

社協だより

4月号
(No.25)

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
E-mail: shakyokc@valley.ne.jp



八幡児童センター

上山田児童館

P2	平成20年度事業計画・予算 組織変更に伴う事務所機能の一部移転 について
P3	平成20年度事業紹介
P4	支部社協事業紹介 児童館・児童センター支援ボランティア 募集 福祉リレー号
P5	ふれあいサロンリーダー研修会 安心コール利用者の集い 児童館だより
P6~7	ボランティア情報
P8	相談日のお知らせ・寄付御礼 お知らせ

八幡児童センターと 上山田児童館の子どもたち

八幡児童センターでは、「千曲かるた」を
使ってかるた遊びをしました。みんなたくさん
とれたかな？

上山田児童館では、子どもたちが作った
大豆で、きなこ作りをしました。石うすです
ったきなこの味はどうだったかな？

平成20年度 事業計画と予算

予算総額 771,972千円

人づくり、幸せづくり、共に支えあえる地域づくり

いつ身近に災害が起こるか分からない今、住み慣れた地域を私たち自身で守るためには、地域のつながり、人と人とのつながりがとても大切です。本会では、みんなで支え合うことで、いつでも誰もが安心して住み慣れた地域で暮らせる、優しさあふれる福祉のまちづくりを進めてまいります。

また、20年度は「地域福祉活動計画」の策定に取り組むとともに、積極的に職員が地域に出向き、地域の課題をとらえ、住民の福祉ニーズに素早く対応する小回りの利く社協をめざします。

今後も、住民主体の公的な性格を持つ民間の福祉団体として、ボランティア、NPO、関係機関・団体等との連携を図り、そして地域の人々の協力を得ながら、質の高いサービス提供と地域福祉推進に努めてまいります。

◎地域福祉推進事業 12,036千円

- 小地域ネットワーク活動の推進
(ご近所同士の支え合い活動 声かけ、見守り)
- 心配ごと・結婚・法律相談事業
- 希望の旅事業
- ふれあい広場の開催
- ボランティアの登録、斡旋、相談、育成
- ボランティア講座の開催
- 福祉教育推進事業
- いきいきサロン活動支援

◎生活支援事業 19,365千円

- 生きがいデイサービス (白鳥園でのデイサービス)
- 安心コール事業 (電話での安否確認)
- ひとり暮らし高齢者等孤独感解消のための交流会
- 移送自動車、車いす貸与事業
- 家族介護者支援事業
- 日常生活自立支援事業
- 金銭管理、財産保全サービス事業

◎介護保険事業 375,441千円

- 居宅介護支援事業
- 訪問介護事業
- デイサービス事業
- 訪問入浴サービス事業
- 短期入所事業
- 支援費事業
- 介護予防事業

◎指定管理受託施設経営事業

- 老人福祉センター・健康プラザ等の管理経営 32,591千円
- 児童センター・児童館の管理経営 68,336千円
- 地域包括支援センターランチ運営 2,650千円
- 地域活動支援センター管理経営 5,148千円
- 精神障害者通所授産施設 (チューリップの家) 管理運営 (特別会計)

◎共同募金配分事業 15,133千円

- ふれあい訪問事業
- 福祉団体及びボランティア団体への活動助成
- 小、中、高等学校の福祉活動への支援
- 地域支え合いまちづくりシンポジウム
- 社協だよりの発行



◎その他の事業等 241,272千円

- 助けあい資金貸付事業
- 生活福祉資金貸付事業
- 災害見舞金
- 法人運営事業
- 支部社協活動の推進
(支部社協は、みんなで支え合うことでいつまでも安心して住み慣れた地域で暮らせるように、サロンを開いたり、ひとり暮らし高齢者の集いを開催したり、身近な地域福祉活動を進めています)

