斉に要望書を提出。当日は市福祉課に直接、要望書を手渡し、制度普及・活用を訴えました。



日赤奉仕団員が奉仕活動

11月26日から12月1日までの6日間、日赤奉仕団員の皆さん27人が、市内の福祉施設3カ所（ハーモニック東部、フォーレスト、ケアポートみまき）でボランティア活動を行いました。団員は施設で、掃除やオムツたたみなどをしながら、利用者の皆さんとも交流を図りました。これは奉仕団員の希望者を募り、市内の福祉施設の協力のもと、毎年行っている福祉活動です。

福祉のまちづくり講座

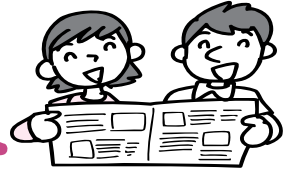
社会福祉協議会は12月20日、1月10日、24日の3日間「エンディングノートを作ろう」と題し、福祉のまちづくり講座を市総合福祉センターで開催。第1回目は市民約20人が参加し、エンディングノートについて（概要、記入するときの注意点など）話しを聞き、遺品整理会社キーパーズの孤立死をテーマにしたDVD鑑賞や成年後見制度の説明を受けました。第2回目・3回目では、各人が希望したエンディングノートを使って作成に取り組む予定です。



おせち料理で訪問活動

12月29日、30日、総合福祉センターで恒例の「おせち料理訪問事業」が行われました。この事業は、年末年始を1人で迎える75歳以上の1人暮らし、または85歳以上の高齢者世帯と父子（中学生以下）世帯の皆さんで「おせち料理」を作ることが困難な方に、民生委員の皆さん手作りの「おせち料理」を届けています。きれいに折り詰めされた「おせち料理」は、心豊かにお正月を迎えてもらおうと、民生委員の皆さんの手で対象者のお宅に届けられました。

ボランティアがわら版



福祉体験学習

～体験を通じて
思いやりの心を育てます～

田中小学校

- ・ 11月16日 6年 手話体験
- ・ 11月20日 5年 車いす体験
- ・ 11月29日 4年 点字体験

感想

- ・ 私たちが普通に生活でやっていることが、車いすだと苦勞するのだと思った。
- ・ 手話は耳が聞こえない人にとって、とても大切なものだと知ることができた。



▼車いす体験



▲手話体験



▶点字体験

滋野小学校

- ・ 11月27日 6年 アイマスク（対話型鑑賞）体験
- ・ 12月9日 4年 車いす体験

感想

- ・ アイマスクをしている人がイメージできるように色、物、人など細かく説明する事に気がつけた。
- ・ 車いすを押す人は、乗っている人がやって欲しいことをお手伝いするだけでなく、コミュニケーション（会話）が大切だと思った。



▼車いす体験



▲アイマスク（対話型鑑賞）体験

ボランティア笑顔のりー



☆東御市のボランティア連絡協議会加入団体の代表者にインタビューをします。

「サンフラワーズ」

その18

荒井 悦子さん

連絡先 電話63-5639



Q 活動内容を紹介してください

手話ダンスは、全身の神経機能を使って、楽しく明るくステップを踏む事で健康維持に最適です。毎週金曜日午後1時30分～4時まで、総合福祉センターで練習しています。

東御市で最初に手話ダンスを始めたグループとして誇りを持って活動しています。

Q ボランティア活動をして楽しい、良かったと思うときはどんなときですか？

長く活動しているので知名度も高くなり、行政や施設、そして各種イベントに参加し喜んでいただいています。また参加する事で会員は張り合いが良く練習にも力が入ります。

Q ボランティア活動をする際に大切にしていることは？

手話が主体なのでわかりやすく説明したり、笑顔で楽しく発表します。「または是非待っています」と喜ばれることが会の継続になっています。

Q メッセージをお願いします

年齢問わずに誰でも楽しく仲間作りが出来ますので、心も身体も健全になるよう参加することで日常生活に生きがいを持てると思います。



☆☆☆☆☆次回は「てのひらの会」の和田さんです。☆☆☆☆☆

上小ブロックボランティア交流研究集会開催！

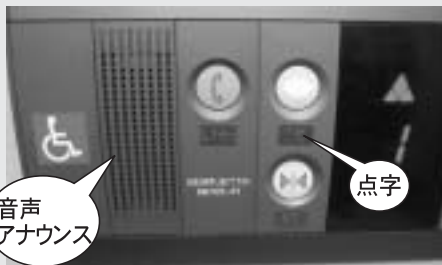
11月17日に、上田市武石公民館で「平成24年度上小ブロックボランティア交流研究集会」が開かれ、東御市からは約30人が参加しました。講演は「コミュニケーションの取り方のヒント」と題し、兼重コーチング事務所代表の兼重尚子さん人間関係を円滑にする会話や接し方について話しました。講演後は、少人数に分かれ、ボランティア活動について3つのテーマで話し合いをし、和やかな雰囲気意見交換しました。



