



# やらざあ

Vol.124

2017年12月号

ふみだそう、福祉でまちづくり

## 第54回 茅野市社会福祉大会

であい ふれあい ささえあい ~笑顔あふれる福祉大会~



### 福祉活動発表

茅野高校では、21年前に「福祉施設に行ってボランティアをしたい」という声から、生徒会を中心に有志の生徒を募り、手作りお菓子をもち寄りながら「やすらぎの丘」との交流が始まりました。翌年にはボランティア部を立上げ、現在は、保健福祉委員会が引継ぎ、「やすらぎ喫茶」として活動しています。地元の高齢者の方々とふれあい、命の尊厳や人への思いやりを学ぶことを目的とし、図書委員会や吹奏楽部などの他部を巻き込んで読み聞かせや演奏などを実施しています。「やすらぎ喫茶」は当時と形を変えながら、今でも、同じ名称で受け継がれています。

また金沢小学校では、1年から6年までを通してそれぞれの学年に合わせた福祉の心を育む取り組みが実施されています。子どもたちからは、「差別を無くし、より良い社会を作りたい」など思いを持った発表が行われました。

内容を一新して開催された福祉大会。子どもたちから高齢者の方まで、たくさんの方にご参加いただきました。ありがとうございました。

子どもたちの社会を見る目が育っているね!感動するシヤラ!!



# 第54回 茅野市社会福祉大会

今年は違った!!  
~笑顔あふれる福祉大会~

当日は雨にもかかわらず、小さいお子さんの姿も多くみられ、大勢の方に参加していただき感謝の気持ちでいっぱいです。“人と人のつながり”を感じられる楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

こんなふうに福祉の輪が広がるといいな。



## 社会福祉貢献者表彰

社協事業に長年ご協力いただきありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。



みなさんとけたかな!?

## スタンプラリー



福祉に関する簡単なクイズに答えながら館内を回るスタンプラリー!福祉を身近に感じていただく機会になりました。

## 福祉事業所販売



いろんな製品があるシャラ~



協力：ひまわり作業所・この街学園・ふくろう玉川・八ヶ岳福祉農園・精明学園・Jumpin'・あすなろセンター

## 社協カレー会・社協職員バンド



社協美人部によるカレーも大好評! 300食の調理は大変でしたが、「おいしかったよ」の言葉がうれしかったです。



職員バンド「シャラバン」の演奏に合わせてみんなで大合唱。輪になって踊ったり、楽しい時間になりました。

## 吹奏楽演奏



東海大学付属諏訪高等学校の吹奏楽部による素晴らしい演奏に、アンコール!アンコール!の音が響きわたりました。



## 福祉事業所利用者作品展



絵画・書道・刺繍など、素晴らしい作品が並んだ「ふくしの美術館」大勢の人が鑑賞しました。

## あいちゃんと記念撮影

赤い羽根共同募金マスコット



みなさんからたくさんの募金をいただきありがとうございました。あいちゃんもたくさん写真を撮っていただき大喜びでした。

## 福祉の車展示



協力：Honda Cars 日ノ出

今年の社会福祉大会は、企業や福祉団体など多くの方々に様々なかたちでご協力をいただきました。本当にありがとうございました。



気持ちよさそうシャラ~♪

## 手話講座



協力：茅野市手話サークル 多くの方に体験していただきました。「おはようございます」「こんにちは」「こんばんは」とあいさつができるようになりました。

## マッサージ体験



協力：ふれあい在宅マッサージ

## 福祉用具展示



協力：介護センター花岡

## ポッチャ体験



パラリンピック競技にもなっているポッチャ。意外と難しいんだね!

## 大抽選会



豪華賞品当選のみんなおめでとうシャラ~!



チームパークベアチケット 当選おめでとう!

茅野市内の企業をはじめ、多くの方のご協力で50本の豪華賞品を提供いただきました。140人を超える方々に参加いただき、盛り上がりました!!

