

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～

北御牧小学校4年生

～トルコ・シリア地震救援金へ～



北御牧小学校の4年生は、昨年度、地域のみなさんと一緒に大豆を作りました。成長するまで時間がかかったけれど、草取りも一生懸命やりました。大豆を販売したお金をどうするか、みんなで話し合ったところ、トルコ地震のニュースを見て寄付することに決めました。ご寄付いただいた救援金は、復興支援活動などに使われます。

内容

- ★社協の組織紹介・年間スケジュール
- ★月間スナップ ★まいさぽ便り
- ★ボランティアセンターかわら版

特集

- ★「ながの結婚マッチングシステム」の紹介



社協の Facebook
フォローお願いします♪

検索 東御市社協 Facebook



東御市社協の組織と事業紹介

～ 地域の皆さんの身近な存在を目指します !! ～

地域住民の皆さん と社協の関係

社協は、地域住民の皆さんに会員としてご参加いただき、地域福祉活動を推進していく組織です。様々な事情により、自ら福祉活動に参加できない皆さんの善意の気持ちも、社協が形に変えて地域へお届けします。社協の4つの係がそれぞれ、地域の皆さんと共に活動しています。



▲ 地区別地域福祉懇談会

総務係

－ 法人運営 －

- 法人の運営
- 理事会・評議員会
- 社協会費の受付
- 苦情窓口

－ 広報活動 －

- 広報誌発行
- 社会福祉大会等の開催
- － 福祉総合相談 －
- 日常生活自立支援事業
- 生活資金の貸付

－ 日赤 －

- 日赤活動資金の募集
- 奉仕団の活動支援
- 義援金の受付



▲ 支部長会議（会費収納会議）

地域福祉係

－ 支え合い活動 －

- いきいきサロン
- 災害時支え合い台帳

－ 貸出事業 －

- 福祉自動車・福祉用具
- レクリエーション用具

－ ボランティア －

- ボランティアの支援
- 福祉の出前講座
- ボランティア保険

－ イベント －

- 福祉の森ふれあいフェスティバル
- 福祉啓発の講演会

－ サービス －

- 布団の丸洗い
- 希望の旅事業
- ひとり親家庭交流会
- 音訳・点訳サービス

－ 福祉総合相談 －

- 結婚相談

－ 共同募金 －

- 東御市共同募金委員会



▲ 障がい者福祉のつどい

相談支援係

－ 生活就労支援センターまいさぼ東御 －

- 自立相談支援（生活・就労の総合相談）
- 就労支援（準備・訓練）
- 食料支援
- 住居確保給付金
- 家計改善支援
- 居場所づくり
- 子どもの学習・生活支援
- 就労体験等協力事業所登録



▲ 赤い羽根共同募金

介護支援係

－ ケアマネージャー －

- 介護相談の受付
- 要介護認定調査
- ケアプラン作成



▲ 子どもだれでも居場所「くる me」



▲ はーべすとのかい



▲ とうみ男の遊び塾

令和5年度 社協の年間スケジュールのぞき見隊!!

令和5年度の社会福祉協議会は、次の行事スケジュールを予定しています。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

※予定は変更となる可能性があります。

令和5年5月

- ★ 日赤活動資金募集
- ★ 福祉施設ボランティア連絡会議
- ★ 福祉運営委員長研修会
- ★ 自然を楽しむ会
(ボランティアと障がい者の交流イベント)



▲ 高齢者希望の旅

6月

- ★ 寝具洗濯乾燥消毒サービス
* 次回11月にも開催予定
- ★ 支部活動助成金の交付
- ★ 福祉団体交流会
- ★ 寝たきり高齢者希望の旅



▲ 福祉団体交流会 (ポッチャ)

7月

- ★ 支部長 (区長) 会議 (会費募集会議)
- ★ 会費収納期間 (7月～8月)
- ★ ボランティアセンター運営委員会
- ★ サロンのための料理講習会
* 次回2月にも開催
- ★ 在宅介護者リフレッシュ交流会
* 11月・3月にも開催