組織変更に伴う事務所機能の一部移転について

4月1日から、事務事業の効率化を図るため、ふれあい福祉センター戸倉 (戸倉地域福祉センター) で行っていた移送自動車・車いす貸与事業、総合相談業務等の一部業務をふれあい福祉センター上山田に移転します。ご迷惑をお掛けしますがご理解ご協力をお願いいたします。

なお、居宅介護支援事業、デイサービスセンター、ヘルパーセンター等の介護保険業務は、従前どおりです。

平成20年度社協事業のお知らせ

移送自動車貸出サービス

千曲市在住者で、車いす等でしか外出できない方々を対象に、リフトやスロープの付いた自動車を貸出しています。

利用当初に年間1,000円の社協賛助会費をいただきます。登録時には、運転される方の運転免許証の写しと印かんをご持参ください。

利用回数	利用時間帯	利用距離
月5回以内	8:30~17:15	100 以内

車いす貸与サービス

千曲市在住者で、在宅で車いすを必要とされる方に対して貸与のサービスを実施しています。

対象者	利用期間	利用料金
障害等により生活に車いすが必要な者	6か月以内延長可能	6か月までは無料/延長1か月につき250円

地域包括支援センターブランチを活用下さい。(戸倉上山田地域)

4月1日より地域包括支援センターブランチをふれあい福祉センター上山田へ移転します。

今まで社協では、支部として、ふれあい福祉センター戸倉、ふれあい福祉センター上山田の2つの窓口を開設していましたが、一部事業の統合によりふれあい福祉センター上山田へ業務のほとんどを移転します。

それに伴い地域包括支援センターブランチも移転し、新たに「地域包括支援センターブランチふれあい福祉センター上山田」として運営いたします。

・介護、健康、生活等の高齢者やその家族の方々の相談等のお悩みがございましたらご相談ください。

・介護予防教室を開催しています。また、サロン等への職員も派遣します。

地域包括支援センター
ブランチふれあい福祉センター上山田
住所：千曲市上山田温泉四丁目5番地1
電話：276-2687 FAX：275-3918
メール：ffs-kami@valley.ne.jp

福祉活動事業助成金のお知らせ

市内を拠点として活動している福祉団体、ボランティア団体、NPO法人等が行う地域福祉の増進につながる活動や事業を対象に助成金を交付します。

申請は原則として1団体1事業とし、5月31日までに申請書を提出していただきます。

助成をご希望される方はお気軽に社協までお問い合わせください。

対象事業	助成金の上限
講演会、研修会の開催	10万円
啓発活動	5万円
福祉教育活動	10万円
福祉活動のための備品の購入	10万円
地域福祉推進の先駆的な事業	10万円
その他福祉活動として認められる事業	協議による

ふれあい活動交付金のお知らせ

高齢者・障害者・子育て中の親子等とボランティアの皆様が小地域での交流を行う活動(いきいきサロン等)に対して、活動交付金を交付します。(※ただし、趣味の会などの団体は対象となりません)

○交付金額

100円×参加人数(ただし年間3万円まで)

○申請

最寄のふれあい福祉センターへお願いいたします。

助けあい資金のお知らせ

市内に居住し生活に困窮する方に対し、応急援護のために「助けあい資金」をお貸しします。貸付金額は3万円以内とし、連帯保証人が必要となります。

食育・健康講座

社協上山田・上山田温泉支部

3月7日（金）千曲市総合観光会館において上山田・上山田温泉支部社協主催で、料理研究家で現在、長野県カルチャーセンターの講師としてご活躍されている横山タカ子氏をお招きして、健康講座を開催いたしました。演題「食と健康」のテーマのもと、約160名の皆さんが参加されました。

「旬の野菜の効用、とりわけ四季折々の信州伝統野菜を上手に食卓へとり入れる工夫と知恵が大切であり、若い世代に引き継いでいく努力が信州人の役目である」などの講演に皆さん大きくうなずかれています。

