

# 社協だより あづみん



社会福祉  
法人

安曇野市社会福祉協議会 第73号

発行日 2017.12.21

表紙：高家児童館「やきいも会」





ペゴニアを植え、親子で花壇づくり

等々力町地区社協では、白寿会（老人クラブ）の皆さんのご指導のもと、北城公園内に子どもたちと保護者で花壇づくりを行っています。完成後はボランティア会の皆さんに管理を引き受けていただきました。また、夏には小学生を対象に自然を学ぶ「親子水のふれあい」を開催しました。穂高川河川敷のゴミ拾いを行い、ニジマスの稚魚を放流しました。その後はニジマスのつかみ取りをして、塩焼きにして食べました。

### 穂高・等々力町地区社協

## 市内84カ所の地区社協を訪ねて

安曇野市内には84の地区社協があり、それぞれの地域にそれぞれの活動があります。今回も地区社協の活動をご紹介します。



ニジマスのつかみ取りをして、美味しく食べました

穂高川の水資源を育み、大切に守ることを子どもと大人が一緒に学ぶ貴重な機会でした。

### 穂高・新屋地区社協

新屋地区社協では、ボランティア会、三ツ矢会（老人クラブ）、婦人会、育成会、PTAの関係団体等の協力をいただき、年間の事業を進めています。

地区社協の最も大きな行事の一



書道、絵画、生け花など多岐にわたる展示作品

つに「新屋文化祭」があります。書道、絵画、写真、手工芸等、区の皆さんが日頃取り組んでいる作品を一堂に集めて展示しました。また、音楽、踊り等の発表もありました。屋外では、焼き芋、岩魚の塩焼き、ビンゴ大会、豚汁の試食会等も行いました。これからも、区民の交流の機会を増やし、区の活性化に取り組んでいきたいと思えます。



新屋民謡クラブの踊り

### あづみ野エフエム放送

76.1MHz

あづみ野エフエム放送で、毎月社協の事業などを紹介しています。番組内の15分間の放送ですが、ぜひお聴きください。  
**■笑顔いっぱい！児童館サークル**  
 第1月曜 午後5時～6時半  
**■あづみ野You Gotta 情報局内**  
**■ささえあい社協サークル**  
 第3水曜 午後1時半～2時  
 おひさまサークル内

## 地域の世話やきさん講座 受講者募集

今、いろいろなところで“支え合い”が大切とされています。「そうはいっても、昔みたいに隣組で助けられたり、助けたりできない」なんて思いませんか？そんな時代だからこそ、今、人と人、人と地域をつなぐ“地域の世話やきさん”が求められているのです。

今の時代に合った“支え合い”を一緒に考えませんか？

■日程 ◇第1回目 平成30年1月18日（木）

『住民主体の地域づくりを学ぼう』

『お互いさまの関係づくりを学ぼう』

◇第2回目 平成30年1月25日（木）

『聴き方上手のコツを学ぼう』

『楽しく・ためになるレクレーションを学ぼう』

◇第3回目 平成30年2月1日（木）

『世話やきさんの力を学ぼう』

■時間 全日程 午前10時～正午

■会場 全日程 社協堀金支所（堀金憩いの里うらら）

■参加費 無料

■定員 50名（定員になり次第締切）

■締切 開催日の2日前までにお申し込みください。

■その他 単独での講座受講も可能ですが、ふれあい・いきいきサロン等で活動されている方・これから地域で世話やきさんとして活動したい方については全日程にご参加頂くことをお勧めします。

■問合せ・申込み 社協本所・各支所（連絡先は下記参照）



## 地域の世話やきさんスキルアップ講座

### ～食から考える健康と介護予防～

地域の世話やきさんのための、スキルアップ講座を開催します。

「介護予防の第一歩は食事から!!」とされています。今回は、一緒に調理実習をしながら、食を通して健康と介護予防について学んでみませんか？

■日時 平成30年1月12日（金）

午前10時～正午

■会場 豊科保健センター 調理室

■講師 豊科食生活改善推進員の皆さん

■参加費 無料

■内容 季節の食材をおいしく食べる調理実習

■持ち物 エプロン・三角布

■締切 平成30年1月10日（水）

■問合せ・申込み

社協本所：72-1871 三郷支所：77-8080

豊科支所：73-7143 堀金支所：73-5288

穂高支所：82-2940 明科支所：62-2429



覚えて実践!!



