



Chikuma Shakyo

平成 22 年 12 月

# 社協だより

社会福祉法人 千曲市社会福祉協議会

2010  
12月号  
No.41

社会福祉士の水澤直さん（十一月十一日撮影）

四、五ページで紹介しています。  
↓社会福祉士の仕事は



## 特集 福祉のお仕事 社会福祉士編…4.5

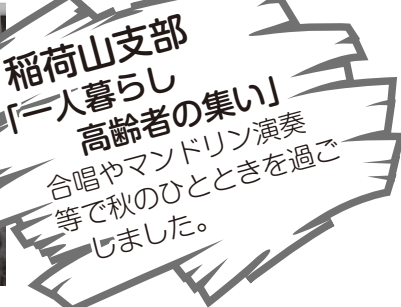
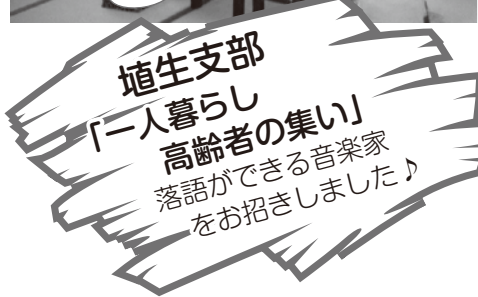
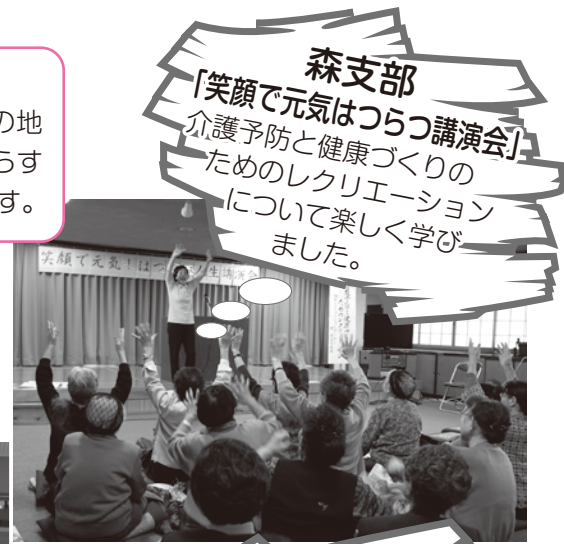
### 目次

あすへのトビラ……………2	福祉のお仕事……………4～5	相談日のご案内……………8
冬のディナーパーティー…2	ふれあい広場の報告……………6	寄付御礼……………8
支部社協紹介……………3	傾聴ボランティア受講者募集…6	ボランティアセンターより…8
五加児童館だより……………3	もしもの時に……………7	編集後記……………8



# 社協とは…

各地区ごとに福祉のまちづくりをすすめるため、それぞれの地区に 12 の支部があります。お互いに支えあい、安心して暮らすことができるよう、住民がアイデアを持ち寄り活動しています。



## 参加者募集

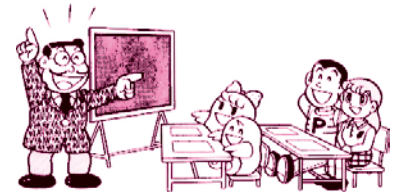
# 「あすへのトビラ」～人生いつまでも自分流!! 自分で望むあすへの準備～

「あす」という扉があるとします。4回シリーズの講習会を通じて、参加された方々が「あす」の扉を開けた時、少しでも明るいヒカリが差し込むことを強く願い、講習会の名前としました。

期 日	時 間	内 容	講 師
1 1/26 (水)	10:30 ～15:00	講演 「自分らしい生き方、考え方」 ワークショップ 「実際に自分のライフデザインをしてみましょう」	NPO 法人 ライフデザインセンター事務局 介護福祉士 小川 和子 氏
2 2/16 (水)	10:30 ～12:00	講演：「大切な人のために」 ～相続・遺言について～	NPO 法人ライフデザインセンター 税理士 鈴木 秀一 氏
3 2/24 (木)	10:30 ～12:00	講演：「自分らしい生活のために」 ～成年後見制度について～	NPO 法人ライフデザインセンター 弁護士 轟 道弘 氏
4 3/8 (火)	10:00 ～12:00	ワークショップ：「キラリ人生自分流」 ～あすの自分にできること～	フリージャーナリスト 内山 二郎 氏