食を楽しみながら、健康で心豊かに暮らしていくコツを学び合い、有意義なひとときとなりました。

2月16日に映画鑑賞会が行われました。

社協戸倉・更級・五加・上山田・上山田温泉支部

映画「折り梅」を観て

若林 勝子

年を重ねればいつかは自身の事としての認知症問題が描かれ、感動の涙で心がきれいに洗われました。

自分を失っていく恐怖やいらだちを嫁にぶつける姑の政子、怒りにかられ戸惑いながらも受け入れ、誠実に接していく嫁の巴の姿を描いています。

姑の政子が、悲しい自分の生い立ちを語る場面、「おかやん」への思いは子供にとって何より大切な宝。お互いに相手を慕い、おもいやる心が芽生えた瞬間でした。

認知症は無ではなく、新たな才能を開花出来る無限の可能性をも秘めています。巴の夫であり、政子の息子でもある裕三の男としての生きかたについても問題を投げかけてくれた映画でありました。

児童館・児童センター支援ボランティア（サポーター）さんを募集します！

◆市内にある児童館・児童センターでボランティアをしてみませんか？

子どもと遊ぶ、子どもへの文化伝承、子どもたちと一緒に過して下さるボランティアの方を募集しています！初めてでも大丈夫です。年齢・性別は問いません。個人・サークルなども問いません。お気軽にご連絡ください。

- 活動内容 児童の見守り、遊びの支援、文化の伝承など
- 活動時間 平日15:00～17:00（相談に応じます）
土曜・日曜日・学校の長期休業9:00～17:00の間（お好きな時間で相談に応じます。日曜日は上山田児童館だけとなります。）
- 対象者 子どもが好きな方、囲碁、オセロ、将棋、竹馬、一輪車、縄跳び、絵、竹とんぼ、お手玉、あやとり、その他昔からの遊びを教えていただける各地域の方々
- 活動場所 埴生児童センター（272-0421） 稲荷山児童センター（273-3355） 屋代児童センター（272-5872）
八幡児童センター（274-3844） 東部児童センター（274-0415） 戸倉児童館（276-1670）
更級児童館（275-5812） 五加児童館（275-4011） 上山田児童館（275-1754）
- 注意事項 ボランティア活動保険（年間260円）に自己負担で加入していただきます。
- 申込み 各児童館・児童センターでお申込みいただくか、下記問い合わせ先にご連絡をください。
- 問い合わせ・申込み先 〒387-0011 千曲市杭瀬下二丁目6番地
更埴老人福祉センター内
千曲市社会福祉協議会 総務課施設係
電話026-272-0252 FAX 026-272-6557 有線 埴生4051

みなさんの声をのせて

福祉リレー号

福祉に対する意見や提言、理想を自由に述べていただくコーナーです

私は以前、仕事からみて老人ホームの送迎をやらせて頂いたことがあります。仕事だと思っていたので私の中でボランティア意識はまだなかったように思います。安全運転をしたつもりになっていました。高齢者にとっては右左折時、ブレーキ時の揺れがきつかったそうです。先輩に「お前はまだ若いからわからないだろうけど、年とれば思い知らず」と注意をされました。二十代前半だった私には、何を言われていたのかよくわかりませんでした。しかし今、少しずつ思い知っています。

今回、各施設で作業のお手伝いを兼ねて傾聴ボランティアをさせて頂きました。独りよがりな行動をせず、皆さんの日々のペースを乱さないよう心がけました。今度お伺いする際には、今の私にできることを書いていこうかなと思っております。そうすると使って頂きやすいかと思っただけですが、いかがでしょうか？

ボランティア活動を通して、自分に足りないところに気づき、学べるチャンスを提供できるのかなと思います。できる範囲で私たちが若手世代にも輪を広げていきたいと思っています。

「若輩者の初ボランティア」
北島 朗子

ふれあいサロン リーダー研修会開催

「誰かと話をしたい。行くところがほしい。誰かとお茶を飲みたい。」こんな願いを叶えてくれるのが、ふれあいサロンです。地域の公民館などの空間をお借りして、地域の顔なじみの役員さん、ボランティアさんが、近所の高齢者の方々をお招きしてのお茶会サロン。こうした地区のリーダーやスタッフの皆さんの研修会を開催しました。