【まいさぼ安曇野 高校で授業】



11月15日(水)明科高校3年生の選択科目「子どもの発達と保育」で、まいさぼ安曇野の相談窓口としての日頃の活動とフードドライブについての話をしました。

「困っている人を助けるだけでなく、支援しながら、今後自立できるようにサポートしていることを聞き、今後のことを考えているのはいいことだと思った」

「フードドライブは自分たちでもできることだと思うので、機会があれば参加したい」といった感想が寄せられ、福祉について考えてみるきっかけになったようでした。



【ほっぷライフ10周年記念作品展】

「ほっぷライフ」は今年度、開所10周年を迎えることができました。これを記念してご利用者様の作品展を、9月29日～10月3日まで、穂高交流学習センターみらいで開催しました。



共同作品



【すてっぷワーク交流会】

11月24日(金)に明科総合福祉センターあいりすで、「第9回すてっぷワーク交流会」を開催しました。

市内7カ所の就労支援施設(豊科じゃんぶ、豊科たんぽぽ、ま・めぞん、穂高わたぼうし、三郷すみれの郷、堀金かえでの家、明科ふきぼこの家)のご利用者様と職員約140名が参加しました。

参加者は午前にはコンサートなどを楽しみ、昼食をはさんで午後は、秋祭りと呼び、お菓子釣りや輪投げなどで盛り上がり、交流を深めました。



【家族介護者リフレッシュ事業】



11月24日(金)にファインビュー室山で、安曇野市からの受託事業である「家族介護者リフレッシュ事業」を開催しました。

グループ懇親会では、参加者の皆さんが日頃の悩みや疑問に思っていることとお話されました。その後は、箏(そう)の演奏を聞きながらの美味しい昼食や温泉で過ごし、日頃の疲れをリフレッシュしていただきました。参加者の方からは「みなさんと交流し介護の大変さが分かり、私だけではないことを知ることができて良かった」との感想をいただきました。



【豊科たんぽぽ 安曇野スタイル2017に出展】

「すてっぷワーク豊科たんぽぽ」は11月2日～5日まで開催された『安曇野スタイル 2017』に参加しました。5回目となる今回も、会場のかじかの里公園では訪れた皆さんが作品を手に取り、眺め、お気に入りの物を買求める姿が多く見られました。





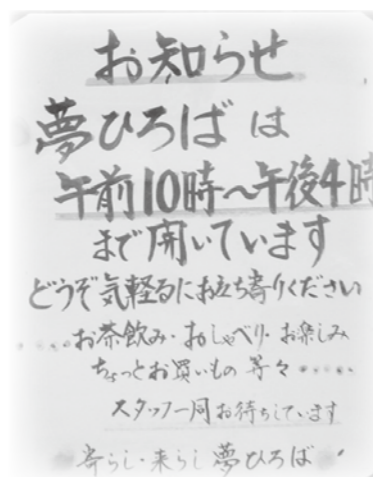
# ふれあい・いきいきサロン交流会 開催しました



9月23日（土）に豊科ふれあいホールで、平成29年度ふれあい・いきいきサロン交流会を開催しました。今回は『居場所』としてのサロンをテーマに、6名の方に事例発表をしていただき、参加者約80名で事例発表の印象に残ったことや感想、お互いのサロンについての情報交換会を行いました。

## 市外からの事例発表

◎木島平村  
『寄らし・来らし・夢ひろば』 代表 眞篠淳子さん  
喫茶店のない木島平村で『いつでも・どこでも・だれでも、フラッと立ち寄れる場』があればと始まったのが、夢ひろばです。今では、住民の皆さんの居場所となっています。  
高齢化が進む中、健康であるためには、夢ひろばで1人1係長として役割を持ちながら活動していることを例に挙げ、『居場所』に加えて『役割』を持つことが大切というお話でした。



## 市内5地域からの事例発表

◎穂高地域  
等々力町区美岳町  
唐沢絹代さん『ご近所のミニサロン』  
等々力町区的美岳町常会では3年前からサロンを始めました。すぐにサロンにとけこめない方もいたので、もっと身近なご近所でお茶飲みをしたらどうかと自宅を開放してミニサロンをやっています。  
隣近所で支え合える地域、美岳町に住んで良かった!と思えるようにと活動しています。