# 地域の活動をご紹介します



## 地域のつながりづくり

### ちの地区

ちの地区ボランティアの会では、地区社協3役と一緒に、長野市若穂地区へ視察研修に行ってきました。昔のおもちゃを手作りし、子どもたちやサロンなどでの交流を行っている「あそばーず」。自分たちの趣味や培った技術を活かしたさまざまな「あそび」を通して、地域を元気にしていました。

視察研修を通して、ボランティアとして、自分たちも楽しみながら活動することの大切さや地域のつながりづくりの必要性を感じました。



## 季節の行事で交流

### 玉川地区

玉川地区社協では、毎年恒例の「七夕いきいきサロン」で、今年も出席者の方にも、一人ひとりの笹に飾り物を作り、短冊に願いごとを書いてもらいました。昼食の弁当は彩りよく、ごはんの上には天の川を挟んで織姫と彦星が配され、短冊に見立てた三色寒天など七夕感が満載のお弁当で目でも楽しみ、帰りには自分で作った笹を持ち帰っていただきました。年末には「お節料理の宅配」で交流を持ちます。

夏休みには地区のボランティアの会が、小学生との世代間交流で水鉄砲作りを一緒に行いました。竹にキリで穴を開けたり、どこまで水が飛ばか競争したりして楽しみました。



## 学ぶことの楽しさと世代間交流

### 米沢地区

地区の教職員経験者のボランティアさんたちが、勉強はもちろんですが、人を育てる事を目的として、平成24年7月より寺子屋教室を始めました。

教員OBの方々が講師を務め、上級生が下級生に教える姿もあり社会のルールも学ぶ事ができます。普段は横のつながりですが、縦の関係ができ自然に挨拶するようになりました。学ぶことの楽しさを小中学生に知ってもらい、世代間交流にもつながっています。

夏休み・冬休み・春休み 年3回開催しています。



## 『命を守る』協力、支え合う関係づくり

### 豊平地区

豊平地区は今年も防災活動に積極的に取り組みました。「非常時の避難、救済活動『命を守る』行動を円滑に行う」ことの大切さを学ぶため、暑さが残る8月23日に長野地方気象台へ視察に行ってきました。午前中は、地方気象台の働きについて学び、刻一刻と変わる気象状況を見学することで、予報にたずさわる方の緊張感を体感することができました。

昼食の会場に移りほっと一息。食事をとりながら、地区の自然を思い返し、災害時の「命を守る」ために協力し、支え合う関係づくりの大切さを確認するよい機会となりました。

「いつかおこる災害!」に、備える大切さを感じることができた研修となりました。



## 東日本大震災復興支援 チャリティコンサート 宮川地区

宮川地区社協では9月10日、震災から6年半がたち、記憶も風化しつつある中で、まだ避難所などで厳しい状況にある方たちを支援しようと、東日本大震災復興支援チャリティコンサートを市文化センターで開催しました。市内のオカリナグループ「野菊の会」、宮川小学校合唱団、東海大学付属諏訪高等学校の3団体が出演し、優しい音色に癒され、迫力ある演奏は会場を沸かせました。出演者・スタッフを含め240人が来場、募金総額は50,658円となり、この募金は9月25日に日本赤十字社を通じて被災地へ送りました。

当日集めた1000個以上のアルミ缶は、社会福祉法人この街福祉会多機能型施設モモへ寄贈しました。モモではアルミ缶回収の収益とその他の作業工賃を合わせて、年に1回バス旅行に出かけているそうです。今回のアルミ缶も旅行費用の一部になります。



## 自分らしく生活できるように

### 泉野地区

泉野地区社協では、毎年住民に向けて、防災や認知症・特殊詐欺について講演会を行ってきました。今年は「いきいき健康でくらし」をテーマに、いくつになっても自分らしく生活できるように、健康運動指導士から日常生活の中で簡単にできる腰痛・肩こり・転倒防止の体操を、実技を交えながら話を聞きました。

また、昨年は「避難所での生活」の学習をしたので、今年は災害時の避難所でも役に立つ、エコノミー症候群を防ぐ体操を重点的に教えて頂きました。参加者は音楽に合わせて「つぼ体操」で真剣に体を動かしていました。



## 地域で育てよう たくましく、やさしい夢のある金沢っ子 金沢地区

金沢地区社協の研修会では、これまで特殊詐欺や認知症など高齢者に関することを中心に行ってききましたが、今年は「子ども」に目を向けてみました。

まず、発達障害のある子どもとの関わり方についての講演会がありました。引き続き、「子育てを『応援』できる地域づくり」について、パネルディスカッションを行いました。コーディネーターとして、地域に関わっている小口晋平先生(小口医院)、パネラーとして講師の木下まり子先生(諏訪共立病院)、牛山園長(金沢保育園)、唐澤校長(金沢小)、竹内園長(やまひこ園)を招き、「様々な子どもが地域で暮らしていることをまず知って欲しい。」「自分や子どもを責めてしまう傾向があるが、温かく見守ってくれる地域であれば親も子どもも地域で安心して生活できる。」「誰にでも苦手な事はある、程度の違いはあっても個性として捉えて欲しい。」など参加者と共に活発な意見交換をしました。