第一日目は、新潟市の宅幼老所「うちの実家」代表河田珪子さんによる「地域のふれあい、助け合い」と題し、講演をいただきました。介護する側も介護される側もどちらの人生も大切にしたいという想い、暖かく無条件でだれもかも受け入れる、ひとのあたたかさを伝える場としてのサロンの運営への想いや地域活動への参加の大切さをお話いただきました。

また、第二日目は、レクワーカーの町季与子さんにサロンで楽しく使えるレクリエーションについて、指導をいただきました。両日とも九十名を越える参加をいただきました。千曲市では高齢者向けのサロンも八十地区を超え、高齢者を地域で支えるための理解が深まっています。こうしたサロンに関わるボランティアの皆さんのご理解とご尽力が、地域の福祉を支えています。



安心コール 利用者のつどい

3月3日(月)安心コール利用者の方々をお招きし、日頃電話でコールしている方との交流会を白鳥園で実施しました。

利用者からは、「電話してくださる方はどんな人なんだろう、いつも想像はしてただけだけど…」「電話ではいつもやさしく応えてもらって…」等々会話がはずんでいました。落語や入浴、昼食でひと時の交流をしました。

安心コールは、閉じこもりがちなひとり暮らしの高齢者に対して、安否確認や人とのコミュニケーションとして実施しているものです。日頃、声だけの会話ですが、この場では直接顔を合わせての会話になり、より多くの話題に話がはずんでいたようです。



ミニミニコンサート

昨年、戸倉児童館では、NHK大河ドラマ「風林火山」にあわせて出し物を考えました。「疾きこと風の如く、徐なること木の如く、侵掠すること山の如し」の如く、動かざること山の如し、手製の「風林火山」の旗が一本ずつ上がります。山本勘介が登場し、時代背景の説明をし、上杉謙信と武田信玄に扮した子どもが登場します。「鞭声粛粛」の詩が朗々と吟じられると、そこへ馬上に乗った上杉謙信がやってきて武田信玄に斬りかかり、信玄は持つていた軍配を受け止めるという一騎打ちの場面があり、その後松代に伝わる「真田節」を上下黒い服を着て、白いハチマキ、手には白い扇子を持って全員で踊りました。千曲市社会福祉大会、ふれあい祭り、西宮神社の祭りで発表をし今年も五月の

戸倉児童館

児童館だより



戸倉祭りでも行う予定です。十二月からは、ハンドベルやトーンチャイムなどを使って「ふるさと」「夕やけこやけ」「思い出のアルバム」など七、八曲の演奏をしています。三年生の中には、「千の風になつて」を一人で演奏する子がいて、それを見た一、二年生も一曲を一人で演奏できるように練習をしています。三月のお楽しみ会では、お父さん、お母さん、妹や弟、そして児童館を支えて下さっている方も呼び出して発表をします。そして夏には、新鮮なトマトやきゅうりをたくさんくださった宮本さん。クリスマス会の時、景品をくださった宮人さん。ジャム用のあんずをどっさり持ってきてくれた柳沢さんにお礼のお手紙を渡しました。子育て広場では、「水あそび」「ミニミニクリスマス」「作って遊ぼう」などの活動を入れ、その中へ読み聞かせの場面を入れました。赤い羽根共同募金事業では、「親子で楽しくリースづくり」をしました。お母さん方からは、「素敵なお母さんでした」と子育ての忙しさの中でホットする時間をもて嬉しかった」という感想も頂きました。

ぼくたち、わたしたちもがんばっています。

☆車イスツインバスケットボール体験 ～障がい者スポーツにチャレンジ～



二月十九日（火）に上山田小学校の体育館を会場に福祉教育プログラム研究事業として、車イスツインバスケットボールの選手と一緒に五・六年生の児童五十八名が大歓声を響かせ、障害者スポーツにチャレンジしました。

