

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。

- 平成 28 年度福祉運営委員長の紹介
- 地域福祉懇談会・おらほのサロン
- ありがとう赤い羽根共同募金
- ポッチャ交流大会
- ボランティアセンターかわら版

社協のブログははじめました!!

東御市社協

検索

地域福祉懇談会
(田中地区)



地域福祉懇談会
(滋野地区)



地域福祉懇談会
(和地区)



住民主役の
支え合いの
まちづくり

介護予防センター
(ひなまつり)



介護者リフレッシュ
(あぐりの湯)



ポッチャ交流大会



平成28年度 福祉運営委員長の皆さんです

支部（区）の福祉運営委員会は、日々の暮らしの中でおきている福祉問題を、住民が主体となり問題の改善や解決に当たる組織です。福祉運営委員活動にご理解とご協力をお願いします。

※なお、名簿は平成28年3月1日現在のものです。4月1日に決定する支部（区）もありますのでご了承ください。（敬称略）

地区名	区名	委員長名	地区名	区名	委員長名	地区名	区名	委員長名
田中	加沢	上原 寿美子	栢津	西宮	高橋 哲夫	北御牧	上八重原	白倉 征恵
	常田	荒井 伸子		姫子沢	北澤 みち子		田楽平	中山 智子
	田中	上原 真由美		湯の丸			中八重原	依田 昌徳
	県	柳沢 誉里子		滝の沢	斉藤 守義		下八重原	依田 秀昭
	本海野	西沢 美知子		栢津南	鳥居 敬子		芸術むら	澤田 澄子
	西海野	上原 重二		伊勢原	山辺 美加子		白樺	八巻 智枝
	白鳥台	竹内 健造		奈良原	長張 栄子		切久保	田中 良平
	城ノ前	千歳 國昭		鞍掛自治区	柳澤 健志		八反田	大塚 元美
滋野	赤岩	田口 和也	リドリー-くらがけ	後藤 哲志	本下之城		渡辺 忠信	
	片羽	長谷川 頼利	東上田	児玉 俊一	田之尻		井出 広美	
	桜井	滝澤 有季	田沢	加藤 敏恵	宮		清水 和重	
	大石	関 洋一	大川	竹内 玲子	畔田		小松 喜美	
	中屋敷	竹内 栄一	栗林	有賀 由美	御牧原南部		箕輪 一	
	別府	久米 芳江	海善寺	関 和登	御牧原北部		清水 勉	
	原口	花岡 孝雄	曾根	田中 眞一	布下		荻原 政夫	
	聖	尾崎 伸弘	東深井	小林 和英	常満		佐藤 夏美	
	乙女平	山岸 けさ子	西深井	北沢 美恵子	島川原	渡辺 正喜		
	王子平	佐藤 美江子	西入	竹花 晴夫	大日向	小林 文明		
栢津	新張	山口 もとこ	東入	山浦 洋子	光ヶ丘	中山 賢次		
	出場	花岡 えり子	日向が丘	山岸 雄二	羽毛山	岩 下一		
	金井	小林 由美	海善寺北	関 竜哉	牧ヶ原			
	新屋	大平 善子	寺坂	飯島 英彦				
	東町	丸山 順子	睦	黒沢 二美江				

地域のアンテナ役『福祉運営委員』の活動を知っていますか

福祉運営委員は、皆さんの住んでいる地域で、悩みや困り事を抱えている人を、見守り活動や声かけ等しながら早期発見し、民生児童委員等に情報をつなげる『地域のアンテナ役』です。

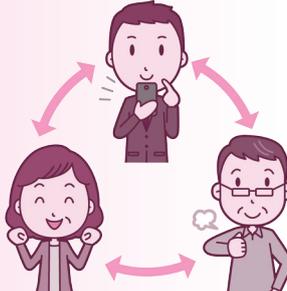
きづく

- 1. 困っている人に
- 2. ひとり暮らしの人に
- 3. 高齢者世帯の人に
- 4. 障がい者の人 など



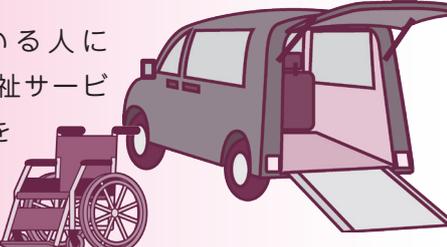
しらせる

- 1. 区や民生児童委員へ
- 2. 複雑な福祉問題や福祉サービスを必要とする場合は社協や市福祉課へ



ひろめる

- 1. 困っている人に様々な福祉サービスや情報を



つながる

- 1. 福祉運営委員同士で
- 2. 地域の福祉関係者と
- 3. 地域の人々や地域にある団体と
- 4. いきいきサロン活動で



地域福祉懇談会開く

2月17日から26日にかけて市内5地区で地域福祉懇談会が開かれ、約300人が参加しました。この懇談会は、新年度を迎えて、社協支部長（区長）、民生児童委員、福祉運営委員、高齢者クラブ、サロンを担うボランティアの皆さんを対象に開くもので、前半は社協事業の紹介や福祉運営委員を中心にした「いきいきサロン」等の福祉活動について説明が行われ、後半では支部ごとに新年度の年間計画を立てながら懇談を行いました。また、北御牧地区では、大日向支部（区）の荻原輝久さんが、田中地区では県支部（区）の依田政一さんが、それぞれ区の福祉活動について事例発表しました。今回の懇談会を通して、参加者の地域福祉に対する意識の高さと熱意を感じることができました。



