

# 社協だより

Vol. 104

令和3年  
2021.6

主な内容

- ▶ 社会福祉大会表彰者推薦のお願い ..... 4
- ▶ 職員募集 ..... 5
- ▶ 会費のお願い ..... 7



◀ 携帯電話で読み込むと社協だよりをホームページよりご覧頂けます。



## コロナ禍から生まれた『ラジオ体操サロン』

詳細は P2 をご覧ください



社会福祉法人 千曲市社会福祉協議会

# コロナ禍から生まれた

# 『ラジオ体操サロン』

現在、屋代地区の一部地域と倉科地区で『ラジオ体操サロン』が開催されています。

参加者からは「なかなか集まれる機会がない中で集まれてうれしい」、「のびのび運動できるからいい」と喜びの声が聞かれています。

『ラジオ体操サロン』とは、地区や団地等のみなさんとラジオ体操の歌を歌ったり、体操を行うものです。新型コロナウイルス感染症予防対策のため、マスク着用、間隔をとり野外で行うサロンです。

市内では、フレイル予防※1のためさまざまな運動やサロン活動が行われていますが、現在、新型コロナウイルスの影響で活動が自粛状態となっています。「外出したくてもできない」、「人と話す機会が減ってしまった」等の声が多く聞かれる中、千曲市と協働で『生活支援体制整備事業』※2の一環として、さまざまな事業を住民の皆さんと一緒に進めています。

「ラジオ体操サロン」に興味のある方は社協へお問い合わせください。



屋代地区のラジオ体操サロン

お仲間と一緒に体操すると  
心もほぐれます (^\_^)

※1フレイル予防：人は年を取ると段々と体の力が弱くなり、外出する機会が減り、病気になるまいまでも手助けや介護が必要となってきました。このように心と体の働きが弱くなってきた状態をフレイル（虚弱）と呼びます。

※2生活支援体制整備事業：高齢者が安心して暮らせる地域づくりを目指し、住民の支え合い活動を応援する事業です。

仲間と一緒にラジオ体操を  
やると張り合いになります

始まる前のこういう  
時間もいいよね♪



倉科地区の  
ラジオ体操サロン



かみとくま食堂ロポロロ！ ～地域の人々をつなぐ地域交流拠点～



代表の瀬在 高朗（たかあき）さん



振る舞われた 手打ちそば

※「かみとくま食堂」の対象者は20歳未満の子どもと保護者等。利用料は無料。毎月第2、4水曜日の午後3～5時。2階は学習スペースとして開放しています。

5月8日、上徳間地区にこども食堂その名も「かみとくま食堂」※が立ち上がりました。「かみとくま食堂」は、子ども達を地域で見守り育てるために、上徳間区民が主体となって取り組む活動及び活動の実施団体の名称です。かみとくま食堂の活動原資は、主に有志からの寄付等で行われています。

プレオープン初日、感染症対策をしっかりと行い、訪れた地域の親子に手打ちうどん・お蕎麦が振る舞われ、「おいしい」と多くの笑顔が見られました。

代表の瀬在高朗（せざい・たかあき）

さんは「一人の力では、こども食堂はできない。地域の皆様のご協力のおかげで運営できています。支援者の方々と支えあい、こども食堂という場を開き続けることで、様々な人同士が繋がり、笑顔になることができます。皆様からの温かいご支援お待ちしております。お気軽にお立ち寄りください。」と話されました。今後子ども達にとって楽しい居場所となり、多世代の地域のふれあいの拠点になればと期待しています。2階は、学習支援も行えるようになるそうです。



おいしかったよ♪ また来てね



とても居心地がいいよ

学生支援のための 食料寄付をお願いします

新型コロナの影響により、生活に困っている学生を支援するため、食料の寄付をお願いします。

**対象品** 例：米、レトルト食品、缶詰、カップラーメン、乾麺 等

**期間** 6月1日（火）～7月30日（金） 午前9時～午後4時

**場所** 千曲市ふれあい福祉センター（旧戸倉庁舎）千曲市大字戸倉 2388 番地

**連絡先** 地域支援課：026-276-2687



## 千曲市社会福祉大会表彰者推薦のお願い

11月27日(土)千曲市戸倉創造館にて千曲市社会福祉大会を開催するにあたり、福祉事業への貢献を称え、千曲市社会福祉協議会会長より表彰を行います。つきましては、表彰の対象となる下記個人・団体は、千曲市社会福祉協議会まで推薦をお願いします。大会の内容詳細は社協だより10月号などで紹介する予定です。