▲ 男性の料理サロン

8月

- ★ 男性の料理サロン
* 10月、12月、2月にも開催
- ★ サマーチャレンジボランティア



9月

- ★ 重度障がい者希望の旅
- ★ 敬老祝賀事業 (祝賀訪問・金婚祝)

随時

- ★ 総合相談
- ★ 各種ボランティア講座
- ★ ボランティアスキルアップ講習
- ★ いきいきサロン (地域実施の福祉活動)
- ★ 結婚相談 (毎週日曜日)
- ★ ふれあいサロン「おいでよサンサン」
(毎月第4水曜日)
- ★ とうみ男の遊び塾
- ★ 社協報「ほほえみ」発行 (奇数月)
- ★ 子どもだれでも居場所くる me、くる me ぷらす



▲ 福祉の森ふれあいフェスティバル

10月

- ★ 赤い羽根共同募金 活動開始
* 戸別募金・街頭募金の実施



- ★ 福祉の森ふれあいフェスティバル

11月

- ★ 介護の日・福祉講演会
- ★ 障がい者福祉のつどい



▲ 介護の日・福祉講演会

12月

- ★ ひとり親家庭交流会
- ★ おせち料理訪問



令和6年2月

- ★ 地域福祉懇談会

▲ 災害ボランティア養成講座

3月

- ★ 介護講座「あった介護教室」
- ★ 災害ボランティア養成講座



月間スナップ

介護者リフレッシュ交流会 ～いちご狩りでリフレッシュ～

3月1日、介護者リフレッシュ交流会を行いました。この日は初めに、「こもろ布引いちご園」を訪れ、いちご狩りを体験。その後は、あぐりの湯こもろで昼食を取りながら交流しました。参加者は、自身の介護の話なども含め、情報交換をしながら日頃の疲れをいやしました。



いきいきサロンのための料理講習会

3月3日、いきいきサロンのための料理講習会を開催し、地域の福祉運営委員長およびボランティア16人が参加しました。この日のメニューは「飾り寿司」と「手作り串団子」。参加者で協力し、春らしいキレイな料理を仕上げました。この講習会は、「地域のサロン活動に活かしていただく料理」をテーマに、年2回開催しています。



終活セミナー ～この先の人生をより豊かにするために～

3月14日、終活セミナーを開催しました。「終活」というと、マイナスなイメージがありますが、このセミナーはこの先の人生をより前向きに考え、豊かにすることを目的にしています。この日は、「これまでの人生」と「これからの生き方」を整理してまとめる「エンディングノート」や、介護保険との上手な付き合い方などの話を共有しました。



あった介護教室 ～認知症ってなんだろう?～

3月25日、「あった介護教室」を開催しました。この講座は、介護や福祉の問題をより身近に感じていただくことを目的に開催しています。今回は「認知症サポーター養成講座」と兼ねての開催。講師は、居宅介護支援事業所「心おもい」の高木昇氏にお願いし、認知症とは、どのようなものなのか、周りの人たちはどのような行動ができるのか、などの話がありました。

東御市社協では、認知症があってもなくても、誰もが協力して暮らしやすい地域づくりを、地域の皆さんと共に進めています。



まいさぼ便り

「まいさぼ東御」は、生活や就労に困難を抱えている人の総合相談窓口です

食料支援事業 ～フードサポート とうみの縁～

東御市社協では食料の寄附を受け付けています！

令和4年度は延べ約**180**人に食料の寄付をいただき、延べ約**780**人にお渡ししました。地域の皆様のあたたかいご寄付のおかげで本事業は継続できました。深く感謝いたします。

今後も継続して事業を実施します。

皆様のあたたかいご協力をお願いします。



寄付できるもの○

- 賞味期限が1か月以上あるもの
- 常温保存可能なもの
- 未開封品



寄付できないもの×

- ×生のもの
- ×賞味期限、消費期限が切れているもの
- ×開封してあるもの など

寄付受付場所

- ・東御市社協
- ・フードポスト(市内6郵便局)
- ・市内ファミリーマート

現在、お米が不足しております。

詳細は下記までご連絡ください。

生活就労支援センター まいさぼ東御

受付日時 月～金曜日 午前8時30分～午後5時

場 所 東御市鞍掛197 東御市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

～ 皆さんが気軽に行ける “地域の通える場所” はありますか？ ～

春になり、外に出るのが気持ちよい季節です。感染症への対策も浸透し、外出に対する規制も随分と緩和されてきました。しかし“外に出る”という習慣が少し遠のいてしまっている人もいらっしゃるのではないのでしょうか？