児童のみなさんは、しんしんと寒くて冷える体育館でも元気よく、一目散に車イスに飛び乗り感触を確かめていました。事前にツインバスケットなどについて学習していても、実際に乗って体験してみるとこんなに難しく、体を自由に動かさないことに四苦八苦しながら、はがゆいようでしたが、チームに分かれ試合になると、息をきらせてがむしゃらにボールを追いかけて一生懸命プレーを楽しんでいました。

車イスの選手の方々から、車イスに乗っていても、眼鏡をかけていても、障害のある人もな



い人も同じ人間なんだ、特別ではないんだ。また、何事にもあきらめない気持ちの子どものころから持つていてほしいと話してました。人間の持つ可能性の素晴らしさを交流を通して学ぶことができました。

【児童からの感想】

- ・体が不自由でも、スポーツも勉強もやる気になればできるんだな。
- ・自分の思ったとおりに体が進まなくて大変だったから車イスや杖で困っている人がいたら助けたいとおもった。
- ・車イスの選手のおじさんからお家でのごことやバスケットのやり方とかを教えてもらってとても楽しかった。
- ・手も足も使えることはありがたいことで、普段の生活でも大変なことがあったら工夫しようと思った。

平成20年度 ボランティア活動保険

ボランティア活動中の様々な事故によるケガや賠償責任を補償します。

- 補償期間
手続き完了日の翌日午前0時から平成21年3月31日午後12時まで
- 掛金の例（Aプランの場合）
260円（年間）
- 補償金額の例（Aプランの場合）
死亡保険金1,418万円
賠償責任保険金（限度額）5億円 他

※行事の開催ごとにご加入いただける「ボランティア行事用保険」等、他の保険もごございますので、お気軽にお問い合わせ下さい。
千曲市ボランティアセンター
(272-0252)



傾聴とは、話す相手の感情や心にも耳を傾けて聴くことです。それによって、少しでも相手の心の緊張をほぐす目的があります。

1月から3月まで3ヶ月間にわたり、専門的な講義や精神障害、知的障害、認知症の3つの施設での実習、レポート課題など、ハードなスケジュールをこなし、傾聴ボランティア養成講座を三三名の受講生が修了しました。残念ながら、修了できなかった受講生も何人かいましたが、修了した人もできなかった人も、大切なのは「これから」。傾聴ボランティアとして経験を積み、より研鑽に励むという決意がどの受講生からも伺えました。

寄り添い、存在を認め合う
「傾聴」を目指して



「ばくも お手伝い 頑張ったよ!」

食は命です!! 元気づくり食育教室で交流 親子料理育児サークル「チャイルドベア」

2月8日(金)、お料理を作って交流しているサークル「チャイルド・ベア」では、食育を推進しているボランティアグループ「食育サポート長野」より、池田靖子氏を講師にお迎えして「元気づくり食育教室」を開催いたしました。

健康な体づくりには毎日の食事が基本であること等を学び合うことができました。おいしく食べて、心身ともに健やかな子どもに育つことを願っています

免疫力パワーアップ 料理を体験して

サークル代表 吉田 秀子

毎日、健康のことを考えながら料理を作ることにはなかなか難しいと思いますが、今回は免疫力パワーアップ料理に挑戦しました。現代は、健康サプリメントや薬を飲んで体に足りない栄養素を補っている人が多いなかで、雪菜やれんこん、ごぼう、小魚といった旬の野菜と自然食品を使った料理を作り、野菜本来の味が活かされてとてもおいしく感じました。サプリメントを飲むよりも自然に健康になれるのではないかと思います。また、発芽玄米を初めて食べましたが白米よりもおいしく体に良いので毎日でも食べたいと思いました。

チャイルドベアでは、就園前の親子でお料理を作り楽しく交流しています。

会員は随時募集しています。興味のある方はご連絡ください。

連絡先 吉田秀子

電話 (026) 276-1168

おはなしカーニバル2008

千曲市の未来を担う子どもたちとその周りをささえる大人たちが、おはなしの世界にふれながら、心を豊かにはぐくむためのカーニバルを開催します。皆様のご来場をお待ちしています。