## 住み慣れた地域で暮らし続けるために 北山地区

北山地区社協では「地域包括ケアシステム」を学ぶため、視察研修会や講演会を実施してきました。高齢になっても住み慣れた地域で暮らし続けるには顔が見える関係の中で繋がりががあると安心です。高齢者が活躍して住民同士の生活の支え合い活動をしている長野市の安茂里地区園沖団地「支え愛ネットワーク」と富竹区弘誓常会「弘誓ふれあいサロン」を視察しました。

研修会では日本福祉大学原田正樹先生に地域づくりについて講演をいただき、今の北山の現状について考える機会となりました。

## 地域の見守りネットワーク

## 湖東地区

湖東地区社協では、地区社協役員・民生児童委員・地区ボランティア・福祉推進委員が力を合わせて、毎年2回まごころ配食弁当を実施しています。お配りする弁当の数は、約220食。75歳以上のひとり暮らしの方・85歳以上の方・寝たきり要介護者とその介護をされている方などが対象です。包み紙を描いてくれるのは「湖東夢のこども館」を利用している小学生。お届けする方の孤独感の軽減、地域の見守りネットワークがでけるよう、まごころを込めた手作りのお弁当をお届けしています。



## 秋祭りで新企画

## 中大塩地区

中大塩ふるさと秋祭りが10月8日、コミュニティセンターで行われました。地区社協では新たな試みとして「ふれあい広場」を開きました。コーヒーを提供した「ゆるなかカフェ」、ステージ上では来場者を巻き込んでフラダンスや太極拳教室、長野県レクリエーション協会会長の竹中先生による子ども達とのゲーム、区民から出店を募ったフリーマーケットなど大勢の方が参加してイベントを盛り上げました。

# 社協会費にご協力いただきありがとうございました。

**総額 9,334,138円**

件数 8,564件

(9月30日現在)

(内訳) 普通会費 7,882,138円 (8,008件) 賛助会費 696,000円 (348件)  
特別会費 756,000円 (208件)

みなさんからご協力をいただいた社協会費は、地域福祉の推進やさまざまな事業を展開するための貴重な財源となります。社協会費は、年会費でお願いしておりますので、まだご協力いただけていないみなさんには、ぜひご協力をお願いいたします。

納入先：各地区コミュニティセンターまたは、茅野市社会福祉協議会までお願いします。ご連絡をいただければ、お伺いいたします。

# 「希望の旅」と「いこいの集い」

「希望の旅」は、日頃、遠方に出かける機会の少ない障害のある方々を対象に、ゆっくりと楽しいひと時を過ごし、参加者同士の交流を深めていただくことを目的に実施しています。

「家庭介護リフレッシュ事業いこいの集い」は、ご家庭でご家族の介護をされている方を対象に、日々の疲れを癒しリフレッシュしていただくことを目的に年2回企画しています。

## 『希望の旅』 → → → → → → →

今年度の希望の旅は、9月21日(木)に総勢25名で、「～秋の味覚と信州随一の名刹をめぐる～・善光寺参詣と小布施“北斎館の旅”」へ行ってきました。善光寺では歴代の回向柱に触り本堂参拝をし、ご利益をいただきました。中野フルーツランドでは巨峰のぶどう狩りをしました。

小布施では北斎館で迫力ある天井絵や繊細な肉筆画を見学したあと、秋の味覚の栗スイーツを堪能し、お土産を購入し帰路につきました。参加者のみなさんは笑顔があふれ、ゆっくりと楽しい時間を過ごしていただき、参加者同士の交流を深めていただきました。

### 《参加された方の声》

- ★善光寺のお階段巡りは、怖かったけどいい思い出になりました。
- ★ガイドさんに途中途中で、その土地の歴史や説明を楽しく紹介してもらい良かったです。
- ★地元の特産物を沢山味わうことができ、おいしくいただきました。
- ★毎年、楽しみにしています。続けていってほしいです。