地域では、様々な“通える場所があります。

例えば多くの地域で「いきいきサロン」が開催されています。対象者は場所によって様々ですが、地域の人を対象に開催されていますので、お誘いがあたらぜひ、ご参加ください♪

いきいきサロン

体操教室

ご近所さんとの寄り合い



誰かとコミュニケーションをとることって、とっても大切?!

家族や地域の人と集まったり、日常的にコミュニケーションをとっている人は、そうでない人と比較して「健康的」に生活されていることが、様々な研究から明らかになっています。

どこか出かける集まりがあればいいけど、どうしようかな…？

そんなご相談は、お気軽に「社会福祉協議会」や「地域包括支援センター」へ♪



東御市社協結婚相談所で

通称：NAGANO ai MATCH

「**ながの結婚マッチングシステム**」が利用いただけます

どんなサービス??

このサービスは、結婚を希望する満18歳以上の独身で、インターネット環境及び利用できる機器をお持ちの方に向けたものです。長野県内の公共性の高い結婚相談所が参加しており、その相談所の登録者同士が、システムを使って自宅等でお好きな時間にお相手探しを行うことができます。 ※利用規約への同意が必要です。



登録料：10,000円（2年間）が必要です。

システムの登録には、料金がかかります。登録すると、2年間システムを利用することができます。（※料金・期間等については、変更される場合があります）

※料金はシステム利用料で、東御市社協結婚相談所への登録・相談自体は無料です。



利用の流れについて

（※一部を抜粋しています。詳しくはお問い合わせください）

① WEBから仮登録

仮登録で、基本情報の入力と東御市社協への来所予約を行います。

② 来所して本登録

来所いただき、東御市社協結婚相談所への登録および、システム利用に必要な本人確認・独身確認や、プロフィールの作成、写真の登録等を行います。

③ 料金の支払い

料金を振り込むと、システムの利用ができるようになります。

④ お相手の検索

様々な条件から、お相手を検索することができ、その状況に応じてお見合いの申し込みができます。

⑤ お見合い・交際の可否

日程調整を行い、お見合いします。その後のお付き合いの意思表示も、システム上で行うことができます。

⑥ お付き合い or ④へ

お付き合いされる場合は、システムの利用を中断します。再度お相手を検索される場合は、④から再開します。



詳しい利用方法は、システムのWEBページでご確認ください

🔍 検索 [NAGANO ai MATCH]

ボランティアセンターから版

ボランティアセンター研修

「福祉活動における第一歩 ～コミュニケーションの難しさ～」を開催しました

2月26日、ボランティアセンター研修を開催し、約40人のボランティアが参加しました。今回は元長野大学教授で、現在は情報バリアフリーラボの代表を務める伊藤英一先生を招き、コミュニケーションについて講義いただきました。

先生は「コミュニケーションは、ただ情報を伝えるだけでなく、相手の立場に立って理解しやすいように配慮し合うことで成立するもの」と話しました。

参加したボランティアは「自分たちの活動の中でも人と話すことが多いですが、相手を思いやり、時には相手の言葉を待つなどの配慮が必要なのだと学びました」と話しました。



ボランティア連絡協議会の総会が開催されました

3月24日、ボランティア連絡協議会の総会が開催され、令和4年度の事業報告・決算および令和5年度の事業計画・予算や、役員の変更について審議されました。当日は委任状を含めて48人の出席があり、議事について全て賛成多数で可決されました。



ボランティア連絡協議会の新しい役員をご紹介します

3月24日の総会において役員の変更が可決され、新たな役員が決まりました

- 〔会長〕 阿部貴代枝 （「東北の皆さん応援してます」の会）
- 〔副会長〕 押本 正美 （民友会）
- 〔副会長(会計)〕 馬場 信子 （東寿会）
- 〔常任委員〕 土屋みち子 （個人ボランティア）
- 〔常任委員〕 荻原 裕子 （食生活改善推進協議会）
- 〔常任委員〕 重田 雅彦 （りんどう会）
- 〔顧問〕 小林 和利 （ポッチャサポーターの会）
- 〔顧問〕 青木 潤一 （個人ボランティア）
- 〔監事〕 伊藤 美穂 （音楽を楽しむ会スキップ）
- 〔監事〕 新田 敬子 （サンフラワーズ）

