

# 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67号

発行日 2016. 12. 15

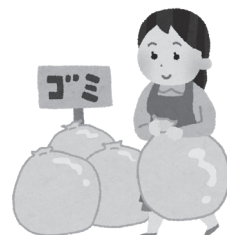
表紙：第2回安曇野市児童館対抗ドッチビー大会

# 日常のちょっとした困りごと 皆さんはどうしていますか？



■例えばこんな「困りごと」が社協には寄せられています。

- ・庭の草取りや草刈り
- ・雪かき
- ・灯油の補充
- ・簡単な畑仕事
- ・部屋の整理整頓や掃除
- ・ゴミだし
- ・買い物
- ・薬の受け取り
- ・外出の付き添い など



例えばこんな解決方法があります



## ある地域では、ちょっとした困りごとを お互いさまの支えあい（互助）によって解決

ちょっとした困りごとに対応する「生活支援」のボランティアグループを立ち上げるなどして解決しています。

「生活支援」の具体的な内容としては、「草取り」や「雪かき」、「見守り」、「配食」などです。特にこれからの季節は、1人暮らし高齢者宅の除雪の相談が多くなってきますが、これも地域の支えあいによって解決しているところもあります。



社協ではこうしたグループの  
立ち上げに関するご相談に  
についても対応いたします。



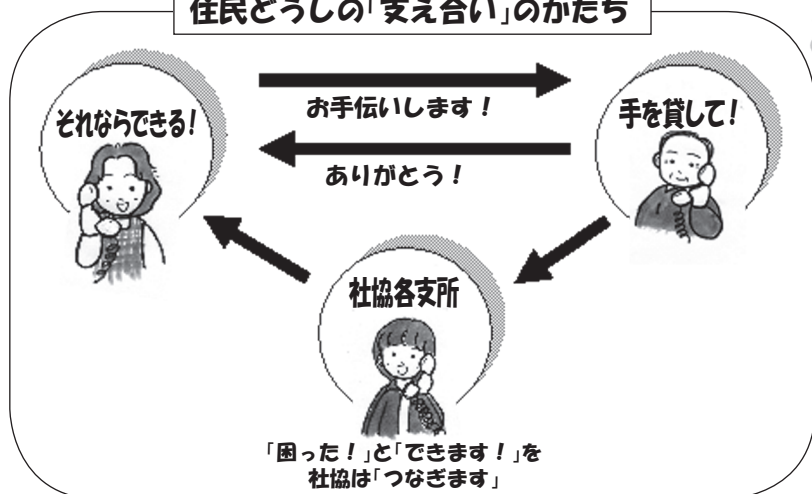
## 住民参加型有償在宅福祉サービス「しあわせ・あづみん」で解決

※「しあわせ・あづみん」とは・・・

日々の暮らしの中で「ちょっと誰かに手を貸してもらえたら・・・」と思われる方と、「あっ、それなら私でもできそう」と思われる方との気持ちを『つなぐ』お手伝いを安曇野市社協では行っています。日常の暮らしの中で起こる「困りごと」を、住民どうしが支えあって解決する「かたち」が住民参加型有償在宅福祉サービス「しあわせ・あづみん」です。



### 住民どうしの「支え合い」のかたち



**募集中!**



「しあわせ・あづみん」では、「それならできる」という支援会員さんを随時募集しています。

特に雪かきができる方！  
外での作業が得意な方！

### ■問合せ

- 社協本所 電話 72-1871
- 社協豊科支所 電話 73-7143
- 社協穂高支所 電話 82-2940
- 社協三郷支所 電話 77-8080
- 社協堀金支所 電話 73-5288
- 社協明科支所 電話 62-2429

空き缶積み競争



折り紙で立体的な傘を製作



じゅず玉づくり



# ちょっと寄りましょ 「お楽しみ会」

安曇野市社協では、各支所(福祉センター等)で、地域の皆さんが気軽に寄り合い、誰と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ひと時を過ごせる「おたのしみ会」を毎月1回開催しています。



## ■会場等

◎豊科地域 毎月第3火曜日  
豊科ささえあいセンターにじ  
電話72- 3013

◎穂高地域 毎月第1火曜日  
社協穂高支所(穂高地域福祉センター)  
電話82- 2940

◎三郷地域 毎月第2水曜日  
社協三郷支所(三郷福祉センター)  
電話77- 8080

◎堀金地域 毎月第3金曜日  
社協堀金支所(堀金老人福祉センター)  
電話73- 5288

◎明科地域 毎月第2火曜日  
社協明科支所(明科総合福祉センター)  
電話62- 2429

※場合により、日にちが変更になることがあります。

## ■時 間

全ての会場 午後1時～3時まで

■どなたでもご参加いただけます。

社協各支所(福祉センター等)にお寄りの際は、ぜひご参加ください。

また、毎回内容なども異なりますのでお問合せください。

「もったいない」をあなたから



# リユースむすび隊

## ご利用に關して

### ■場所

社協堀金支所

(堀金老人福祉センター)