### 【表彰対象】

- ボランティア団体又はグループ (8年以上社会福祉活動されている団体等)
- ふれあい・いきいきサロン(8年以上地域でサロン活動を実施されている団体)
- 寄付者 (地域福祉推進のために多額のご寄付をいただいた方・団体)
- 地域活動功労者・団体 (特に優れた善行、功績のあった方・団体)

問合せ

総務課

026-276-2687

締切

8月27日(金)

独身者のための

## スキルアップセミナー & 気軽に出会える交流会

オンライン  
による講演

ステキな恋をみつけよう

出会いのきっかけが見つからない、気軽に出会えるイベントがあればいいな…という方にオススメ!! 男女合同のセミナーのあとに、交流会を開催します! 気軽に出会いたいあなたにピッタリの素敵なひとときを提供します。

日時	7月31日(土) 13:00~16:30
場所	上田東急 REI ホテル (上田市天神 4-24-1)
内容	第1部 男女合同セミナー ★13:00~14:30 「最後の恋のはじめ方~短期間で相手との相性を知る方法」 第2部 交流会 ★14:40~16:30 自己紹介やグループゲーム、フリータイム等、たのしく交流
参加対象	男女ともに25歳~40歳の独身者(初婚、再婚は問いません) 男性: 千曲市・坂城町に在住、在勤者 女性: 年齢以外の制限はありません。
応募定員	男女各15名 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">先着順</span>
参加費	2,000円(会場費として) ※飲食はありません。
締切	7月13日(火) までに電話またはEメールで申込みください。
問合せ・申込み	

地域支援課 ☎ 026-276-2687

E-mail : [sapo-wedding@chikuma-shakyo.jp](mailto:sapo-wedding@chikuma-shakyo.jp)

Eメールでの申込みは、件名を「スキルアップセミナー申込」と記入し氏名、住所、性別、年齢、連絡先を記述の上送信してください。折り返し連絡します。なお、アドレスの誤記入にはご注意ください。



〔講師〕 あらの こうじ 氏  
荒野 広治 氏

モテ期プロデューサー  
(株) promote 代表取締役

ゼクシィ婚活セミナー  
レギュラー講師。  
独自に開発したモテ理論で恋愛  
成功者を多数輩出している。

※「新型コロナウイルス感染症予防対策」についてご協力いただくことを条件に申込みを受付致します。

- ◆ 当日はマスク着用、アルコール消毒、受付の検温など感染予防対策についてご協力ください。体調不良、感冒症状のある方は参加を見合わせていただきます。
- ◆ 開催2週間以内に感染流行地域や県外への外出、海外渡航をされた方につきましては、参加を見合わせていただきます。
- ◆ 感染症流行状況及び、警戒レベルの状況に応じて開催の延期をする場合があります。

# 児童館・児童センターからのお知らせ



開催時間 10:00(受付9:30)~11:30  
3週間前から予約を受付ます。

## 6月

開催日	会場	内容
22日 火	戸倉児童館	読み聞かせ
	更級児童館	親子リズム体操
	五加児童館	リトミック
	上山田児童館	助産師の話

## 7月

開催日	会場	内容
13日 火	埴生児童センター	親子リズム体操
	稲荷山児童センター	読み聞かせ
	屋代児童センター	歯科衛生士の話
	八幡児童センター	リトミック
	東部児童センター	助産師の話



地域みなさん  
いつも見守ってくださり  
ありがとうございます！

～五加児童館～

目の前には、広い公園があります。  
「ただいま！」の後の第一声は  
「今日、外であそべる？」  
外あそびが大好きです！



♪はないちもんめ♪  
なつかしいあそびです。



一瞬だけマスクをはずして、  
ハイチーズ！



### 応募方法

〈問合せ〉 ☎026-1276-126887  
〈住所〉〒389-0804 千曲市大字戸倉2388番地  
まずは担当係へお問合せください。  
※詳細は、社協ホームページ採用情報をご覧ください。  
★全ての職員共通：労災保険加入・通勤手当(2km以上)あり  
★臨時職員・嘱託職員共通：社会保険加入・退職金制度あり