～ 任期は、令和7年3月31日までです。ボランティアの皆さま、どうぞよろしくお願いたします～



▲写真左が阿部貴代枝会長

善意をありがとうございます

(2月1日から3月31日まで 受け付け分 順不同)

匿名様 下着他
 匿名様 金10,000円
 匿名様 手芸材料
 市民まちづくり会議 様
 ボードゲーム等遊び道具
 東御市くらしの会 様
 トイレトペーパー10箱、ティッシュペーパー10箱
 匿名様 .. ポータブルトイレ1台、紙オムツ

ウエスをありがとうございます

(2月1日から3月31日まで 受け付け分 順不同)

花づなの会 様

「フードサポートとうみの縁」^{えん}(食料支援事業)へ 寄附ありがとうございます (2月1日から3月31日まで 受け付け分 順不同)

丸山和躬 様 女性団体連絡協議会 様 他13人様

〈フードサポートとうみの縁(食料支援事業)の利用状況〉 (2月~3月まで)

- 利用された延人数 144人
- お渡しした食品数 合計 2,455個 (557.3 kg)
- お渡ししたお米数 合計 452.8 kg



▲市民まちづくり会議 様

社協の「Facebook(フェイスブック)」

をご活用ください

社協の最新情報や、地域のイベント、福祉活動など、様々な情報を発信します!ご近所の情報が掲載されているかも?! ぜひ、チェックをお願いいたします



<https://www.facebook.com/tomisyakyo.sns/>
 ※通信環境(契約内容)によっては、通信料がかかる場合があります。



まちかどスナップ
 シバザクラが
 咲き競う

布団の丸洗いサービスを実施します

高齢や障がいのため布団干し等、寝具類の衛生管理が困難な方へ布団の丸洗いサービスを行います

●対象者 次の項目に該当し、寝具類の衛生管理(布団干し等)が困難な方

- ・70歳以上で一人暮らし、または高齢者のみの世帯の方
- ・在宅の寝たきり高齢者及び身体に障がいをお持ちの方

※ご自身で布団干しや、クリーニングへ出せる方は対象外です。

●布団の種類

掛け・敷き布団、毛布

※お一人様2枚まで。種類によってはお受けできない場合もあります。

※可能な方は、白い布に氏名等を入力し、布団に縫い付けてください。



●回収日 6月7日(水)・8日(木)

●配達日 6月14日(水)・15日(木)

※ご自宅まで回収に伺い、ご自宅までお届けします

●料金 要介護認定を受けた人は1割、その他の人は2割負担です。

※1枚あたり90円から780円程度かかります。

申込 5月26日(金)までに下記へ電話でお申し込みください。

社会福祉協議会 ☎ 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.58

「季節の変わり目」にご注意を!

季節の変わり目は気圧の変動や寒暖差が大きく、体温や発汗をひんぱんに調節しなければなりません。特に、加齢によって身体機能が低下すると、寒暖差に適応することが難しくなります。しかも、自覚症状が乏しいため、体調の変化を見逃してしまいがちです。

〔変化を見逃さないためのポイント〕

1. 食事に変化はないか?
2. 横になって休む時間は増えていないか?
3. 人と話す機会は減っていないか?

ご家族は、普段の生活の中で高齢者に不調が起きていないか気をかけてあげるようにして、健やかな毎日をお過ごしください。



●編集後記

表紙の北御牧小学校4年生の取材を行いました。地域の皆さんと一緒に作った大豆を販売して、トルコ地震への寄付をいただきました。自分達でも豆乳、湯葉、おから、豆腐、みそ、納豆など、大豆を使った料理を作ったと元気な声で答えてくれました。大変な思いをしながら育てたものを食べるのも格別な思いがあったのかなと思いました。

原澤寛和