- 日時 2008年4月27日(日) 10:00~15:00
会場 あんずホール
インナーコリドー 学習室 等
- 内容
- ・おはなしの部屋 (たのしいおはなし、ふしぎなおはなし、こわいおはなし)
 - ・パフォーマンスゾーン (大道芸、バルーンアート、手品など)
 - ・あそびコーナー (折り紙、工作、昔の遊び、お絵かき)
 - ・その他 (絵本コーナー、バザー、お休み処など)

☆各コーナーを回ってスタンプを集めよう!!
…スタンプラリー開催…

- 主催 ちくまあはなしネットワーク
共催 千曲市教育委員会
後援 千曲市社会福祉協議会



28歳おめでとうそしてありがとう 上山田文化会館誕生祭

4月29日(火・祝日) 8:30~11:30

掃除・お茶会・お楽しみ企画

昨年5月5日(オープン記念日)に開催いたしました上山田文化会館の誕生祭は、100人を超す方々にお集りいただき、賑やかに行うことができました。

文化活動の拠点となる上山田文化会館への感謝の気持ちをこめて、今年もお掃除や花植えをいたします。ボランティアさんの参加をよろしく願っています。

☆どなたでも参加OK!!

小学生以下の方は保護者同伴をお願いします。

☆参加して下さる方4月15日までにご連絡ください。

主催 上山田文化会館誕生祭実行委員会
お問い合わせ先 上山田文化会館 電話275-0500



感謝を込めて!!
地域力を
発揮しよう!

ひとりで
悩まず
まずは相談

相談日のご案内(4月~6月)

各相談の予約・お問い合わせ先 千曲市社会福祉協議会 TEL272-0252

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

4月9日(水)

○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

5月14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11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、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

4月3日(木) 5月8日(木) 6月5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

4月17日(木) 6月19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

5月22日(木)

結婚相談

★完全予約制ですので希望される方は、お申し込みください。

○更埴文化会館 (あんずホール) 小会議室

午前9時00分~12時00分

4月6日(日) 通常の相談と新規登録を受付けます。(いずれも要予約)
5月3日(土) 6月1日(日)

○戸倉創造館 2階 創作室

午前9時00分~12時00分

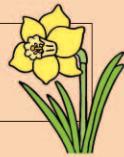
4月12日(土) 通常の相談と新規登録を受付けます。(いずれも要予約)
5月11日(日) 6月14日(土)

※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の間で受付けます。

ケアハウス ちくま

ボランティアさん募集

絵手紙、詩吟、書道、折り紙、手芸
オセロゲーム、短歌・・・等



利用者みなさんと一緒にして下さる方、
教えて下さる方、ご自身の趣味を広めたい方、
または、風のような、さりげなくボランティアの
できる方のご協力を・・・お待ちしております。

連絡先 ケアハウス ちくま
千曲市戸倉2440-1 Tel 026-261-0600
施設長 宮坂まで

あたたかい善意ありがとうございました。

(1月16日~3月20日受付分)

○地域福祉振興基金

長崎 和子 様	100,000円
高津 たき 様	10,000円

春のクロスロード手織展

とき 4月21日(月) ~4月26日(土)

じかん 10時~17時

ところ 稲荷山お茶処 やじろべえ

はるかぜにやさしいシヨールや小物、バックなど気持ちを
こめて織りました。
クロスロード陶芸班のゆかいな作品も展示しますのでどう
ぞご覧ください。

お問い合わせ
クロスロード 電話 274-3485



市民ふれあいの集い

入場無料

~施設利用者と地域住民との交流のために~

- 期日 4月27日(日) 12:30~
- 会場 更埴文化会館 あんずホール
- 主催 富士流 あづま会社中

ごゆっくりと舞踊をお楽しみください。