

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。

- 会長の新年あいさつ・善_ウ意_エをありがとう！
- 第15回東御市障がい者福祉のつどい
- 月間スナップ・まいさぼ東御だより
- おらほのサロン（ダイジェスト版）
- ボランティアセンターかわら版

第15回障がい者福祉のつどいで「からふる」の発表



第15回障がい者福祉のつどいで「ゴールレインボー」の発表



おせち料理訪問事業



住民主役の
支え合いの
まちづくり

「男性の料理サロン」で「そば打ち」に挑戦



田中小学校で「あすチャレ！スクール」



祢津小学校の福祉体験学習「防災体験」



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 小林 峯雄

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、希望に満ちた新春をご家族と共に迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より社協の事業推進に多大なご支援、ご協力をお寄せいただいておりますこと、厚く御礼申し上げます。とりわけ、社協会費や共同募金へのご協力には深く感謝申し上げます。皆様からお預かりした資金は、支部（区）福祉活動、ボランティア事業、高齢者や障がい者活動の支援、助成事業等に活用させていただきます。

「住民主役の支え合いのまちづくり」を基本理念に高齢者福祉、障がい者福祉、生活困窮者等の生活密着課題に取り組むほか、福祉総合相談、支援事業、在宅福祉サービス、地域福祉活動、ボランティア活動等に職員一丸となって取り組んでまいる所存です。市民の皆様のさらなるお力添えをお願い申し上げます。

結びに、この一年が皆様にとって幸多き年になりますようご祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。



▲会長・局長と総務係と地域福祉係



▲介護支援係と介護サービス係

東御キリスト教会様



くるみ幼稚園保護者会様



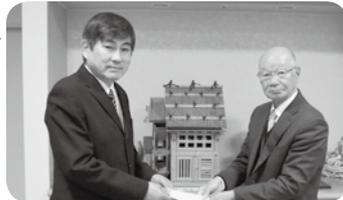
道の駅(有)雷電くるみの里様



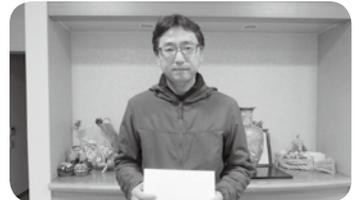
東御ライオンズクラブ様



長野県理容生活衛生同業組合上小支部一同様



(有)ヴィラデストワイナリー様



善意をありがとうございます

(11月、12月受け付け分)

- 匿名様 3,000円
- 匿名様 ポータブルトイレ1台
- くるみ幼稚園保護者会 様 10,000円
- 匿名様 介護用ベッド一式
- 東御キリスト教会 様
- チャリティーバザー収益金 96,000円
- 匿名様 新品座布団15枚

- 長野県理容生活衛生同業組合
- 上小支部一同 様 11,500円・タオル
- 匿名様 米30kg
- 道の駅(有)雷電くるみの里 様 車イス2台
- 東御ライオンズクラブ 様 50,000円
- 匿名様 200,000円
- (株)ヴィラデストワイナリー 様 300,000円



ウエスをありがとうございます

(11月、12月受け付け分)

- 花づなの会 様
- あがたボランティア 様
- 匿名様

第15回東御市障がい者福祉のつどい開く

～誰もが安心して、ともに暮らせる“共生社会”の実現を目指そう～

11月24日、中央公民館で「第15回東御市障がい者福祉のつどい」が開催され、福祉団体会員や市民ら約200人が障がい者福祉について理解を深めました。式典では、障がい者のスポーツ大会や芸術分野で表彰を受けた皆さんを紹介しました。

アトラクションは、東御市出身のトランペット奏者の蓬田奈津美さんが素敵な演奏を披露し、活動発表では「ユニバーサルな社会参加を目指して」と題して、「ダンスグループからふる」と「バリアフリー合唱団コールレインボー」が発表しました。