◎豊科地域  
アルプス地区社協  
山下智明さん  
『アルプス区ふれあい教室』  
ひとり暮らし高齢者が多く、高齢化率の高い地域なので、普段からあいさつ運動などで顔の見える関係づくりに力を入れています。  
『ふれあい・いきいきサロン』では、初めて来た方には必ず声をかけ、また参加したいと思ってもらえるように心がけています。

## スポットライト



柳原 和男さん  
(穂高在住)

自分も趣味の一つくらいと思っていたところ、ちょうど会社の上司の方から「吟詠」を勧められ、さっそく入門したのが30歳の頃でした。努力の甲斐があって師範の資格を頂いてからは、幾つかの教室の指導も任されるようになりました。まだ「ボランティア」という言葉もあまり聞かれない頃でした。

15年ほど前からマジック教室も主宰し、高齢者施設、児童館、地域の敬老会などから依頼があり、メンバーと一緒に発表に向かっています。

地区社協では、料理教室、会食会、健康に係る内容を立案し、大勢の皆さんに参加していただけるよう心掛けています。参加メンバーの固定化が進み、入会者が少ないことが最近の課題ですが、自分から積極的に行動し「仲間づくり」のお手伝いができるよう尽力したいです。これからは、聞き上手、教わり上手、「我以外皆師なり」に心して頑張ります。



## 《会場の皆さんの感想》

- ・小さな単位での『居場所づくり』が大切
- ・気負わず、無理せず、自分にできる役割を持つ
- ・そして継続していく

◎三郷地域  
片桐なをみさん『大人のたまり場』  
自分自身が退職後、地域とどのようにつながりたいだろうと考え、スタートしたのが『大人のたまり場』です。なんといつの間にか10年続いています。  
地域や年齢、性別も関係なく集まれる場所として、これからも人とのつながりが広がり、続いて行って欲しいです。

◎堀金地域  
中田宗子さん『縁の会』  
社協の『地域の世話やきさん講座』がきっかけで、郷土食や料理を学ぶ会として発足しました。「料理」という一本の木から枝葉が分かれ、畑で野菜を作ったり、生け花やカラオケなど、それぞれが得意分野で活躍し、活動が広がっています。

◎明科地域  
光地区社協  
横山澄江さん『光地区社協サロン』  
地区社協で運営をする中で、「何か特別なことをやらなくては、頑張っって目新しいことを!!」と思っていたところに、参加者の方から「いつも楽しみにしているから、次回も続けてネ」という言葉をかけられました。目新しいことより、定期的開催することが大切なんだと思ひ、それからは無理をせず続けることを目標に取り組んでいます。

## 「ワード応用講座」参加者募集

「安曇野パソコンボランティア」では、ワードが基礎レベルでご自分のパソコンを持参できる方を対象に、スキルアップ講座の参加者を募集します。

- 日程 (定員 各コース12名)
- ◎火曜・・・(Word 2013/2016) 1月23日・30日・2月6日・13日
- ◎水曜・・・(Word 2010/2013/2016) 1月24日・31日・2月7日・14日
- 時間 午後1時半～3時半
- 費用 1,700円
- 会場 豊科ささえあいセンターにし
- 問合せ 豊科ささえあいセンターにし 電話72・3013





**豊科中央 TEL 72-0122**

◎チャレンジタイム  
「ポッチャボール教室」  
■1月5日(金)10:00~11:00  
■予約 必要  
■対象 小学生10名

◎子育て勉強会  
「どうする?子どもの急病」  
■1月22日(月)10:30~11:30  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子20組



**高家 TEL 72-5685**

◎地域の知恵袋「編み物づくり」  
■1月13日(土)10:00~12:00  
■予約 必要  
■対象 小学生以上20名  
■参加費 100円

◎みんなあつまれ  
「ヨガ de リフレッシュ!」  
■1月19日(金)10:30~11:30  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子20組  
※託児あり

**南穂高 TEL 71-5150**

◎チャレンジタイム「君もマジシャンになろう! (子ども手品教室)」  
■1月6日(土)10:30~11:30  
■予約 必要  
■対象 小学生以上 20名

◎みんなあつまれ  
「観劇会&もちつき会」  
■1月13日(土)10:00~12:00  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子50組  
■参加費 100円

