



社協情報

こもろ



小諸市社会福祉協議会
小諸市八幡町 3-1-17
電話 25-7337
FAX 25-5332
E-mail:k-syakyo@ctknet.ne.jp
URL:http://www.k-syakyo.org/



☆南城公園で休日を楽しむ子ども達☆

今号の主な内容

この広報誌は、社協会費及び共同募金配分金により発行されています。

- ▶ 社協会費のお願い・寄付の御礼
- ▶ 小諸市社会福祉大会のご案内
- ▶ 赤い羽根共同募金のお願い
- ▶ 社協事業紹介～シリーズ⑥～
- ▶ 友達リレー第2号



社協会費納入のお願い



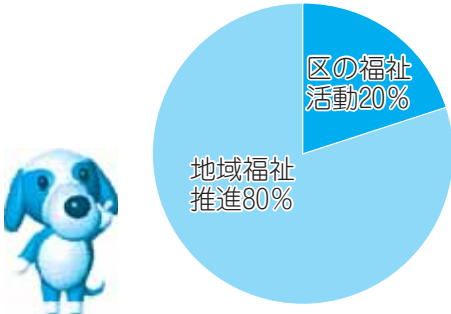
小諸市社会福祉協議会の運営にご理解・ご協力いただき、厚く御礼申し上げます。

平成26年度社会福祉協議会会費の納入をよろしくお願いたします。



❖ 社協会費の使われ方

各区の福祉推進のための活動源として20%が還元されています。



80%が地域福祉推進のための活動源となっています。

- 高齢者福祉事業
- 社会福祉大会開催
- 社協情報発行事業
- 車椅子無料貸出・リフト付き軽自動車貸出事業
- その他
- 障がい者福祉事業
- 地域福祉活動計画

社会福祉協議会(通称、社協)は、社会福祉法第109条に「地域福祉の推進を図ること」を目的として規定されている公益的、自主的な社会福祉法人です。

社協は、今後とも地域福祉の増進に向けて、ご期待にこたえるべく努力して参ります。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



あたたかいご寄付ありがとうございました

社協受付分 (順不同) 期間：平成26年6月1日～平成26年8月5日

- ・星野今朝雄 様 ・中山尚武 様 ・小諸村田製作所労働組合 様
- ・匿名希望者(4名) 様 (寄付品：寄付金、花ほか)

小諸市ボランティアセンター受付分 (順不同) 期間：平成26年6月1日～平成26年7月31日

- ・一井正樹 様 ・佐藤茂 様 ・堤和子 様 ・塩川修 様 ・清水薫 様 ・土屋正子 様
 - ・今井安夫 様 ・中島俊子 様 ・窪田幸子 様 ・小林朋美 様 ・甘利明 様
 - ・島田孝一 様 ・田中たま子 様 ・高木妙子 様 ・山岸政治 様 ・鶴田紀代利 様
 - ・佐藤紀代恵 様 ・御幸町キャップの会 様 ・ボディートークを楽しむ会 様
 - ・国際ソロプチミスト小諸 様 ・小諸童謡唱歌をうたう会 様 ・桜美会 様
 - ・小諸芸術人形協会 様 ・小諸郵趣会 様 ・美南ガ丘小学校 様 ・遊子の会 様
 - ・八十二銀行小諸東支店 様 ・小諸高原病院 様 ・小諸郵便局 様 ・三岡郵便局 様
 - ・暁の星幼稚園 様 ・佐久森林組合 様 ・小諸看護専門学校 様
 - ・TDK(株)浅間テクノ工場総務課 様 ・匿名希望者(19名) 様
- (寄付品：古切手、エコキャップ、書き損じハガキ、はっとくシール、毛糸、珈琲、使用済みテレカ、衣装ケース、ボランティアセンター協力金 他)

ちょっと贅沢な専門講座④

ご家庭で楽しむ“究極の”コーヒー講座（その2）

春に開催して大好評を得た、「究極のコーヒー講座」を再び開催いたします。健康にもよいと言われるコーヒーの楽しみ方を、(有)丸山珈琲のバリスタから直接教えてもらいませんか？

- 【日時】** 10月8日(水) 13時30分～15時
【講師】 中山芽衣 氏 (有)丸山珈琲小諸店 バリスタ
【対象者】 概ね60歳以上の市民
 (ご夫婦でのお申し込み大歓迎です)
【定員】 10名 (申し込み多数の場合、抽選となります)
【参加費】 一人300円
【場所】 西小諸活性化施設「みはらし交流館」(糖地)
【申込期限】 9月30日(火)
【お問合わせ・お申し込み】 地域福祉係 担当：金箱 電話：25-7337



第1期小諸市地域福祉活動計画（素案）に対する地域の皆さまからのご意見を募集します!!