参加者からは「障がいがあるないに関らず、頑張っている姿を見て胸が熱くなった」「様々な活動があると知ることができよかった」と話していました。



▲スポーツ・芸術分野で受賞した皆さんを紹介



▲「みんなで一緒に」参加者で合唱

「介護の日・福祉講演会」

11月10日、総合福祉センターで「介護の日・福祉講演会」が開催され、市民や福祉関係者ら約100人が参加しました。長野大学学長の中村英三氏が「終の棲家を考える」と題し、高齢化社会における独居生活や終活について講演しました。その中で「終活とは家族など周りへの配慮であり、終の棲家とは最後まで自分らしく生きる選択肢である」と話しました。



第2回「男の燻製食塾」

～自作の燻製器で燻製料理に挑戦～

今回の遊び塾は燻製料理。12人の男性が11月21日に総合福祉センターへ集い、調理に取り組みました。参加者はテキストをもとに、ダンボールと焼き網で燻製器を自作し、桜やケヤキ等のスモークウッドを使い、チーズなどを燻製しました。はじめて燻製に取り組んだ参加者がほとんどで、「思ったより簡単だった。ウッドの種類で香りの違いも感じられていいね」と話していました。



月間スナップ

介護者リフレッシュツアー

11月21日、在宅で家族を介護している対象者8人が、長野市・善光寺への日帰り交流会を行いました。

善光寺では、参拝・お戒壇めぐりを行った後、近くの宿坊「淵之坊（ふちのぼう）」で精進料理を楽しみました。参加者からは「善光寺には何回も来ているが、宿坊に入ったのは初めて。色々な人と情報交換できるので、また参加したい」と話していました。次回の交流会は今年3月の予定です。



親子ふれあいディズニーツアー

12月1日、小学生以下のお子さんがあるひとり親の皆さんを対象に「親子ふれあいディズニーツアー」を開催しました。今年は25組56人が参加し、移動時間やディズニーシーを楽しみながら交流を深めました。参加者からは「普段、子どもとじっくり向き合う機会がとれず、こういった時間もとってあげられないのですが、今日は参加でき、子どもとの時間がとれました」との声が聞かれました。

ミニデイサービス「クリスマス&忘年会」

社会福祉協議会が市の委託事業として行っている「ミニデイサービス」では、12月18日からの各曜日で「クリスマス&忘年会」を開催しました。参加者は、職員が考えた“箱から出たひもを引き、一番長いひもを引いた人が勝ち”というミニゲームや景品をかけたじゃんけんゲームで盛り上がりしました。



おせち料理訪問配布事業

12月29日から30日にかけて、総合福祉センターにおいて「おせち料理訪問配布事業」を行いました。民生児童委員の全面的な協力のもと、自分でおせち料理を用意することが困難な高齢者や障がい者等の皆さんへ手作りのおせち料理を配布するものです。今回も調理と配達すべてを総勢80人の民生児童委員が行い、まごころのこもったおせち料理を各家庭にお届けしました。

まいさぼ便り

「まいさぼ東御」とは？生活や就労に困難を抱えている方の総合相談窓口です。

相談して、現在、元気になっている 20代 スカイブルー君

まいさぼの相談のきっかけ：働きたいけれど、どこで何をしたらよいかわからず、外出が難しくなっていました。

現在：市内にある農場などで1年間働いています。

Q. 仕事は楽しいですか？

まだわからない事も多いけれど、一つひとつ覚えながらやっています。いちごを作るサイクルを知る事ができ、楽しいです。

Q. 農場経営者の方について

いつも変わらず明るく、笑いを絶やさず、ジョークを言ってくれます。場を和ませてくれてありがたいです。

Q. これから、働きたいと考えている方へメッセージ

働いてみると、分かる事も多いです。やる気になったら、外出してみたり、相談してみたり、働いてみたり、とりあえずやってみてください。



生活就労支援センター まいさぼ東御

〒389-0502 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
0268-75-0222 (直通電話)、maisapo@tomisyakyo.or.jp

みんなサロン 『おらほのサロン』ダイジェスト版 あんなサロン



出場区「ずく幸(さち)教室」(6月)



海善寺区「サイコロ得点ゲーム」(6月)



金井区「お花見食事会」
(4月)



姫子沢区「お手玉遊び」
(4月)



県区「お茶会」
(10月)



栗林区「音楽レク」
(10月)

