



# 社協だより

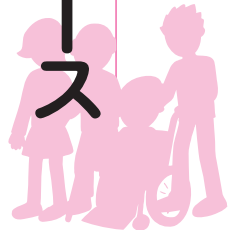
ふれあいネットワーク

社会福祉法人  
千曲市社会福祉協議会

〒387-0011 千曲市杭瀬下二丁目6番地  
TEL.026-272-0252 FAX.026-272-6557  
<http://www.valley.ne.jp/~shakyokc/>

## 千曲の福祉

## みんなのスペース



育児を一人で悩まないで！

「ママ友」と一緒に、

子育ては楽しく♪

そして、明るい家庭を。



水井 いつみさん 戸倉在住  
子育てサークル げんきっこ代表

子育て中の母親たちの中で、育児や家庭についての不安や悩みを相談できず一人で抱え込んでしまい、それが一因となり悲しい事件等が起っています。

そんな中、子育ての悩みや不安を子育て仲間のお母さんたちに相談したり、子どもと一緒にさまざまな経験をすることのできる子育てサークル・サロンが注目されています。市内の各地域にも多数あり、その中の子育てサークル「げんきっこ」のリーダーが水井いつみさんです。（七ペー

**Q** げんきっこのサークル活動で良かったなと思うことは？

**A** 育児がより楽しく感じるようになりました。ここで知り合った仲間達で手作りイベントや戸外遊びができたこと、ママ友と情報交換や悩みや不安を話し合え、共感しあえたことです。

**Q** げんきっこでは新たに料理教室を開催するようですがその動機は？

**A** 子供達と一緒に料理をしてみたい！環境に優しいエコや材料にこだわった新しい料理教室に参加したい！そんなママたちの要望があったことです。料理の先輩サポートと託児の方々の協力のもと、親子で安心して料理ができる環境が実現できました。

**Q** 現在子育て中のママへメッセージをお願いします。

**A** 妊娠したらすぐに“理想の母”となれず、育つていく子供達と共に母も成長していくように感じています。私も現在進行中なので、いろいろな不安や悩みがつきません。子育ての悩みや不安を和らげるために、同じく現在進行中の仲間と出会う子育てサークルという交流の場にお出かけ下さい。きっと心が軽くなると思います。

### 千曲の福祉みんなのスペース

社会福祉協議会は市民の皆さまと一緒に地域の福祉を進めるため、実際に福祉の職場で働いていたり、サロンで活動していたり、福祉の活動に一生懸命取り組んだり、学んでいる人などを募集しています。自薦他薦は問いません。

また、社協へのご意見、福祉のほのかな疑問、アイデアをお待ちしています。手紙、FAX、Eメール等ご利用しやすい方法でお寄せ下さい。お寄せいただいたご意見など、社協だよりで掲載したり、ご返答させていただきます。よろしくお願ひします。

〒387-0011  
千曲市杭瀬下二丁目6番地  
千曲市社会福祉協議会  
広報担当  
TEL.026-272-0252  
FAX.026-272-6557  
Eメール  
shakyokc@valley.ne.jp

社会福祉協議会は、地域福祉の推進を使命とする公共性の高い団体として、下記のとおり様々な事業を展開し、地域福祉の向上と充実を図っておりますが、これらの財源は、市民(会員)の皆さまからの会費をはじめとして、行政からの補助金、共同募金の配分金及び善意の寄付金等によって運営しております。

「誰もが安心・安全に暮らせる優しさあふれる福祉のまちづくり」を目標に、重点施策に取り組み、地域福祉の充実を図っていきたくて考えております。

社協会費募集期間は7月ですが、会員の皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

### 【会費の種類】

普通会員 (一般世帯)	900円/年
法人会員 (A会員)	4,000円 (従業員50人以上の事業所等)/年
(B会員)	2,500円 (従業員50人未満の事業所等)/年
賛助会員 (1口)	1,000円 (何口でも結構です)/年
特別会員 (1口)	10,000円 (何口でも結構です)/年

賛助会員、特別会員は、本会の事業活動にご賛同いただける方なら個人、法人、団体等を問いません。

## ボランティア活動の推進



傾聴ボランティア講座



サマーチャレンジボランティア

## 子どもたちの未来のために



子育てサロンリーダー研修



小学校での福祉体験

昨年度の社協会費納入金額は、18,689,600円でした。ご協力ありがとうございました。

(内訳) 普通会費17,969世帯 16,172,700円 法人会費646社 1,617,000円

賛助会費552名 581,000円 特別会費12名 210,000円

皆様からご協力いただいた会費は、支部社会福祉協議会の活動をはじめ、地域福祉推進事業(相談事業、住民支え合い活動推進事業等)、ボランティアセンター事業(サマーチャレンジボランティア、傾聴ボランティア講座等)、法人運営(地域福祉振興基金等)、貸出事業(車両・車イス貸出し)等、地域福祉推進のために大切に使用させていただきました。