事例発表



荻原輝久さん
（大日向支部）
災害時支えあい台帳の取り組み



依田政一さん
（県支部）
支部の福祉活動の取り組み



『おらほのサロン』

東上田支部(区)

レクリエーションで交流

2月18日、東上田支部（区）井高の公民館において、いきいきサロンが開催されました。公民館には約25人が集まりました。サロンでは、ストレッチ体操で身体をほぐした後、巨大サイコロやちゃぶ台輪投げを使いました。

参加者は輪になってレクリエーションを楽しむことで、お互いの笑顔が連鎖するような、和気あいあいとしたサロンとなりました。



畔田支部(区)

介護予防体操で交流

2月19日、畔田支部（区）は生きがい交流センターで、いきいきサロンを行いました。この日は男性9人、女性9人と計18人が集まりました。身体教育医学研究所と地域包括支援センターの指導のもと、手軽な健康体操から、歩く速さや段差の昇り降りをする健脚測定を行い、充実した時間を過ごしました。健脚測定ではいい結果を残そうといつも以上に張り切っている人もいました。

また、昼食後はスロットボールと輪投げで1日を楽しみました。





赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました。

平成27年度
募金結果

募金総額 6,759,861円

お寄せいただきました募金は県共募から配分を受け、東御市の地域福祉活動に活用させていただきます。

(単位：円)

【戸別募金】 6,296,912 円

区名	募金額	区名	募金額	区名	募金額	区名	募金額
加 沢	286,100	祢 津 南	52,400	田 沢	148,235	下八重原	188,250
常 田	403,003	伊 勢 原	40,500	大 川	76,732	白 樺	23,000
田 中	294,450	奈 良 原	34,200	栗 林	94,153	切 久 保	55,500
県	179,000	鞍掛自治区	15,200	海 善 寺	145,000	八 反 田	36,000
本海野	253,362	リードリー-くらかげ	30,000	曾 根	169,654	本下之城	48,000
西海野	110,000	小 計	1,017,325	東 深 井	45,000	田 之 尻	28,000
白鳥台	101,100	赤 岩	64,900	西 深 井	25,000	宮	41,747
城ノ前	110,010	片 羽	141,019	西 入	26,000	畔 田	61,000
小 計	1,737,025	桜 井	206,864	東 入	12,000	御牧原南部	80,371
新 張	191,110	大 石	174,300	日向が丘	72,750	御牧原北部	93,550
出 場	88,800	中屋敷	87,387	海善寺北	138,500	布 下	82,500
金 井	107,022	別 府	64,100	寺 坂	18,400	常 満	22,800
新 屋	104,400	原 口	139,230	睦	27,822	島 川 原	61,000
東 町	170,000	聖	20,000	小 計	1,207,650	大 日 向	44,850
西 宮	150,693	乙女平	164,150	上八重原	104,481	光ヶ丘	16,000
姫子沢	20,000	王子平	40,300	田 楽 平	20,000	羽 毛 山	80,013
湯の丸	1,000	小 計	1,102,250	中八重原	92,600	牧ヶ原	32,000
滝の沢	12,000	東上田	208,404	芸術むら	21,000	小 計	1,232,662

【学校等募金】 350,949 円

田中小学校	3,147	北御牧小学校	8,968	役場職域	45,912	募 金 箱	20,764
祢津小学校	3,253	東部中学校	7,867	J A 職域	6,430	街頭募金	76,392
和 小 学 校	8,871	北御牧中学校	4,046	社 協 職 域	8,610	募金のできる自販機	152,888
滋野小学校	3,785	学校募金計	39,937	職域募金計	60,952	その他	16

【法人募金】 112,000 円

(順不同・敬称略)