- 会 場** 千曲市更埴文化会館 2階 大会議室
- 参 加 費** 2,000円 (資料代込)
- 定 員** 先着 50 名 必ずお電話にてお申し込みください。
- 締め切り** 1月21日 (金)

※初日は昼食 (お弁当) を希望される方には、ご用意いたします。(700円)



お問い合わせ・お申込み：千曲市社会福祉協議会 ☎026-272-0252

## 参加者募集

# 冬のディナーパーティー 開催

結婚を真剣に考える独身男女のためのディナーパーティーを開催します。当日は1対1で全員の方とお話しいていただけます。また、夕食を食べながらのフリータイムの2部制で、素敵なひとときをお過ごしください。

- 日 時** 2月19日(土) 午後3時30分～午後8時30分
- 場 所** 千曲市稲荷山温泉「杏泉閣」
- 参加資格** ○男性 千曲市・坂城町結婚相談所登録者、千曲市・坂城町に住所又は勤務場所を有する独身で、40歳以上55歳までの方。  
○女性 長野県内に居住する独身で、55歳までの方。
- 参加費** 男性5,500円 女性3,500円  
ビュッフェ形式の夕食、アルコール類、ソフトドリンクの飲み放題付です。
- 締 切** 1月28日(金) 正午まで。必ずお電話にてお申し込みください。



## 五加児童館

五加小学校近くに位置し、2階建ての赤い屋根の建物が五加児童館です。子どもたちは、大自然に囲まれ豊かな自然環境の中で、心身ともにたくましく感性豊かに日々成長しています。また、老人コミュニティセンターと併設され、サークル活動や趣味の集まりで利用される年輩の方々や地域の皆さんとふれあう機会にも恵まれ、児童にとっても貴重なかけがえのないひとときとなっております。そんな中で、先日手話サークルの方々と触れ合い活動を実施すると手話に興



味関心が深まり、子どもたちの中ではひそかなブームになりました。少しずつではあります。簡単な挨拶も覚え、歌「ピリッ」をマスターすることができました。「手話って言葉の意味に合っているんだね。」などと子どもなりに感じる事ができたようです。また、ボランティアの方との「折り紙教室」では「すごい！同じ紙でも色々できるんだね。」等と会話をはずませたり、みんなとても良い経験をさせていたたいです。これからも地域の方々とのふれあい活動を通して優しい心を育てていきたいと思えます。



シリーズ vol.4

# 福祉のお仕事

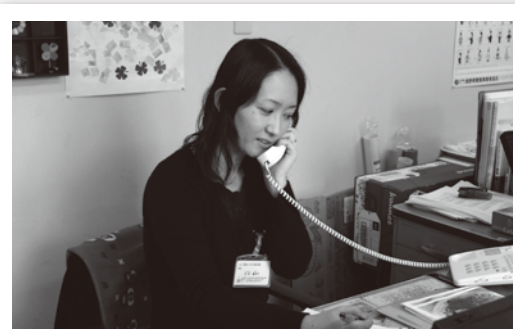
千曲坂城障がい者(児)相談支援室 勤務  
社会福祉士3年目の石村真利子さんに聞きました

### ●社会福祉士を目指したきっかけは？

学生の頃、入院児や障害児のボランティアに参加し子供達との交流を通じて、福祉にとっても関心を持つようになりました。その後福祉の業務に就き、充実した日々を過ごす中で、これからも長く福祉の仕事に携わりたい、また仕事の中で利用者の方をより良く援助するために資格の必要性を感じ、社会福祉士を取得しました。

### ●今後の(仕事における)目標は？

人生をジグソーパズルに例えると、不安や悩みを抱える方は、ある一つのピースをはめられなかったり、見つけられないでいるのかもしれないかもしれません。そのとき、一つでもピースをはめられるお手伝い、一緒に見つけていく、そんな過程に関われたらと思います。



### 石村さんのある一日

- 8:30 ~ 出勤 清掃 電話対応 記録の整理など
- 9:30 ~ 電話相談
- 10:00 ~ 日中どこかに通いたいという相談のあった相談者と福祉事業所の見学
- 12:15 ~ 休憩
- 13:00 ~ 相談者、関係機関の方からの電話対応など
- 14:00 ~ 来所相談
- 15:30 ~ 通所施設でのケア会議に出席
- 17:00 ~ 記録の整理など
- 17:15 ~ 帰宅

### 上司の滝沢さん(左記写真右)から見た石村さん

明るく活発でいつも前向きに業務に取り組む石村さん。業務以外にも休日を使って様々な地域の交流の場に積極的に参加し仕事の理解に勤めています。これからも、健康管理に気をつけて頑張ってくれればと思います。