ボランティアセンターかわら版

— 災害を忘れない 2018 —

新しい年を迎え、皆さま気持ちも新たにしていることと思います。しかし、忘れてはいけない出来事は、しっかりと今後の教訓として、胸に刻み込み、また家族で、地域で共有しましょう。

平成 30 年 7 月豪雨



台風 7 号が 7 月はじめにもたらした大雨により、西日本を中心に甚大な被害をもたらした。河川の氾濫や浸水害、土砂災害をもたらし、14 府県で 224 人の命を奪った。また土砂災害での高速道路等への被害も相次いだ。

災害級の暑さ



災害級という言葉が相次いで使用され、最高気温の歴代記録更新も各所で相次いだ。緊急搬送は 5 万 4220 人、死者は 133 人を数え、気象庁は「命の危険があるような暑さ」「一つの災害と認識」と発表した。



北海道胆振東部地震



9 月 6 日、北海道胆振地方中東部を震源として発生した最大震度 7 の地震。死者 41 人、建物全半壊 1,761 棟の被害をもたらした。また、道内全域での停電が発生し、被害状況の把握や救助活動への影響もみられた。



平成 30 年豪雪



平成 30 年は何度も大雪に見舞われた。特に 2 月上旬の北陸地方での記録的な大雪では、福井県の国道 8 号で約 10km に渡り自動車 1,500 台が立ち往生し、自衛隊の災害派遣が適応されるなど大きな影響を及ぼした。

社会福祉協議会では、このような災害への備えとして「災害ボランティア養成講座」を開催しております。今年度も 3 月 9 日（土）に開催予定です。詳しい内容は市報お知らせ版にてお知らせいたします。

全国ボランティアフォーラム 軽井沢 2018

～響け！ボランティア文化協奏曲～

11 月 3 日から 4 日にかけて、軽井沢町大賀ホールで全国ボランティアフォーラムが開催されました。このフォーラムは、毎年開催地を変えて開かれており、2018 年は長野県軽井沢町が会場で、東御市からもボランティア連絡協議会の役員ら 6 人が参加しました。

軽井沢を拠点として、音楽文化の醸成を目指し、ボランティア活動を続ける「軽井沢ファミリーオーケストラ」の演奏で幕を開けたフォーラムは、初日にシンポジウム・2 日目に分科会が開かれました。

シンポジウムでは、地域でボランティア活動を行う 3 人のパネリストが登壇し、自らの体験を報告しました。登壇者の 1 人で、釜石市で育った鹿野氏（NPO 法人リアス NPO サポートセンター代表）は、東日本大震災の被災経験を話し、「被災地支援については幅広い視点で捉え、住民と行政・企業や団体等を交えた長期的な支援体制を組み、行うことが大切」と話しました。

2 日目の分科会では「ボランティア活動が根付いた持続的な社会の実現」など、計 12 の会に分かれて議論・情報交換が行われました。参加したボランティアは、地域を越えた貴重なつながりの機会を活かし、活発な情報交換を行っていました。



▲「軽井沢ファミリーオーケストラ」が演奏しました



▲シンポジウムには 3 人のパネリストが登壇し、体験を報告

平成30年度

市内小中学校 福祉体験学習

ふと

あるばむ

Photo album

～ 写真で振り返ろう!! あなた・わたしの一年間のがんばり～

平成30年度 学習実績	
講座回数	21回
講師数	34人
ボランティア数	60人
延べ受講生数	766人

平成30年度、市内の小中学校で計21回の福祉体験学習が開催されました。この学習は、児童・生徒が地域の障がい当事者やボランティアの協力を得ながら、地域の福祉に関心を寄せ、地域に暮らす人が抱える課題に気づき、地域のこれからのことを共に考えていくことを目的に、小中学校と協力し、開催しているものです。



▲滋野小学校「点字体験」



▲祢津小学校「防災体験」



▲北御牧小学校「高齢者疑似体験」



▲田中小学校「車イス体験」



▲祢津小学校「車イスツインバスケット体験」



▲滋野小学校「対話型鑑賞」



▲東部中学校「地域の達人に学ぶ手話」



▲田中小学校「ボッチャ体験」



▲北御牧小学校「手話体験」

実際に体験学習を行った
児童・生徒たちの声は...?!