**穂高中央 TEL 84-0762**

◎「絵本の読み聞かせ」  
■1月17日(水)11:00~11:20  
■対象 乳幼児親子  
■おはなしどりのいむさん

◎チャレンジタイム「凧作りとおしるこ会」  
■1月27日(土)10:30~11:30  
■予約 必要  
■対象 小学生以上20名  
■参加費 50円



**穂高西部 TEL 82-2527**

◎チャレンジタイム  
「バレンタインのお菓子作り」  
■1月20日(土)10:30~12:00  
■予約 必要  
■対象 小学生15名  
■参加費 100円



◎「絵本の読み聞かせ」  
■1月22日(月)11:00~11:20  
■対象 乳幼児親子  
■おはなしどりのいむさん

**穂高北部 TEL 83-5494**

◎「わらべうた」  
■1月15日(月)11:10~  
■1月22日(月)11:10~  
■1月29日(月)11:10~  
■対象 乳幼児親子

◎みんなあつまれ  
「1月生まれハッピーバースデー」  
■1月19日(金)10:30~11:30  
■予約 不要  
■対象 乳幼児親子

**三郷 TEL 76-0185**

◎子育て勉強会「家庭でできる感染予防と対策」  
■1月19日(金)10:30~11:30  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子20組程度

◎「お下がり会」  
■1月24日(水)10:30~11:00  
■予約 出品者のみ必要  
※当日の入場順は、出品者→一般(整理券)の順

**堀金 TEL 71-2122**

◎チャレンジタイム「レンジを使ったアクセサリー作り」  
■1月20日(土)10:30~11:30  
■予約 必要 ■参加費 400円  
■対象 小学生15名

◎子育て勉強会「入園前の心構え・コップ袋作り」  
■1月29日(月)10:00~12:00  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子10組  
■参加費 200円

**明科 TEL 62-2482**

◎「中学生・高校生対象のクラ イミング教室」  
■1月20日(土)14:00~15:30  
■予約 必要  
■対象 中学生・高校生10名

◎みんなあつまれ「野菜ソムリエによる煮込み料理」  
■1月29日(月)10:30~12:00  
■予約 必要  
■対象 乳幼児親子15組  
■参加費 300円



■1月休館日 1日(月)~3日(水)年始休館日 7日(日) 8日(月)成人の日 14日(日) 21日(日) 28日(日)

**ファミリーサポート依頼会員登録会【1月】**

■社協堀金支所 11日(木)  
■南穂高児童館 15日(月)  
■堀金児童館 26日(金)  
■受付 10:20 説明会 10:30 (登録)  
■登録は無料です。※印鑑が必要です。  
■問合せ  
ファミリーサポートセンター 電話71-1125  
※堀金支所では随時受付中♪(要予約)



**育児相談日【1月】**

時間 10:30~12:00  
■豊科中央 12日(金) ■堀金 15日(月)  
■高家 12日(金) ■明科 19日(金)  
■南穂高 19日(金)  
■穂高中央 19日(金)  
■穂高西部 5日(金)  
■穂高北部 12日(金)  
■三郷 15日(月)



**古布を集めています**

ボランティアグループ「もったいない会」では、家庭で使わなくなった木綿の布を集め、清拭用に切つて施設に届けています。「木綿の布は肌が荒れない」と大変喜ばれています。消耗品のため古布が不足しています。もしご家庭などに不要になった木綿の布がございましたら、ぜひご提供をお願いいたします。



古布は木綿65%以上のシーツ、タオル、下着、Tシャツなどです。また、洗濯をしてご持参いただけると幸いです。

■問合せ 豊科ささえあいセンターに  
電話72-3013

**ボランティアの募集について**

デイサービス明科(明科総合福祉センターあいりす内)では、ご利用者様とお話をしたり、手遊びをしたりして一緒に過ごしていただけるボランティアの方を募集しています。曜日や頻度など可能な範囲で結構です。

■時間 午後3時頃から4時頃  
■問合せ 社協明科支所 電話62-2429

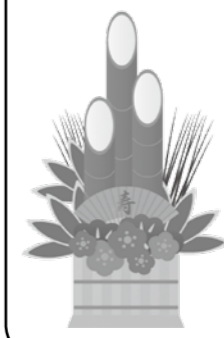


**あたたかな善意**

**ありがとうございます**

「厚意に深く感謝申し上げます(順不同)」

- 高橋 あや子様.....着物9袋
- 松澤 景子様.....布・毛糸多数
- 匿名様.....42,383円
- あかしな農業塾様.....米30kg
- 匿名様.....米22kg
- 矢野口 寛様.....60,000円