### 千曲坂城障がい者(児)相談支援室

平成 19 年 4 月 1 日に開所。相談者の生活全般に関わる悩みを聞き、必要なサービスを共に考え支援します。

□千曲市大字戸倉 2388 千曲市役所戸倉庁舎 1 階内



取材にご協力頂いた皆様、ありがとうございました。  
社協のブログでも社会福祉士の仕事を紹介しています。ぜひご覧ください。

# 社会福祉士

社会福祉士は、日常生活を送っている中で不安や困りごとがあるすべての方に対して、相談に応じ、一緒に考えていく仕事をしています。主な活動先には、高齢者施設や障害者施設等の社会福祉施設の他にも、市町村の社会福祉協議会や医療機関などがあります。

### ●良かったこと・心がけていることは？(井浦さん)

地域福祉(ボランティアの部門)と出会い早1年と9カ月。多くの方と出会えたことが一番の宝です。特技を披露し人に喜びをプレゼントしている方、一人暮らしの方に手紙を書いて元気をお届けしている方、施設の入所者や一人暮らしの高齢者の方により添って話を聴く方。そして、そうした活動に対する感謝の言葉。たくさんの支え合いがあることを肌で感じている毎日です。そんな心あたたまる支え合いが少しでもしやすい環境になるようお手伝いをさせていただきたいと思っています。



### ●心がけていることは？(水澤さん)

随所為主(ずいしょにしゅとなる)の言葉をいつも胸に取り組んでいます。ここに私が居て良かったなと思ってもらえる。また、そのように思ってもらえる努力ができるよう、これからも励んでいきたいです。



### 水澤さんのある一日

- 8:30 ~ 出勤、予定等の確認
- 9:00 ~ 相談者の方との福祉施設訪問
- 10:30 ~ 金銭管理事業で金融機関や利用者宅を訪問 事務所に戻り報告・記録等
- 12:15 ~ 昼食休憩
- 13:00 ~ 社協にて面接(2件) 相談者・関係機関からの電話対応 報告・記録等
- 15:00 ~ 市役所にてケース会議
- 16:30 ~ 事務所に戻り報告・記録等
- 17:15 ~ 帰宅

### ‘一人ひとりの想いを受け止めて…’

千曲市社会福祉協議会 地域福祉課 唐澤課長

日々の暮らしの中で、心配ごとや困りごとなどがあると誰かに受けとめてもらいたい、話を聴いてほしいという思いが募ります。二人には、社会福祉協議会の職員として、また社会福祉士として常に自覚を持ち学びを忘れず、信頼され頼られる職員となってもらいたいです。