私たちは誰しも、自分たちの望む暮らしを送りたいと願います。小諸市地域福祉活動計画は、誰もが望む暮らしを実現できる小諸市の実現に向けて、「私たちに何ができるのか」を、住民一人ひとりが考えるきっかけとなることを目的として作成をすすめております。

【募集の内容】 「小諸市地域福祉活動計画」(素案)に対するご意見・ご提案
 (※小諸市にお住まいの方が、小諸市へ通勤・通学している方が応募いただけます)

【募集期間】 平成26年10月中旬より

【地域福祉活動計画（素案）の内容について】 ご希望の場合は、平成26年10月中旬より小諸市社会福祉協議会事務所または、小諸市社会福祉協議会ホームページ (<http://www.k-syakyo.org/>) にて閲覧ください。

【ご意見の提出方法】 「意見・提出用紙」に住所・氏名・ご意見等を記入の上、小諸市社会福祉協議会事務局窓口へ提出するか、郵送、FAX、Eメールで提出してください。

小諸市社会福祉協議会ホームページに「意見・提出用紙」を掲載しています。

【ご意見等の公表】 提出いただいたご意見につきましては、個々に回答はいたしません。計画への反映状況等を付して、ホームページで公表いたします(住所・氏名などの個人情報公表いたしません)。

【お問合わせ】 意見募集担当：佐藤、小林、塩川

郵送先：〒384-0016 小諸市八幡町3-1-17 小諸市社会福祉協議会宛

電話：25-7337 FAX：25-5332 Eメール：k-syakyo@ctknet.ne.jp

ホームページ：<http://www.k-syakyo.org/>

市制施行60周年

第52回 小諸市社会福祉大会 ～夢を力にかえて～

【表彰式】

- ・社会福祉事業功労者
- ・社会福祉協議会事業協力者
- ・社会福祉事業協助者
- ・共同募金感謝者
- ・模範介護者

【活動事例発表】

市町区 「ボランティアにささえられて20年、
市町区ふれあい給食会」
東山区 「みんなで行かずい！東山！」

【講演会】

講師 **濱宮 郷詞** 氏

「困難を乗り越えて強く生きる」

～人與人 助け合う心、人間として最も大切なこと～



〈講師プロフィール〉 5才の時に目の前で父親が倒れ、死。母子家庭で育ち、中学では、サッカー、棒高跳びで県優勝。高校2年で県記録樹立。陸上競技棒高跳び日本高校記録にもう少しのところまで怪我。そして、寝たきり状態に。その後自殺を考え、しかし、皆の協力により無事復学、卒業。母の再婚により、義父と姉の衝突。姉の家出。その後、自力で仕事も見つけ、見事就職。現在の妻と出会い、障害者と健常者との恋愛、そして、結婚。結婚の承諾の時の妻の父の言葉。1000g、1200g、1500gの3つ子が生まれ、重度障害者で父親、育児。子ども達は未熟児の為、眼が…。そんな時、真夜中に実家の火事。両親のために実家を再建、そして、自ら自宅も。現在は、サラリーマンのかたわら各地で講演を頼まれる。

日時 2014年10月15日(水) 13:00～15:30
会場 小諸市文化センター（乙女湖公園内）

入場無料・託児あり

市民の皆さまの

ご参加お待ちしております!!

主催：小諸市・小諸市社会福祉協議会・長野県共同募金会小諸市委員会

お問い合わせ・託児申込み先

小諸市社会福祉協議会 〒384-0016 長野県小諸市八幡町3-1-17

電話：0267-25-7337 FAX：0267-25-5332

E-mail：k-syakyo@ctknet.ne.jp URL：http://www.k-syakyo.org/

ヘルスアップセミナーのお知らせ

健康に過ごすための教室を開催します。



【60代からの生活習慣病（脳血管疾患）対策】

- 9月17日(水) 食べる－その1－
「食べて血管しなやかに」
- 10月1日(水) 食べる－その2－
「噛む噛むで血管しなやかに」
- 10月22日(水) まとめ
「脳血管疾患を抱えながら生活していくためには…？」



【骨コツ貯金教室】

- 11月5日(水) 総論
「関節の痛み！どうする？」
以降3回開催予定 日程等詳細は次号にてお知らせいたします。
- 【時間】 10時30分～11時30分（受付10時～）
- 【場所】 高齢者福祉センター「糠塚園」
動きやすい服装でお出かけください。