### デイサービスセンター介護員 (臨時職員)

- 勤務地 更埴デイサービスセンター・戸上デイサービスセンター
- 勤務時間 8時15分～17時15分 週5日勤務
- 休日 日曜・年末年始(週休2日)
- 時給 940円～1,030円(昇給年1回)
- 資格手当(介護福祉士)・処遇改善手当あり

### 介護保険事業所 職員募集 (担当係：介護サービス係)

- 勤務地 更埴デイサービスセンター
- 勤務時間 8時15分～17時15分
- 休日 日曜・年末年始(週休2日)
- 月給 178,800円～187,800円(昇給年1回)
- 賞与年2回、資格手当・処遇改善手当あり

### 児童館・児童センター 厚生員募集 (担当係：児童高齢者福祉係)

- 応募資格 教員免許保育士・社会福祉士・放課後児童支援員認定資格(いずれか)
- 勤務条件 ①臨時職員 時給960円、一日6時間・月20日程度勤務  
②パート職員 時給960円、一日3時間・月20日程度勤務

### 臨時職員 急募 (担当係：地域支援課)

- 相談援助業務、高齢者相談業務
- 応募資格 なし(社会福祉士・社会福祉主事等資格者優遇)
- 勤務地 地域支援課、生活就労支援センター(市役所内)等
- 勤務時間 8時30分～17時30分 ■休日 土・日・祝日、年末年始
- 時給 890円～1,110円

ちょっとした困りごとはこれで解決!



## 買い物編～つなぐ事業～



問合せ：地域支援課 ☎ 026-276-2687

ちょっとした困りごとを、**ご近所付き合いの延長で解決していく**登録制の事業です。活動はお仕事ではなく**お手伝い**です。ゴミ捨てや草取り・家の掃除など日頃のちょっとした困りごとを手伝っていただきます。

助けてもらう方も助ける方も地域の住民。お礼は地域の商店で使える通貨券を利用します。

先日、1人では外出が不安な高齢者が買い物代行サービスを利用されました。生活用品から食料品まで細かい対応をして頂けると、とても好評でした。「つなぐ事業」に興味のある方は社協にお気軽にお問い合わせください。

## 朗読ボランティア養成講座

目の不自由な方等に、文字情報を声にして「声の広報」をお届けするボランティアを養成します。  
朗読ボランティア活動を行うことを前提とした養成講座です

**日 時** 7月13日・27日、8月3日・24日、9月7日・21日  
全6回 午前10時～正午

**講 師** 野本 洋子 氏（朗読ボランティア ひとみの会代表）

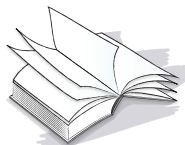
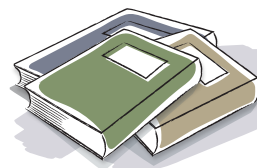
**受講料** 500円

**持ち物** 飲み物、筆記用具、マスク

**募集定員** 20名

**会 場** 千曲市ふれあい福祉センター4階会議室  
千曲市大字戸倉 2388 番地

**申込締切** 6月30日(木)



問合せ・申込み

地域支援課

電話 026 - 276 - 2687

FAX 026 - 214 - 7776

## 「Most Likely to Succeed」上映会のお知らせ ～みんなで語ろう 子どもたちのこれからの学び～

**日 時** 6月26日(土) 13:00～16:30  
上映会 13:15～、講演会 15:00～、意見交換会 15:40～

**場 所** 千曲市戸倉創造館 大ホール

**講 師** 池田町教育長 竹内 延彦 様

**参加費** 500円 **定 員** 50名

**申込先** 応募フォーム  
または 090-1866-5920 (峯村)

**主 催** まな viva ちくま

**後 援** 千曲市・千曲市教育委員会



# 社協会費のお願い みんなで作る福祉のまち

千曲市社会福祉協議会は誰もが安心して暮らすことのできる福祉のまちづくりを目指し、地域のみなさまをはじめ、ボランティア、関係団体などと協働しながら日々活動しています。みなさまから寄せられた会費は社協が実施する地域福祉事業の大切な財源となっています。ぜひ、ご協力をお願いいたします。(すでに会費を納入いただきましたみなさまにおかれましては厚く御礼申し上げます。ご協力ありがとうございました。)