### 千曲市社会福祉協議会 地域福祉課 (運営：社会福祉法人 千曲市社会福祉協議会)

地域での困りごとや心配ごとなどの相談をお聞きしたり、その他にもボランティアに関することについても取り組んでいます。

□千曲市杭瀬下二丁目6番地

千曲市社協 地域福祉課 勤務  
社会福祉士コンピの  
水井浦英真  
さんに聞きました



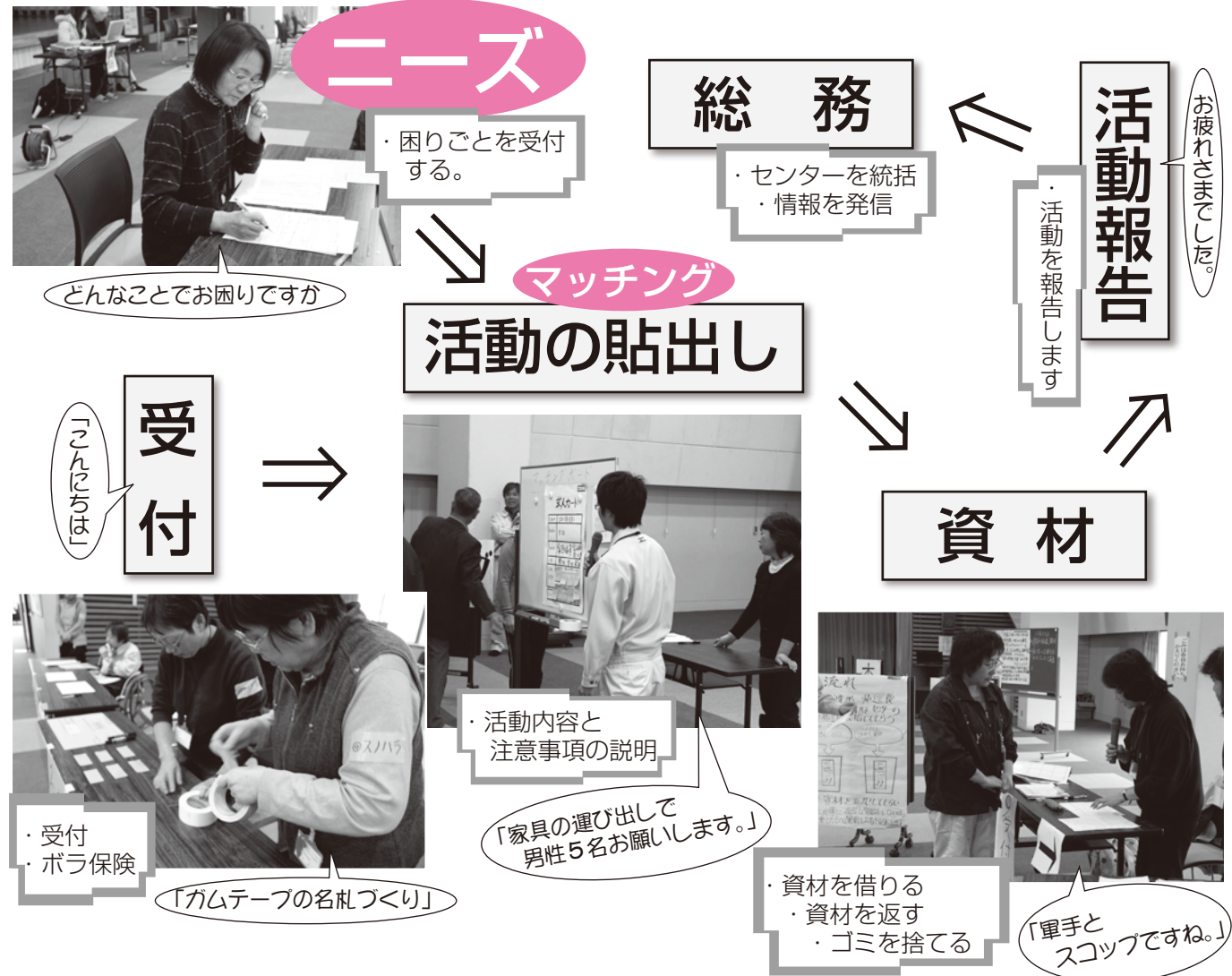
～災害救援ボランティアセンター立上げ訓練を 11 月 13 日(土)に開催しました～

# もしものときに…



ちなみに、平成 18 年の長野県豪雨水害(諏訪・岡谷地域等)では約 2 万人のボランティアを受け入れました。

大災害が起こった時、県内外から来るボランティアを受け入れる一連の流れです。



## 立ち上げ訓練参加者感想

- 災害救援ボランティアセンターには多くの人の協力や手助けが必要であることがわかった。
- 初めて参加しましたが、受付から活動までの一連の流れがわかった。
- 自分にできること(情報収集・片付け・掃除等)があったら協力したいと思った。

災害時には、被災された方の生活が復旧するには、長い時間がかかります。その手助けをするボランティアの方を調整するのが災害救援ボランティアセンターです。興味・関心のある方は、社協にお問い合わせください。

## 第1回

# 千曲市 ふれあい広場 開催 10/24

in 千曲市戸倉体育館



## 募集

### 傾聴ボランティア養成講座受講者募集

そばによりそい話に心を傾けて聴き、ありのままの相手を受け止める。そんな心のケアをする傾聴技術を身につけて、ボランティア活動に活かしませんか？

期 日	時 間	内 容
1/14 (金)	9:00~12:10	開講式 「こころをひらくアイスブレイク」「傾聴とは?」「なぜ今、傾聴が必要なのか」
1/26 (水)	9:00~12:10	「精神障害者の理解と関わり方」 「知的障害者の理解と関わり方」
2/4 (金)	9:00~12:10	「当事者の立場から知ってほしいこと」 「精神障害支援の現場から」
2/14 (月)	9:00~12:10	「認知症高齢者の理解と関わり方」 「ボランティア活動について」
2/22 (水)	9:00~12:10	「障害の特性に応じた傾聴」 ロールプレイ 実習について
2/23 (水)~3/8 (水)		期間内に指定された千曲市内の施設にて実習を行っていただきます。
3/9 (水)	9:00~12:15	まとめ 傾聴ボランティアグループミミとの交流 修了式