※参加無料 申し込みは不要です。

【お問い合わせ】 地域福祉係 担当 土屋（美） 電話 25-7337

糠塚 行かざあ広場

♪趣味の幅を広げませんか♪ 市内在住の60歳以上の参加者どうしの仲間づくり・出会いの場づくりを進め、日常生活で役にたつものや趣味の幅を広げていただけるものなど、多様な内容を取り入れた講座です（高齢者クラブ連合会の健康教室との合同開催になります）。

【日 時】 9月19日(金) 10時00分～

【内 容】 ヨガ教室
（運動のできる支度でお越しください）

【講 師】 清水成子 先生
【場 所】 高齢者福祉センター「糠塚園」
【参加費】 無料



【日 時】 10月9日(木) 10時30分～

【内 容】 歯科医によるお話です
【講 師】 小池吉彦 先生
【場 所】 高齢者福祉センター「糠塚園」

【参加費】 無料



【お問い合わせ】 地域福祉係 担当 高橋・土屋（美） 電話：25-7337

「在宅介護者のつどい」 ～あなたの元気が介護の源～

在宅介護者の方に、介護に関する相談・介護者同士の交流等により心も体もリフレッシュしていただき、明日からの介護に対する活力を養っていただくことを目的とした事業です。

【対象者】 介護保険要支援1以上の方を現在在宅で介護されている市内在住の方

※男性介護者大歓迎



	日 時	内 容	場 所	参加費
第1回	9月30日(火) 10時～15時	ヨガ体験と美味しいランチ	糠塚園	500円
第2回	10月30日(木) 10時30分～15時	歯科衛生士による [困っていませんか、口のこと～入れ歯・食べ物]	布引温泉 こもろ	1,000円
第3回	11月25日(火) 10時～15時	音楽療法を交えたリフレッシュと美味しいランチ	糠塚園	500円

定員毎回20名です

【申し込み・お問い合わせ先】

地域福祉係 担当：土屋（美） 電話 25-7337

赤い羽根共同募金



赤い羽根共同募金運動への協力をお願いします

今年も10月1日より全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります。

毎年皆様の温かい御協力をいただき、誠にありがとうございます。

小諸市の皆様から寄せられた善意の募金は、長野県共同募金会に収納された後、県共同募金会から県内の障がい児・者施設や高齢者施設などの福祉施設へ、また社会福祉協議会よりボランティア団体や各地域などに配分されます。

(詳細につきましては、9月25日配布の全戸ちらしにて記載しています。)

赤い羽根共同募金配分事業を公募します

《助成対象》

自分の地域を良くしようと取り組んでいるボランティア団体及び行政区が対象となります。

《支援の種類》

・ボランティア団体の支援（ボランティア・市民活動育成事業）

- ① 講演会・研修会・行事の開催費
- ② 研究費、広報誌等の啓発活動費
- ③ 活動に係る備品や消耗品費の購入など

・行政区への支援（地区活動費補助金事業）

- ① 区民全員が活用する施設等の整備拡充費
- ② 区民を対象とした行事や活動（世代間交流事業・区内の見守り活動等）における備品代等



《募集期間》

平成26年10月1日(水)～平成26年11月14日(金)

《助成決定までの手順》

長野県共同募金会小諸市委員会の配分検討委員会にて審査を行い、決定します。

・ボランティア団体：

平成26年12月中に結果をお知らせし、平成27年6月に配分します。

・行政区：

平成26年度12月中に結果をお知らせし、平成26年12月中に配分します。

【お問合わせ】 〒384-0016 小諸市八幡町3-1-17
長野県共同募金会小諸市委員会（小諸市社会福祉協議会内）
電話：0267-25-7337 FAX：0267-25-5332

赤い羽根通信 こもろNo.5



赤い羽根共同募金の使い道について、今号もお伝えします。

本紙、9月号にも掲載しております『小諸市社会福祉大会』、『障がい者希望の旅』、『介護応援セミナー』、そして『社協情報こもろ発行』に赤い羽根共同募金の配分金が使われています。10月15日(水)開催の『小諸市社会福祉大会』、10月11日(土)・23日(木)の『障がい者希望の旅』では、イベント募金を行いますので、ご協力お願い致します。

こんにちは 地域包括支援センターです ～社協事業紹介シリーズ⑥～

こんなこと、あんなこと、ご心配ではありませんか…？

「介護保険の申請をしたい」

「認知症？それとも単なるもの忘れ？」

「ご近所に住んでいる高齢者ふたり暮らしの生活が心配…」

「経済的に苦しい、でも介護サービスを利用したい」

『地域包括支援センター』は、市が設置する高齢者相談窓口です。地域で暮らす高齢者や介護されている皆様を、介護・福祉・保健・医療・行政サービス・地域支援など様々な面から総合的に支えるために、保健師・看護師・社会福祉士・主任ケアマネジャー等の専門職が関係機関等と連携を取りながら「チーム」でご相談に応じています。