～みんなで作る ひとにやさしいまち～
みつけた！！ まちの中の工夫

スナツプ2 『エレベーターのひみつ』

知ってるようで
知らない



エレベーター内の
ボタン操作



車いす用
ガード

♥なぜエレベーターがしゃべるのでしょうか？

エレベーターに乗ると「ドアが閉まります」「〇〇階です」「ドアが開きます」などの声が聞こえてきます。これは目の不自由な人がエレベーターを使用する時の音声案内で、到着の階や入口を音声で確認しているのです。

♥鏡があるわけ

「鏡」は車いすの利用者がエレベーターに乗ったとき、後ろに人がいるかどうかを確認するためにあります。

♥そのほかにもこんな工夫が！

目の不自由な人が点字でボタンを確認するための点字や、車いすがエレベーターにぶつかって傷つかないようにするためのカバーがついていたり、たくさんの工夫があります。

災害ボランティア養成講座の開催のお知らせ

～もしもに備えて今始めよう！人を救うのは人だから～

- 日 時 平成25年3月9日(土) 13:00～16:00
- 場 所 東御市総合福祉センター 3階講堂
- 内 容 ①被災地におけるボランティア活動について ～東日本大震災から学ぶ～
講 師 長野県社会福祉協議会職員
②災害時避難所運営ゲーム「HUG (ハグ)」
講 師 長野県危機管理防災課 防災指導員
- 対 象 者 災害ボランティアに興味のある方
- 募 集 人 員 50名
- 参 加 料 無料
- 申 込 込 込 平成25年3月1日(金)までに社会福祉協議会
(TEL62-4455 FAX64-5695) まで





(11月・12月の受付分です)



▲東御ライオンズクラブ様



▲上小理容組合様



▲東御キリスト教会様



▲日信工業(株)東部工場様

匿名 名様	タオル
匿名 名様	50,000円
東御キリスト教会 様	
チャリティーバザー収益金	94,000円
日信工業(株)東部工場 様	
日信フェア in 東部収益金	84,958円
くるみ幼稚園保護者会様	バザー収益金 10,000円
匿名 名様	歩行器
匿名 名様	3,000円
匿名 名様	33,300円
匿名 名様	介護用品
上小理容組合 様	タオル
上小理容組合 様	16,000円(歳末助け合いへ)
東御ライオンズクラブ 様	50,000円

ウエス(清拭布)をありがとうございます

(11月・12月の受付分です)

民団婦人会東信支部 様	
匿名 名様 (日向が丘)	
花岡 則 長 様	
花づなの会 様	



社会福祉協議会会費 ご協力ありがとうございました。

(12月31日現在) (敬称略)

- (株)アルファタケダ
- (株)ほっとスマイルケア
- 草軽観光東御支店
- (株)岡田組
- 日信工業(株)東部工場
- 長野第一物流(株)
- (株)メガパスカル
- (株)グラフィックツール
- 関東西濃運輸(株)

臨時職員募集

社会福祉法人東御市社会福祉協議会では次のとおり平成25年度臨時職員を募集します。

- 職種・人数 一般事務 1名
- 募集期間 2月1日から2月28日まで
- 応募資格 パソコン操作が堪能な方で通勤可能な方
- 勤務条件 勤務日 月曜日～金曜日
勤務時間 午前9時～午後5時
社会保険等 健康保険・厚生年金保険・雇用保険加入
- 申し込み 職員採用試験申込書・履歴書
(書類は、社会福祉協議会事務局に直接請求いただくか、社会福祉協議会ホームページからダウンロードしてください)
- 応募先 社会福祉協議会事務局
- 採用試験 応募締め切り後に書類選考の上、面接等を行い採用を決定します。
- 問い合わせ先(事務局)
社会福祉法人東御市社会福祉協議会
東御市鞍掛197 ☎62-4455

在宅介護者リフレッシュツアー参加者募集

- ◆日程 3月1日(金) 午前9時30分～午後3時30分
- ◆場所 ふれあいの湯 布施温泉(佐久市)
- ◆内容 ・心のストレス解消法や家庭でできる簡単な運動。
・交流会、入浴
- ◆講師 身体教育医学研究所 朴 相俊 氏
- ◆対象者 在宅で介護している家族の方
※要介護者の方が、入所施設や病院を長期に利用されている場合は除きます。
- ◆定員 20人
- ◆参加費 1,000円(昼食代込み)
- ◆申し込み締め切り 2月20日(水)
- ◆集合場所 総合福祉センター2階駐車場
(送迎を希望される方はお申し出ください)
- ◆申し込み・問い合わせ
社会福祉協議会 ☎62-4455

訂正とお詫び

11月16日発行の社協報「ほほえみ」49号の「東御市視覚障がいネットワークゆるり」のご紹介で団体名に誤りがありましたので、下記の通り訂正しお詫びいたします。

訂正前 「東御市視覚障がいネットワークゆるり」
訂正後 「東御市視覚障がいネットワークゆるり」

編集後記

あけましておめでとうございます。本年も「ほほえみ」をよろしくお願い致します。昨年末に高齢者へのボランティア活動をする友人とゆっくり話をする機会がありました。その友人が語っていた中で「参加してくれたお年寄りが帰る時には笑顔になっている。その姿がうれしくて続けている」との言葉が心に残っています。今年はそんな笑顔の多い一年になりたいと思います。「ほほえみ」編集もしっかりやっていきたいと思っています。(重原 君江)