- ★講師 (所属は略称)  
フリージャーナリスト/内山二郎氏  
チューリップの家/宮下平司氏  
満天の星/安藤正幸氏  
NPO 法人ポプラの会  
鶴賀病院/夏目宏明氏  
グループホームまゆ更科/服部幸恵氏  
障がい支援室/滝沢英知氏  
協力/傾聴ボランティアグループミミ
- ★定員 先着 40 名
- ★参加費 1,000 円
- ★会場 更埴老人福祉センター2階 集会室
- ★特典 全講座に出席された方には修了証を交付します。

★お申込み、お問合せ  
千曲市社会福祉協議会 Tel. 026-272-0252

ひとりで  
悩まず  
まずは相談

# 相談日のご案内 (12月~1月)

各相談の予約 千曲市社会福祉協議会 TEL. 026-272-0252  
お問い合わせ先 ふれあい福祉センター上山田 TEL. 026-276-2687

## 心配ごと相談

■誰にも相談できないこと、困りごと等何でも・・・  
秘密は固く守ります。遠慮なくご相談ください。  
希望される方はいずれかの会場へ直接お越しください。

### ◆ふれあい福祉センター上山田

午後 1 時 30 分～ 4 時  
12 月 8 日 (水)

### ◆勤労青少年ホーム

午後 1 時 30 分～ 4 時  
1 月 12 日 (水)

## 法律相談

■完全予約制ですので希望される方は、事前にお申し込みください。

### ◆勤労青少年ホーム

午後 1 時 30 分～ 4 時 30 分  
12 月 2 日 (木)・1 月 6 日 (木)

### ◆ふれあい福祉センター上山田

午後 1 時 30 分～ 4 時 30 分  
12 月 16 日 (木)・1 月 20 日 (木)

## 結婚相談

■完全予約制ですので希望される方は、事前にお申し込みください。

### ◆更埴文化会館 (あんずホール) 2 階 小会議室

午前 9 時 00 分～12 時 00 分  
12 月 5 日 (日)・1 月 15 日 (土)

### ◆戸倉創造館 2 階 創作室

午前 9 時 00 分～12 時 00 分  
12 月 11 日 (土)・1 月 23 日 (日)

※新規登録は、随時、千曲市社会福祉協議会で平日午前 9 時～午後 4 時 30 分の間受け付けます。(必ず、ご本人がお越し下さい。)

お知らせ

随時、看護師を募集しています。詳しくはご連絡ください。

介護サービス課 Tel 026-272-0252

こんな時は  
ボランティアセンターに  
お問い合わせください。

パネルシアター  
DVD 再生機  
拡声器などかりたい

ボランティアをしたい。  
ボランティアにきてほしい

ちょっと!  
のぞいてみませんか?  
アイデアが  
見つかるかも  
しれません

お気軽にお出かけください。  
ボランティアセンターにはいろんな  
ボランティア情報がありますよ!

★ボランティア募集などのちらしを  
置いておくコーナーを充実しました。  
ご活用ください。

千曲市社会福祉協議会内  
Tel 026-272-0252



## あたたかい善意 ありがとうございました。

(平成 22 年 9 月 20 日～平成 22 年 11 月 10 日分)

### 地域福祉振興基金

- ・宇宙真理学会 小松登志子 様 4,748 円(2口分)
- ・猿渡 藜子 様 10,000 円
- ・ホテル圓山荘 様 64,200 円
- ・長野県労働金庫更埴支店  
運営委員会 様 100,000 円

### 善意銀行 (物品による寄付)

- ・福祉のおもちゃ箱 どんぐり 様  
音楽 CD10 セット

### 編集後記

2010 年も残すところあと一ヶ月となりました。これから年末にかけて忙しさで体調を崩しやすい時季。食べ過ぎ、飲みすぎにも注意しなくてはいいですね。何をしても体が資本ですので、自分に合った適度な運動と健康な食生活を心掛けて今年一年を締めくくり、来年も元気に過ごしたいですね。

編集委員 高橋

「社協だより」の発行には共同募金の配分金が使われております。

発行 社会福祉法人 千曲市社会福祉協議会  
〒387-0001 千曲市杭瀬下二丁目六番地  
TEL026-272-0252 FAX026-272-1657  
千曲市社会福祉協議会ホームページ http://www.valley.ne.jp/shakkyok/