地区担当の相談員がご自宅等にお伺いし、ご相談と必要に応じた諸手続きの代行等をいたします。まずはお電話でご相談ください。

【お問い合わせ】 小諸市地域包括支援センター 電話：26-2250/24-1051

ご家族のために ご自身のために学ぶ 介護応援セミナー

高齢者介護施設見学ツアー
～介護のコツを教えてもらおう～



日時	見学先（北大井地区）
平成26年11月11日(火) 13:10集合 (16:00終了予定)	<ul style="list-style-type: none"> ★デイサービス・有料老人ホーム桜花 ★小規模多機能あつたかほーむ桜花 ★グループホームやまびこの家 ★ケアハウスやまびこ



【集合場所】 小諸市社会福祉協議会

【参加費】 無料

【定員】 10名（先着順）

【申込期限】 10月31日(金)

【参加申込み・お問い合わせ】 小諸市社会福祉協議会 電話 25-7337

介護応援セミナーは『赤い羽根共同募金』の配分金により開催しています



「希望の旅」 参加者募集

日ごろ外出の機会が少ない障がい者の方を対象に、「希望の旅」事業を実施します。

車いすのままでも乗れるバスでの日帰り旅行です。

【実施日】 ①平成26年10月11日(土) 【出発時間 7:30予定】

②平成26年10月23日(木) 【到着時間 18:30予定】

※どちらかの実施日をお選びください。

【行き先】 上越方面(寺泊にて昼食・海産物買物)

【参加費】 2,500円

【定員】 ①、②共に30名ずつ(最小決行人数10名)

【申込締切】 9月26日(金) (応募者多数の場合は抽選になります。その場合は10月3日(金)付のお知らせをもって発表にかえさせていただきます。)

【申込先】 小諸市社会福祉協議会 担当：土屋(美) 電話：25-7337 FAX：25-5332



社協クイズLet'sチャレンジ

★図書カードプレゼント★

クイズ：今年度の小諸市社会福祉大会は第何回目の開催になるでしょうか？

①第22回 ②第32回 ③第42回 ④第52回

【応募方法】

①クイズの答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥社協へのご意見・ご要望
⑦社協情報こもろの感想を添えて社協までハガキかメールでお送りください。

※正解者の中から抽選で3名の方に図書カードをプレゼントいたします(当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。)

【応募締切】 9月30日(火)

【応募先】 〒384-0016 小諸市八幡町3-1-17 小諸市社会福祉協議会宛

【お問い合わせ】 社協クイズ担当係 電話：25-7337 E-Mail：k-syakyo@ctknet.ne.jp



ふれあい小諸 ～地域の広場～

健康達人藤塚区らぶ 世話役

瀧澤 修さん (藤塚区在住)

友達リレー 第2号

(リレー方式で地域の方の紹介をしていきます)



男性が多い!! 健康達人藤塚区らぶ!!

「T男さん、畑は息子さんに任せて、出てきなあー。月1回のことじゃないの。あんたが来れば、他の男しょうも出やすくなるし。」「そうさなあー、それじゃあー出ていくかあ。」

90歳のH子さんと、85歳のT男さんの会話です。現在、藤塚区らぶには、女性8人、男性9人が登録されています。そうです、社協もビックリの男性参加者が多いのです。女性の参加者がほんの数人のサテライトといった時代を前任の民生委員さんが9年間も世話されてこられた方々が核になり、社協指導の健康講話・体操等に健康志向の強い男しょうが新たに参加しました。昼食をはさんでの区月例会では、会の主目的が介護予防ですから、時には頭を使うゲームを、時には手先を使う工作をと、世話役としては、無い知恵を絞ったり、社協から高額な助成金を戴いている以上、出来るだけ多くの出来れば全ての対象高齢者が参加してくれるようお願い、月例会以外にも、子ども達との交流会、南ヶ原区との忘年会など、現民生児童委員さん等の助けを借りたりして工夫しているつもりです。しかし、4月の月例会で、当初屋外でお花見会をする予定が、屋内ですることに変更した際、ある高齢者が自分のところの桜の枝を何本か持参、部屋を飾ってくれました。その時、「これぞ介護予防!」と、気づきました。冒頭の会話にもあるごとく、参加者個々が、自ら考え、行動すること、これにつけると!