### ■時間

午前8時半～午後5時半

※土・日・祝日は除く

### ■品物について

洋服、絵本、マタニティ用品、おんぶひも、チャイルドシート、ベビーカー、子ども用自転車など

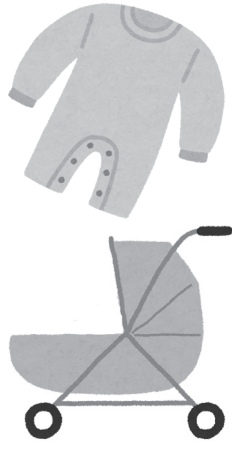
### ■お願い

●多くの方に品物が行き届くように、1回につき、おひとり様5点程度のお持ち帰りとさせていただきます。

### ●大型品は移送や保管場所などの関係がありますので、まずはご連絡ください。

### ●譲られた方は「ありがとうメッセージ」の記入にご協力ください。(用紙はコーナーに一定期間掲示させていただきます。)

「まだまだ使えるのに・・・」「着たのは数回だけ・・・」子ども用品の使用回数や頻度は少ない物が多いですよ。一方で「再利用でも使いたい!」「買うのはもったいない!」などという声も多く聞こえます。そのような両者の思いを結んでいくのが、この「リユースむすび隊」です。まだ使用できる育児用品や洋服などを、これから使用したい子育て家庭に橋渡しをしていく「常設の子ども用品無料リユースコーナー」として、今年4月からスタートしております。



## ご利用に關して

### ■場所

社協堀金支所

(堀金老人福祉センター)

### ■時間

午前8時半～午後5時半

※土・日・祝日は除く

### ■品物について

洋服、絵本、マタニティ用品、おんぶひも、チャイルドシート、ベビーカー、子ども用自転車など

### ■お願い

●多くの方に品物が行き届くように、1回につき、おひとり様5点程度のお持ち帰りとさせていただきます。

### ●大型品は移送や保管場所などの関係がありますので、まずはご連絡ください。

### ●譲られた方は「ありがとうメッセージ」の記入にご協力ください。(用紙はコーナーに一定期間掲示させていただきます。)

### ○持ってきてくださった方の声

・あまり着る機会がなかったベビー服、どなたかに着てもらえたら嬉しいです。

### ○ありがとうの声

(譲っていただいた方)

・マタニティの上着を探していたので助かりました。

・子どものジャケットをいただきました。冬のシーズンが楽しみです。

・楽しんでます。

### ○持ってきてくださった方の声

・あまり着る機会がなかったベビー服、どなたかに着てもらえたら嬉しいです。



リユースむすび隊コーナー  
たくさん品物があります

### ■問合せ

ファミリースポーツセンター

電話71・1125

(社協堀金支所内)



## 赤い羽根

## 共同募金

## 助成事業



ご協力いただいた「赤い羽根共同募金」を財源とした平成29年度の各種助成を行います。いずれの助成も申請が必要です。(①のみプレゼンテーションが必要です。)

### ①地域福祉活動助成金

### ②ボランティアグループ活動助成金

### ■募集締切

平成29年1月27日(金)

■募集要綱及び申請書類は、社協本所・各支所の窓口か、社協ホームページにございます。

### ■問合せ 社協本所

電話72・1871

# 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ていきます。

## 豊科・真々部地区社協

真々部地区社協は、区長・区総代、民生児童委員、人権教育推進協議会及び、区内で福祉活動を行っている11団体（健康づくり推進員、公民館、寿会、子ども会育成会、食生活改善推進協議会、はつらつ会、婦人会、フリースペースよりましよ、ボランティアクラブ、南小中学校PTA）の代表者で構成されています。また、区・社協からの助成金及び会費等の自主財源を原資とし、各々の自主計画に基づいて福祉事業を推進している組織です。



秋のバターゴルフ大会

この組織体系は、かなり昔に地区の先達が骨格をつくり、時代の要請を取り込みながら肉付けを進め、平成17年に会則を制定して現在に至っています。因みに、平成27年度は各種イベントを122回実施しました。

今後も有意義なイベントを実施していきますし、新たな福祉活動を行う組織の立ち上げも支援したいと考えています。



納涼子ども夏祭り

## 豊科・新田地区社協

新田地区社協では、4月から12月まで、ほぼ毎月行う「ふれあい健康ひろば」、年3回の「子育てサロン」

一人暮らし高齢者への配食弁当、福祉研修、毎月末の「お茶飲みサロン」、年2回の「会報」発行などの事業を実施しています。

「ふれあい健康ひろば」は4回の健康体操、春の花の寄せ植え、お正月の花のフラワーアレンジメント、映画鑑賞、温泉など高齢者の方々に喜んでいただける内容を考えています。参加者からは、「楽しかったよ」「久しぶりに身体を伸ばせたよ」「面白かったよ」などの言葉をいただき、役員一同「ホッ」とし、企画して良かったと思う瞬間です。「子育てサロン」もお母さん方