法人名	所在地	法人名	所在地
(有)三峰工業	新 張	(株)ビービートランスポート	布 下
湯の丸高原ホテル	湯 の 丸	(株)岡田組	島 川 原
(有)信州ファーム荻原	上八重原	ファミリー・マネジメント・サービス(株)	〃
(株)ハルディン	〃	(有)関自動車整備工場	大 日 向
(有)森澤建業	〃	(農)北御牧味の研究会	〃
シチズンファインテックミヨタ(株)北御牧事業所	中八重原	(有)エヌケイプランニング	羽 毛 山
(株)鳴沢工務店	下八東部	(株)西入不動産鑑定士事務所	〃
(株)八光建設	〃	(株)エイチ・エス	〃
(農法)武井種蓄場	切 久 保	(有)千曲化成	滋 野
竹内工業(株)	田 之 尻	(株)竹花組	佐 久 市
(有)渡辺鉄工所	宮		
水科設備(有)	北 部		

今年度の募金総額は28年度事業に活用させていただきます。

☆広域(県を範囲とする)福祉事業へ…1,754,000円

☆東御市社会福祉協議会配分事業へ…5,005,861円

平成28年度、以下の事業に使われます。

高齢者福祉事業

ひとり暮らし高齢者会食会、敬老・金婚祝、おせち料理訪問

障害者福祉事業

障がい者福祉のつどい、障がい者とボランティアの交流、障がい者社会参加支援事業

児童・青少年活動

福祉協力校補助金

母子・父子活動

ひとり親家庭交流支援事業

福祉育成援助活動

福祉講演会、広報活動、ボランティア活動助成、多世代サロン

千曲市ボランティア団体「あけぼの会」が視察

2月23日、千曲市屋代地区で活動する「あけぼの会」の会員、約30人が「本海野ボランティア」の活動を視察するため、東御市本海野支部（区）を訪れました。

視察研修では、はじめに同区のふれあいセンターで自己紹介の後、情報交換を行いました。情報交換では、お互いの活動の内容から、活動にかかる資金に関する話、またボランティア会員の獲得方法など、内容は多岐にわたりました。

最後に、本海野ボランティアの案内で海野宿内を散策しました。



ポッチャ交流大会 が開催されました

2月20日、東御市中央公民館においてポッチャ交流大会が開催されました。ポッチャは障がいの有無に関係なく、誰もが参加できるユニバーサルスポーツとして注目されています。この日も市内外から9チームが参加し、大会を盛り上げました。参加者からは「初めてのポッチャだったが楽しめた。皆と一緒にできるのが魅力だと思う」といった感想が聞かれました。

この大会を共催した「みんなの健康・スポーツ実行委員会」は平成24年に立ち上がって以降、誰もがスポーツに親しめる環境づくりを目指した活動に積極的に取り組んでいます。



- 多世代交流サロン -

おいでよサンサン

育児中のママ☆パパ
おじいちゃん・おばあちゃん
み～んな集まっておいでよ～

「おいでよサンサン」ってな～に？

お茶を飲んで過ごしたり、困りごとを相談したり、体を動かしたり。楽しく仲間づくりができる場所です。ぜひ、お越しください！



開催日：毎月第2水曜日

開催時間：10時 - 15時（時間内の出入り自由）

場所：総合福祉センター2階 高齢者センター大広間

【参加費は無料です】

- お風呂を利用する人のみ、入浴券または入浴料が必要です。
- 昼食は各自でご用意ください（お弁当・おにぎり等）。

「いってみようかな…？」
と思ったらまずはお電話を



申し込み・問い合わせ：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

～ 未来へつなげる ボランティアのこころ ～

平成 27 年度 福祉体験学習 出前講座

平成 27 年度 講座実績

協力校：市内 4 校
 受講人数：542 人
 講座回数：13 回
 講師数：26 人
 ボランティア数：59 人

講師・ボランティアのご協力により、たくさん子どもたちが福祉についての学びを深めました。

このボランティアと子どもの関わりが、ボランティアのこころを未来につなげていくきっかけになるように感じられました。



▲東部中学校 体験前ミーティング



▲滋野小学校 点字体験学習



▲祢津小学校 手話体験学習



▲北御牧小学校 車イスバスケットボール体験学習

ボランティア交流広場 in かわら版

～ボランティア情報、どしどしお寄せください～

うちのボランティアのこと、もっとみんなに知ってもらいたい!!

ボランティアグループと一緒に活動できるメンバーを募集したい!!

施設の夏祭りを一緒に盛り上げてくれるボランティアさんいないかな…?!

施設へ継続的に来てくれるボランティアさんを募集したい!!



まずはお気軽に
ご相談ください!!