- ★車いすツインバスケットは、移動するのが思ったより大変だけど、ゴールにシュートするのが楽しくておもしろかった。
- ★防災体験で災害について聞いて、いろいろな災害があり、その災害にまきこまれてしまった人々が何人もいて、びっくりしたし悲しかった。災害はいつくるかわからないからとても怖いです。でも何か自分ができることをみつけて災害にそなえたいです。
- ★お年寄りには体の自由がきかなくなり大変な思いをしていることがわかった。おばあちゃんの家に行ったときはいままでよりお手伝いしたい。

地域福祉懇談会を開催します

社会福祉協議会では、市内5地区で地域福祉懇談会を開催します。詳細は以下のとおりです。

1. 開催日程

開催地区	開催日	会場
北御牧	2月15日(金)	北御牧公民館
滋野	18日(月)	滋野コミュニティーセンター
田中	20日(水)	中央公民館
和	22日(金)	和コミュニティーセンター
柵津	25日(月)	総合福祉センター

2. 開催時間 午後1時30分～午後4時
 3. 参加者 支部長(区長)、民生児童委員、福祉運営委員、高齢者クラブ役員
 地域のボランティアグループなど
 4. 懇談内容 (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
 (4) 支部(区)ごとの懇談会 など



▲昨年の地域福祉懇談会から(滋野地区)

平成30年度介護技術基礎講座 “あったかいご(介護)教室”

- <日程> 平成31年3月1日(金)
 午後1時30分～午後3時
 <内容> 「介護技術を学ぼう」
 ベッド・車いす等を使って介護技術を学ぶ。
 <場所> 総合福祉センター2階 高齢者センター大広間
 <対象者> 東御市内に在住する家族介護者及び介護に興味のある者
 <参加費> 無料
 <その他> 動きやすい服装でご参加ください。
 当日参加も可能です。
 <申込み・問い合わせ>
 東御市社会福祉協議会・地域福祉係
 電話 0268-62-4455
 F A X 0268-64-5695



社会福祉協議会 会費
 ご協力ありがとうございました
 第一公害プラント株式会社 様
 和木材株式会社 様
 田中区 様 3,000円(追加分) (順不同)

社協の三三サービスよりみなさまへ あったかいごだより No.32

寒い冬の間は暖かい部屋に居る時間が多くなり、体を動かす機会が減ってしまいがちです。

「雑巾で机をふく」時や「窓拭き」の時に、広く左右に遠くまで手を伸ばして行ってみましょう。「洗濯物を干す」時も、いつもより少し手を高く上にあげてみましょう。日頃の生活の動作の中で、効果的に動いて体の維持に努めましょう。筋力やバランス感覚を高めることが大切です。

掃除、洗濯が出来るという事は、住み慣れた家で暮らし続ける助けになります。目的を持って体を動かす事が体力の維持や向上にもつながります。寒い冬を元気に過ごしましょう。



介護者リフレッシュ交流会

高齢者介護施設見学ツアー **参加者募集!**

- ◆日時 3月11日(月)
 午前9時30分～午後3時30分
 集合: 総合福祉センター2階駐車場
 午前9時25分
 ◆行き先 市内外の高齢者介護施設見学
 ◆対象者 在宅で介護サービスを利用している家族の方、利用していない家族の方、在宅で介護している方ならどなたでもご参加いただけます。
 ※要介護の方が、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。
 ◆定員 15人
 ◆参加費 1,000円
 ◆申込み締切り 2月22日(金)
 ※送迎を希望される方はお申し出ください。

<お申込み・お問い合わせ>

社会福祉協議会 地域福祉係 電話62-4455

●編集後記

ここ最近、平成最後という言葉をよく耳にするようになりました。最後と付くと何かやらなければという気がしてきます。平成を振り返ると皆さんは何を思い浮かべるでしょうか。テレビでやっている平成を振り返る番組を見て懐かしく、当時を思い出したりしています。残り3ヵ月ちょっと、平成最後を噛みしめながら過ごしていきたいと思います。(原澤寛和)