**普通会費** 年額 1,000 円 市内の全世帯にお願いしています。

**法人会費** 年額 2,500 円 (何口でも結構です。)  
社協事業に賛同してくださる企業・事業所にお願いしています。

**賛助会費** 年額 (1 口) 1,000 円 (何口でも結構です。)  
個人、法人、団体等にかかわらず社協事業にご賛同いただける方にお願いしています。

**特別会費** 年額 (1 口) 10,000 円 (何口でも結構です。)  
個人、法人、団体等にかかわらず社協事業にご賛同いただける方にお願いしています。

会費は各区・自治会を通じて7月を強化月間としてお願いしています。  
会費は強制ではありませんが、多くの皆様のご支援・ご協力をお願いいたします。

社協会費お願いのチラシにチュールリップの家で使える  
100円割引券が付きますので、ぜひご利用ください。

ケーキ各種 170円～

クッキー 130円～

軽食 550円～

## チュールリップの家

千曲市杭瀬下四丁目 181 番地

☎ 026-274-0853

営業日

喫茶チュールリップ：水・木曜日 11時～15時

お菓子工房ちゅーりっぷ：

火～金曜日 10時～17時30分

「社協だより」の発行には赤い羽根共同募金配分金・社協会費が使われております。

# あたたかい善意ありがとうございました

【3月9日～5月7日分】

## ■ 預託物品 ■

- ・更埴ライオンズクラブ 様  
…米、缶詰、インスタント食品等 175 個
- ・株式会社ダイナム長野千曲店 様  
…カップラーメン、醤油、瓶詰等 30 個
- ・更埴地区労連 様 …缶詰 200 個
- ・寂蒔楽友会 様 …米 10kg  
…上記品物はフードドライブへ

## ■ 預託物品 ■

- ・匿名 様 …マッサージチェア 1 台  
…更埴デイサービスセンターへ
- ・山崎 登 様 …掛け・敷布団 3 組  
…戸倉上山田地域包括支援センターへ
- ・(有)米生物産 様 …運搬用一輪車 3 台  
…災害ボランティアセンターへ

## 喫茶ちゅーりっぷよりお知らせ

完全予約制のスイーツバイキングを開催します

《日時》 6月17日(木)  
14:30～15:30 (60分間)

《価格》 大人：1,300円  
子供：600円 (小学6年生まで)  
3歳以下無料

- \*大人の方には1ドリンク(コーヒーor紅茶)が付きます。
- \*密を避けるため1グループ3名様までとさせていただきます。
- \*改良を重ねたふわふわ食感のシフォンケーキや、大人気のプリンなど、ショーケースからお選びください。

《問合せ・申込み》 チューリップの家 ☎ 026-274-0853



ひとりで  
悩まず  
まずは相談

## 相談日のご案内

6月～7月

各相談の予約・お問い合わせ先  
千曲市社会福祉協議会  
☎ 026-276-2687

### 心配ごと相談 要予約

- だれにも相談できないこと、困りごと何でも  
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、事前にお申込みください。

◆千曲市ふれあい福祉センター  
6月9日(水) 午後1時30分～4時

◆千曲市人権ふれあいセンター  
7月14日(水) 午後1時30分～4時

※ 新型コロナウイルス感染症・警戒レベルが「長野圏域」において「6」以上となった場合は中止となります。

### 法律相談 要予約

- 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。また、出張相談もありますのでお問  
い合わせください。

◆千曲市ふれあい福祉センター  
6月3日(木)・6月17日(木) 午後1時30分～4時30分

7月1日(木)・7月15日(木) 午後1時30分～4時30分

### 結婚相談 要予約

◆千曲市埴生公民館 図書室  
6月5日(土)・7月3日(土) 午前9時～12時

◆戸倉創造館・2階創作室  
6月20日(日)・7月11日(日) 午前9時～12時

### 結婚相談の新規登録受付について

6月5日(土)千曲市埴生公民館 6月20日(日)に戸倉創造館で受付します。  
平日は、千曲市社会福祉協議会で午前9時～午後4時30分の間で受付します。  
完全予約制ですので事前にお申込みください。