※無償のボランティア活動に関する内容に限定します。
 ※東御市を中心として行われる活動に限定します。
 ※施設・グループなど、団体に限定します。

【問い合わせ】 社会福祉協議会 地域福祉係 (担当: 小野)
 E-MAIL: ono@tomisyakyo.or.jp

☎: 62-4455
 FAX: 64-5695

～ボランティアセンター研修会～



「地域の学校づくり」～ボランティアが学校と連携するには～

2月5日、総合福祉センターにおいて「地域の学校づくり」をテーマとしたボランティアセンター研修会が開催されました。

当日は講師として、長野県教育委員会の蟹沢友司氏を招き、信州型コミュニティスクールに関する取り組みの様子をお聞きしました。また、事例報告者としては、東御市内で学校支援ボランティアとして活躍されている栗原陽子氏と増田章子氏にお越しいただき、普段の活動の様子をお聞きしました。参加者からは「時代を担う子どもを育てる過程を知る機会になった」、「信州型コミュニティスクールという言葉は知っていたが、お話を聞いて仕組みの理解ができた」という感想が聞かれました。



▲講師の蟹沢友司氏

ボランティアで活躍する皆さん!!

略して“ボラ連”

“東御市ボランティア連絡協議会”に加入しませんか??

他団体はどんな活動しているの…?
他団体と協力できないかな?!



気になること、
他のボラ団体さんに
聞いてみませんか?!



ボラ連に参加すると…?

- ★ボランティアグループ助成金が受け取れます!
年間 15,000 円の助成金の申請対象になります
- ★各種行事に参加できます!
ふれあいフェスティバル (ボランティア交流イベント)
自然を楽しむ会 (障がいのある皆さんとの交流) など
- ★研修会への参加ができます!
ボランティアに関する研修などを開催します。

ご存知ですか??

“ボランティア活動保険”のこと

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中におこる様々な事故に対する備えとして昭和52年から始まり、全国で約200万人の方が加入しています。安心してボランティア活動ができるように入会することをお勧めします。

- ◆対象者 社会福祉協議会に登録しているボランティア (個人・団体) ならびに社会福祉協議会の構成員・会員 (※保険加入時、同時にボランティア登録を行うことも可能です)
- ◆補償内容 ボランティア活動中のケガに対する通院、入院、手術、死亡、賠償責任の補償
- ◆補償期間 平成28年4月1日～平成29年3月31日
(随時受け付けますが、補償は加入の翌日から3月31日までとなります)
- ◆掛け金 補償が異なるA・Bプランがあります。料金はA:300円、B:450円です。
(Bプランに関しては社協で掛金の一部を負担します)
- ◆問い合わせ・申し込み 東御市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455



社協のケアマネージャーよりみなさまへ あったかいごだより No.15



桃の節句が過ぎ、日差しも暖かく、春を感じるが多くなってきました。体を動かそうかと考え始

めている人も多いのではないのでしょうか。



花を愛でながらウォーキングなど楽しく行える時期になりますが、筋肉トレーニング（スクワットや、片足上げ運動など）を週2回組み込んだり、バランスの良い食事に気をつけたりすることで【フレイル】（筋肉や心身の活動が低下した状態・健常な状態と要介護の中間状態のこと）を予防できるそうです。



春です。食事と運動について考えてみませんか。

善意を ありがとう

(1月、2月受け付け分)

- To Meコンサート実行委員会 様 …… 58,639円
- 匿名様 …… ポータブルトイレ
- 匿名様 …… 介護用品
- アトリエ・ド・フロマージュ 様 …… 50,000円
- 小平ふみ江 様 …… アクリルタワシ

ウエスをありがとう (1月、2月受け付け分)

- 花づなの会 様
- 田中長寿会 様
- 匿名様 (桜井)
- 和地区高齢者クラブ女性部 様
- 加沢ボランティアグループ 様
- あがたボランティア 様
- 匿名様 (金井)
- 滋野地区高齢者クラブ女性部 様
- 新屋百寿会 様
- リフレッシュマザーズin田中 様



社会福祉協議会法人会費
ご協力ありがとうございました
長野第一物流株式会社

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

持ち物：
ご本人の写真等です。



- ♥ 開設場所 東御市中央公民館 学習室1
- ♥ 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 FAX64-5695

家族介護者サロン「太陽の会」

現在、在宅で介護をしている人や過去に介護を経験した人が集まり、交流会を行っています。介護の悩みから何気ない思い出話まで、気軽に情報共有できるサロンにあなたも参加してみませんか？

本年度の開催 (午前10時～午後3時)
平成28年5月18日(水) 9月21日(水)
平成29年1月18日(水)

場 所 総合福祉センター2階 高齢者センター大広間
参加費 500円 (茶菓子・弁当代)
問い合わせ 社会福祉協議会 ☎62-4455

日本財団から助成を受けました！

社会福祉協議会では、日本財団の助成を受けて車を購入しました。主に相談支援事業で訪問等に利用します。



●編集後記

東日本大震災から今月で5年。この間も全国各地で多くの災害が発生し、防災や地域ぐるみの支え合いへの意識が高まってきました。社協でも災害時の安否確認や避難など支援をスムーズに行うための「災害時支え合い台帳」づくりが始まっています。日頃から隣近所であいさつや見守りなど通し住民が協力しあえる「地域力」をつけておきたいものです。

小松 美どり