来年のご参加をお待ちしています。

## 『いこいの集い』 → → → → → → →

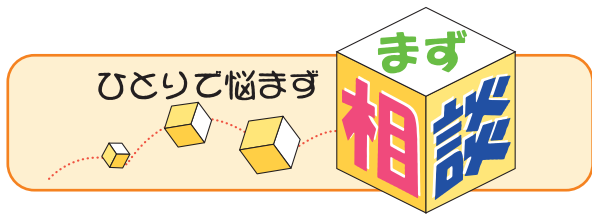
9月27日(水)に開催しました「いこいの集い」は、今回は少し足を延ばして富士山の五合目へ。心配していた天気も当日は傘を使うこともなく、バスの中からは富士山の山頂もきれいに見わたせ、手に取れるほどの近さに歓声が上がりました。五合目では真っ白な霧に包まれましたが、昼食の「世界遺産弁当」と温かい鍋を堪能した後それぞれに買い物や乗馬を楽しみました。みなさん「介護」という共通の大切な役割を担っているからこそ話が弾み、ひと時の休息を十分に楽しんでいたのではないのでしょうか。



今回は、春に市内で開催いたします。またのご参加をお待ちしております。

- 十一月は霜月で寒さが身にしみ、風邪が流行の時期。インフルエンザは予防が大事」のチラシが目だったので紹介します。
- インフルエンザを知ること
- 毎年日本で十人に一人が感染
- 流行シーズンは十二月～三月
- 突然高熱(三十八度以上)がでる
- 全身の倦怠感がともなう
- 予防接種をする
- 発症の可能性を減らす
- 発症しても重症化を防ぐ
- 効果が期待できるのは五ヶ月間
- 毎年定期的に受けることが大事
- マスクをする
- 鼻や口から感染を防ぐ
- うがいをする
- ウイルスを口から外に出す
- 手洗いをする
- ウイルスがついたものをさわった手からの感染を防ぐ
- 免疫力をあげる
- 睡眠をしっかりとる
- バランスのよい食事をする
- 古来より「そなえあれば、憂いなし」といわれるように、インフルエンザの予防をして、健やかに師走を迎えましょう。





人生には様々な悩みがあります。

「誰にも相談できない」

「どこに相談したらよいかわからない」

そんなときは、まず社協にお電話ください。

TEL 73-4431

### 心配ごと相談

どんなことでもご相談ください。

毎週金曜日 午前9時～正午

相談員：心配ごと相談員

心の悩み相談には、事前の予約が必要です。

(精神保健福祉士が対応)

会場：社会福祉協議会相談室

(茅野市ひと・まちプラザ2階)

### 結婚相談

結婚を望まれる方の相談

毎月第1・3土曜日

午後1時～午後4時

毎月第2・4金曜日

午後6時30分～午後8時30分

相談員：結婚相談員

会場：社会福祉協議会相談室

(茅野市ひと・まちプラザ2階)

### 司法書士の法律相談 (予約制)

身近な法律に関する相談

毎月第2水曜日 午後3時～午後5時

相談員：司法書士

会場：社会福祉協議会相談室

(茅野市ひと・まちプラザ2階)

## 読者の声

・ひとまちプラザができてから更に福祉面に明るくなった気がします。福祉に力を入れて行きたいと思うこの頃です。いつも楽しく「やらざあ」を見せていただいています。

(玉川 60代 女性)

### 【お詫び】

市民の方より10月号「ハヶ岳クイズ」について

「ハヶ岳の図が茅野市から見ると阿弥陀岳と赤岳は、横に並列でみることができない。赤岳は阿弥陀岳の後ろにある。」とのご指摘をいただきました。図が分かりづらく、ご迷惑をおかけいたしました。今後の編集の参考にさせていただきます。ありがとうございました。

編集員



今回のクイズ

文字パズル

たてと横に色々な「10×10字」の「あ」が書かれています。「あ」以外の文字が5つ隠れています。組み合わせで言葉をつくってみてください。

あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ
あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ	あ

#### 応募要領

クイズの答え、住所、氏名、年齢(年代)、電話番号に社協へのご意見、ご要望、やらざあのご感想、つぶやきなど一言添えて社協までお送り下さい。ハガキや封書の他、ホームページのお問い合わせフォームからも応募できます。正解者の中から抽選で3名の方に図書カードを差し上げます。

応募締め切り 12月13日(水)

前回のクイズの答え 「赤岳」

#### 当選者

飯山美恵子さん(玉川) 田島美穂さん(玉川)

花沢芳江さん(玉川)

当選された方には図書カードをお送りいたします。

ご応募ありがとうございました。



社協広報紙 やらざあ Vol.124

2017年12月号

発行/社会福祉法人 茅野市社会福祉協議会

編集/やらざあ編集委員会

〒391-0002 茅野市塚原2-5-45

TEL (0266)73-4431

FAX (0266)73-8030

URL: http://sharara.or.jp

E-mail: support@sharara.or.jp

社協広報紙 やらざあ の発行にはみなさんの会費と共同募金が使われています。