# 社協会費は、福祉のまちづくり・ 支え合いづくりへの第一歩です

## 【重点施策】

1. 地域福祉活動計画の策定
2. 社協強化計画(アクションプラン)の策定 <事業の選択と集中、財政基盤の強化>
3. 支部社協活動の充実強化
4. 小地域ネットワーク活動の推進
5. 日常生活自立支援事業・総合相談窓口の充実
6. 介護保険事業の安定経営とサービスの質の向上
7. 指定管理受託施設の適正な管理経営及び次期指定への対応
8. 人材育成の推進(職員研修による資質の向上)

## 地域での支え合いのために(支部社協)



支部社協の多世代交流・福祉の地域づくりなど



災害ボランティアセンター立上げ訓練



ふれあい広場・まつり



支部社協役員研修



移送自動車、車イス貸出事業



心配ごと・結婚・法律相談事業

皆様からご協力いただいた会費は、  
地域の助け合い・支え合いのために  
活用させていただきます。

くらしの  
サポートに

# ライフスタイル講座 参加者募集

千曲市・坂城町社会福祉協議会結婚相談所では、結婚について真剣に考える独身男女のスキルアップを目的に、各分野の専門家を迎え、ライフスタイル講座を開催します。

- 受講資格 男性 千曲市・坂城町に住所を有する方、または勤務地が千曲市・坂城町の方。  
女性 長野県内に住所を有する方。

日 時	男性	女性
第1回 7月12日	10:30~10:35 講座開会式	
	10:35~12:00(1時間25分) 1. ライフプラン講座I(自分のライフプランを作成) 講師 ソニー生命保険株式会社 ファイナンシャルプランナー 牛澤達郎氏	
	お昼休み(12:00~13:00) お弁当	
	13:00~14:50 (1時間50分) 2. コミュニケーション講座 講師 長野県結婚相談事業協同組合 理事長 田中博文氏	13:00~14:50(1時間50分) 2. ファッション&コミュニケーション講座 講師 ロン都 スーパーバイザー 六川三枝子氏
	休憩10分	
第2回 7月25日	15:00~16:30(1時間30分) 3. コミュニケーション演習「デートコースを作ろう」 講師 長野県結婚相談事業協同組合 理事長 田中博文氏	
	10:30~11:30(1時間) 1. ライフプラン講座II 講師 ソニー生命保険株式会社 ファイナンシャルプランナー 牛澤達郎氏	10:30~11:30(1時間) 1. コミュニケーション講座 講師 長野県結婚相談事業協同組合 理事長 田中博文氏
	お昼休み(11:30~12:30) お弁当	
	12:30~14:20(1時間50分) 2. ファッション&コミュニケーション講座 講師 AOKI千曲屋代店店長 原山剛氏	12:30~14:20(1時間50分) 2. メイク&コミュニケーション講座 講師 現在検討中
	休憩10分	
14:30~16:30(2時間) 3. 終了ティーパーティー ○ 最初の30分雑談テーマ「結婚に何を求めるか」(デートコースを作った班で雑談) ○ 次の80分フリータイム、グループ間の交流や席も自由 ○ アンケートの記入10分		

- 参加者 結婚を真剣に考える独身男女 各20名(2回とも受講できる方)  
■参加費 4,000円(2回分の講座と昼食、ティーパーティー代含)  
■申込先 千曲市社会福祉協議会 地域福祉課/TEL.026-272-0252  
坂城町社会福祉協議会 地域福祉係/TEL.0268-82-2551

- 電話で6月30日(火)までに  
社会福祉協議会までお申し込み  
ください。受講者には、年度内の  
パーティーへの参加を優先的に  
取り扱います。

※講座内容、講師等につきましては若干の変更が生じる場合があります。

あたたかい善意ありがとうございました。

(平成21年3月21日~5月20日受付分)

## 地域福祉振興基金

・萩野 貞幸(流山市在住) 様	200,000円
・ハイランド倶楽部千曲野 様	3,500円
・匿名 様	10,000円

## 善意銀行(物品の寄付)

・児玉 みどり 様
エレクトーン1台(戸倉児童館)

■SAD(社会不安障害)とは…  
人前で過度に緊張してしまう症状。今までのあがり症、内気。性格の問題とされてきたものが、脳の一部が過剰に反応してしまうとして近年認識されています。