**年賀欠礼について**  
皆さまには本年も大変お世話になりました。当会では、年賀状のご挨拶を失礼させていただいております。来年もよろしくお願い申し上げます。  
社会福祉法人  
安曇野市社会福祉協議会  
会長 松嶋隆徳

**年末年始休館・運休のお知らせ**  
■12月29日(金)~1月3日(水)  
◆豊科老人福祉センター  
◆ささえあいセンターにじ  
◆穂高地域福祉センター  
◆三郷福祉センター  
◆堀金老人福祉センター  
◆明科総合福祉センター  
◆児童館9館(豊科中央・高家・南穂高・穂高中央・穂高西部・穂高北部・三郷・堀金・明科)  
◆デマンド交通あづみん(運行及び受付)  
※デマンド交通あづみんは積雪が50センチ以上の場合には運休となります。





新商品の  
紹介

ぎゅぎゅっと濃厚 豆乳に浸った

# おぼろ豆腐

大豆の甘みと香りが感じられる、とっても滑らかな口当たりのおぼろ豆腐が出来上がりました。ぜひ一度お試しください。



■ 問合せ  
すてっぷワーク ま・めぞん  
電話 88-8506  
安曇野市豊科 4678-2

190 円 ( 税込 ) で販売中

## 第3回安曇野市児童館対抗ドッジビー大会 開催しました

11月25日(土)市穂高総合体育館で、小学1年生から6年生までの約250名の児童が白熱した戦いを繰り広げました。予選・決勝のリーグを勝ち進んだ堀金児童館が優勝に輝き、チームのまとまりやコート内外での礼儀などを評価した「グッドマナー賞」が、南穂高児童館に贈られました。



### ●お楽しみ会 ■13:00~15:00

- 豊科支所 【1月12日】
- 穂高支所 【1月16日】
- 三郷支所 【1月10日】
- 堀金支所 【1月19日】
- 明科支所 【1月 9日】

※堀金、明科は10:00~12:00

誰にでもおしゃべりしながら、物づくりやレクリエーションなど楽しい時間を過ごす地域の居場所です。

### ●心配事・行政相談 ■13:00~16:00

- 堀金支所 1月 9日(火) ★22日(月)
- 穂高支所 1月 9日(火) ★23日(火)
- 豊科ささえあいセンターにじ  
1月10日(水) ★24日(水)
- 三郷支所 1月11日(木) ★25日(木)
- 明科支所 1月12日(金) ★26日(金)

★印は行政相談を同時開催  
相談は無料です

### ●介護相談

- 居宅介護支援センター
- 平日8:30~17:30  
(土曜・日曜・祝日は除く)
- 電話71-5735



安曇野市社協だより あづみん 第73号

- 発行日 2017年12月21日(木)
- 編集・発行 社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会
- E-mail sasaeai@azuminoshakyo.or.jp
- URL http://azuminoshakyo.jp
- 印刷 有限会社 安曇印刷

※社協だより「あづみん」は皆様の会費によって発行されています。  
※社協だより「あづみん」の配布についてのお問い合わせは、(尚)ペーパー  
シャワーズ まかせて安曇野 TEL (0263) 88-4986までお願いします。



社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会



□本所	〒399-8205 長野県安曇野市豊科4160-1	TEL(0263)72-1871 FAX 72-9130
□居宅介護支援センター	〒399-8205 長野県安曇野市豊科4160-1	TEL(0263)71-5735 FAX 72-9130
□豊科支所	〒399-8205 長野県安曇野市豊科4027-3	TEL(0263)73-7143 FAX 73-7147
□穂高支所	〒399-8303 長野県安曇野市穂高5808-1	TEL(0263)82-2940 FAX 82-9621
□三郷支所	〒399-8101 長野県安曇野市三郷明盛2198-1	TEL(0263)77-8080 FAX 77-8081
□堀金支所	〒399-8211 長野県安曇野市堀金烏川2132-6	TEL(0263)73-5288 FAX 73-5775
□明科支所	〒399-7101 長野県安曇野市明科東川手606-2	TEL(0263)62-2429 FAX 62-5025