- 時間 午後一時より 毎月イベントも実施中
- 月会費 五百円(ボランティアは無料)
- 電話 090-65539-1363 ※事前連絡必須

【長野市】 毎月：第一・三・日曜日  
サンアップル

【上田市】 毎月：第一・三・土曜日


上田市ふれあい福祉センター

## 募集

メンバー&ボランティア募集  
SADサークルNAGANO

# 2009 家族介護教室

心と体のリフレッシュをテーマに行います。  
高齢者を介護されている方やこの講座に興味のある方等、是非ご参加ください！

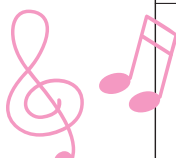


今回のテーマ：心と体のリフレッシュ  
**音楽療法講座** (3回シリーズ)

更埴老人福祉センター2階 集会場

回数	日時	内容	場所
1	7月3日(金) 午前10時 ～11時30分	音楽と人との関わり 音楽療法とは！ —NPO法人 長野音楽療法研究会—	更埴老人福祉センター2階 集会場
2	7月10日(金) 午前10時 ～11時30分	家庭で役立つ 歌と楽器 —NPO法人 長野音楽療法研究会—	
3	7月17日(金) 午前10時 ～11時30分	音楽と感性と 介護予防 —NPO法人 長野音楽療法研究会—	

■ 募集定員 20名  
■ 参加費 無料  
■ 申込期限 6月19日(金)  
■ 申込先 千曲市社会福祉協議会  
介護サービス課 TEL 272-0252



## 屋代児童センターフォトギャラリー

—楽しいことがいっぱい—



### 児童館・児童センターの休館について

来る6月12日(金)、長野県児童館連絡協議会千曲・坂城地区総会及び研修会のため、午前9時30分～正午まで児童館・児童センターを休館いたします。なお、午後1時からのご利用については、平常どおり開館いたしますので、ご理解ご協力のほどお願いいたします。 千曲市児童館・児童センター



受講生  
募集

## 園芸福祉ボランティアはじめの一步講座

— 花と緑から始まる 出会い ふれあい まちづくり —

花や緑に触れていると、元気がでますね!

園芸を通して、障害も年齢も超えてみんなで幸せを感じ、元気になれる園芸福祉の理論と実践を学ぶ講座です。花の好きな方、住み良い地域づくりをしたい人、好きな園芸を何かに活かしたいと思っている方、…一緒に学んで、実践していきましょう!!



	日時	内容
1	7月10日(金) 13:30~16:00	<b>■講義</b> 「みんなを幸せにする 園芸福祉とは? ガーデニングの効果と園芸福祉について」 <b>■実習</b> 「こけ玉づくり」 講師 藤田政良氏 長野園芸福祉ネットワーク会長
2	8月5日(水) 13:30~16:00	<b>■講義</b> 「高齢者や障害者と一緒のできる 実践プログラムについて」 <b>■実習</b> 「寄せ植え」 講師 望月ゆかり氏 更級農業高等学校教諭 草花クラブ員 更級農業高等学校
3	9月8日(火) 13:30~16:00	<b>■講義</b> 「心を元気に、笑顔をひきだす園芸療法とは」 活動事例 「施設での取り組み他・・・」 <b>■実習</b> 「ハーブを利用した園芸」 講師 徳永淳子氏 NPOジャパンハーブソサエティー 認定インストラクター
4	10月21日(水) 13:30~16:00	<b>■テーマ</b> 「デイサービス利用者と一緒に 室内園芸を楽しもう」 実習 「しば刈り君」 講師 山岸征男氏 園芸グループ「木もれ陽花とみどりの仲間達」事務局 協力 稲荷山デイサービスセンター
5	11月11日(水) 13:30~16:00	<b>■まとめ・交流会</b> ・園芸福祉の実践活動紹介 「千曲市でのこれからの園芸福祉活動について考える」 講師 山本宗輝氏 長野園芸福祉ネットワーク副代表

1. 募集人員：30名 ※先着順
2. 参加費：2500円 (実習費)
3. 持ち物：全過程 エプロン 軍手 はさみ 新聞紙 持ち帰り用ビニール袋 (大)
4. 会場：千曲市更埴老人福祉センター 千曲市杭瀬下二丁目6番地
5. 申込み切：6月30日(火)

## 申し込み・お問い合わせ

千曲市社会福祉協議会 TEL.272-0252  
 ふれあい福祉センター上山田 TEL.276-2687

いつもと違う夏がくる

参加者募集

# サマーチャレンジボランティア

in ちくま

普段なかなかボランティアができない方、興味はあるけど活動に踏み切れない方、今年はサマチャレに参加してみませんか？もちろん、今までボランティアをやったことのある方も大歓迎です。今年の夏は、いつもと違う夏にしてみましょう!!

■日程 1. 事前研修会(必須)

～ボランティアって何？施設では何するの??  
そんなドキドキを解決しよう!!～  
7月18日(土) 14:00～16:00

2. 体験日 7月27日(月)～8月28日(金)のうち2日間以上

3. 体験後はレポート提出

(体験談や感想など200字程度)

■お申込み 詳細なパンフレットが各ふれあい福祉センターにございます。備え付けの申込用紙にて**7月10日(金)**までにお申し込み下さい。



昨年度に寄せられた感想

満天の星でお菓子箱作りのボランティア体験をしました。実際にやってみて大変さがよく分かりました。今まで買っていたお菓子の箱など知らないところで大事に作られていることに気がつきました。

もしここで体験しなければこのことも分からなかったと思います。大変でしたが、この2日間で学んだ事を大切にしていきたいです。

【中学校2年生】

事前研修会では「ボランティアとは何か?」ということについて話を聞いたりみんなで考えたりしました。ボランティアはしてあげるといふ気持ちではない。これからは、感謝されるより感謝をする気持ちを大切にしたいと思ひます。

この5日間で、たくさんの笑顔と元氣をもらひ、自分の夢に向かいよりいっそう頑張っていこうと思ひました。

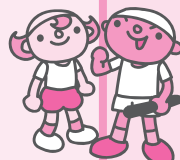
【短期大学1年生】

児童館でボランティア

●感想の一部をお届けします。  
四月に、現在介護の仕事をしている方が、こども達と関わるボランティアを希望され、五加児童館で体験されました。

私は、介護の仕事をしています。介護との違いを一番感じるのは、高齢者の方からは豊富な人生経験を教えて頂くことが多いですが、子ども達には、これから社会で生活していく上で大切なことを教えていかなければならないことです。

吸収力も早いいため私自身が二つの言動に注意しなければいけないと感じ、戸惑うことばかりです。こども達、それぞれ個性があり一人一人の良い部分を見つけ度にもその良い部分を吸収しよう!と思ひました。今回の体験は人生経験として意味のあるものになりました。ありがとうございました。



子育てサークル

げんきっこ



元気に楽しい子育てをしてみませんか?

0歳から3歳までのを対象とした野外遊びを中心に行っているサークルです。子どもたちの五感(見る、聞く、かぐ、味わう、触れる)を感性豊かに、地区を越えて市内の親子仲間と一緒に心と体を育てたい人が集まっています。今年度は、季節にあった野外活動と、新たに食育(親子で一緒に作ろう)をテーマに料理教室を全5回予定しています。ただいま会員募集中です! 新たなママ友、可愛い子どもたちとの素敵な出会いがあるはず...

※会員申込については、上山田子育て支援センターへ連絡をお願いします



ひとりで  
悩まず  
まずは相談

## 相談日のご案内 (6月～8月)

各相談の予約・問合せ先 千曲市社会福祉協議会 TEL.272-0252

### 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。

#### ○勤労青少年ホーム

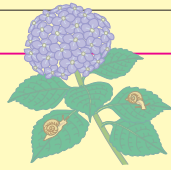
午後1時30分～4時30分

7月8日(水)

#### ○ふれあい福祉センター上山田

午後1時30分～4時30分

6月10日(水)・8月12日(水)



### 法律相談

要予約 TEL 272-0252

- 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

6月4日(木)・7月2日(木)・8月6日(木)

#### ○ふれあい福祉センター戸倉(戸倉地域福祉センター科野の宿)

午後1時30分～4時30分

6月18日(木)・8月20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

7月16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

6月13日(土)・7月11日(土)・8月8日(土)

#### ○戸倉創造館 2階 創作室

午前9時00分～12時00分

6月7日(日)・7月5日(日)・8月2日(日)

※新規登録は随時、千曲市社会福祉協議会で平日午前9:00～午後4:30の間で受け付けます。

将来のパートナーと巡り合うために、一步踏み出してみませんか?

## 千曲市社会福祉協議会 結婚相談所

相談所は、完全登録制で、真剣に結婚を考える男女のための、相談事業やパーティー等のイベント、スキルアップ講座等の事業を行っています。

#### 登録条件等

- 1 登録資格は、結婚を真剣に考える独身の方で、男性は千曲市・坂城町に住所を有し居住している方、女性は長野県内に住所を有し居住している方です。
- 2 登録は2年間有効です。費用は2年間分の各種資料・通知等の印刷費、郵送費等の実費5,000円のみで、相談・紹介・お見合い、成婚報酬等は一切無料です。ただし、パーティー等への参加費は個人負担です。
- 3 登録をご希望の方は、関係書類を郵送いたしますので、まずはお電話ください。

**夫:** 相談所での出会いをきっかけに結婚し、昨年10月に愛娘が誕生しました。とても幸せな気持ちです。これからも夫婦で協力しあい素敵な家庭を築いていきます。

**妻:** 夫も子育てに協力的で素敵な方と家庭を持って本当に幸せです。



※特に女性の皆様の登録をお待ちしております。詳細は、事務局担当者が説明をいたしますので、お電話でお問い合わせください。

～みなさん一緒にがんばってみましょう～