紙芝居に聞き入ります

らは、「実家に帰ったみたい」と喜んでもらっています。

これからも、地域の方々の交流の場として、支えあえる絆づくりのために活動していきたいと思えます。



手をつないでリズム体操

## あづみ野エフエム放送

FM 76.1 MHz

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きます。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 Goo!情報局内

■ささえあい社協サークル  
第3月曜 正午～午後2時  
おひさまサークル内

災害・防災体験学習



4月に発生した熊本地震をはじめ、豪雨や台風、火山などによる災害が今年も各地で発生しました。「もしも」に備えて、避難訓練や災害時支えあいマップの作成など、災害に備えた様々な取り組みが行われています。

福祉学習の一環としても、災害が発生した時、

- どうやって命を守るのか
  - 避難はどこにどのようにするのか
  - 避難所の生活はどんなものなのか
  - 自分たちには何ができるのか
- など災害を学び、防災について考える体験学習を学校や地域の皆さんと一緒にしています。

今回は、三郷小学校4年4組の体験学習を紹介します。

防災マップを使って避難場所を確認したり、クイズ形式で避難方法を考えたり、三郷小学校の体育館での避難生活について体験しました。



『防災マップ』  
自分の家の近くと近くの避難場所に印を付け、災害時に自分の避難する場所を確認



- 子どもたちの感想
- 地震の時、どんな場所を通って逃げたらいいか伝えたい。
- 家の周りで危険なところを探してみる。
- 避難場所にもいろんな種類があることがわかった。
- 先生の感想
- 今回の学習を通して、地域の一人として、災害時にどう考え行動するかを考える第一歩になったら良いと思います。

『避難所の1人あたりのスペース』  
避難当初は、1人新聞紙2枚くらいの広さに、荷物なども置いて寝泊りします



- 子どもたちの感想
- 避難所での生活が大変だということがあった。
- 一人の避難スペースは小さいし、床が固くて寝るのが大変。避難場所では協力が大事。



『ダンボールベッド』  
避難当初は、毛布も十分にないため、ダンボールなどを使って簡易ベッドをつくります

- 子どもたちの感想
- 段ボールでベッドができることがわかりました。
- 普段から地震に備えておく、もしもに備えて、学んだことを活かしたい。

「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の方で、パソコンを持参できる方を対象にスキルアップ講座を開催します。

- 日程 (定員 各12名)
- ◎火曜・・・(Word2013)  
1月24日・31日・2月7日・14日
- ◎水曜・・・(Word2007/2010)  
1月25日・2月1日・8日・15日
- 時間 午後1時半～3時半
- 会場 豊科ささえあいセンターにじ
- 費用 1,700円
- 締切 1月10日(火)
- 問合せ 豊科ささえあいセンターにじ  
電話72-3013

石毛良平さん  
(穂高在住)



山が好きで安曇野に移住して18年。移住時より社協穂高支所の作業療法ボランティアに入り、趣味の木彫りでデイサービスのご利用者さんの木彫りのお手伝いをしています。このボランティアは、月曜から金曜まで活動しており、私の担当は金曜の午前中です。彫刻刀が切れないとスムーズに彫れないため、始まる小1時間前に30本ほどの刀を研いで準備をします。ご利用者さんの彫りを手伝いながらおしゃべりしていると、あっという間に時間が過ぎます。皆さんがこの木彫りをするのが楽しいと言ってくれることが、私にとって大変嬉しいことです。

作業場所の壁には、ご利用者さんの作品などが沢山飾ってありますので、ぜひ見にきてください。

## 第5回 地域の世話やきさん養成講座

### 受講者募集

これから地域では、ますます住民同士の支えあいや、住民の居場所である「ふれあい・いきいきサロン」が求められています！

「地域の世話やきさん」としてあなたも活動してみませんか？

#### ■日程

◆第1回 1月20日(金)住民主体の地域づくりを学ぼう

※地域の世話やきさんお役立ち講座と合同開催

◆第2回 1月27日(金)お互い様の関係づくりを学ぼう

聴き方上手になるコツを学ぼう

※おはなし相手ボランティア養成講座と合同開催

◆第3回 2月3日(金)楽しく、ためになるレクリエーションを学ぼう

◆第4回 2月10日(金)「世話やきさん」の力を学ぼう

★地域の世話やきさんプラスワン講座

2月17日(金)安心コールボランティア養成講座

■時間 全日程 午前10時〜正午

■会場 全日程 社協堀金支所 集会室 (堀金老人福祉センター)

■参加費 無料 ■定員 全日程 50名程度 (定員になり次第締切)

■講座の参加について

地域の世話やきさんとして、ふれあい・いきいきサロン等で活動されている方、これから活動したい方については、全4回の講座にできるだけご参加ください。各講座単体での受講も可能です。また、以前受けられなかった講座、再度聞いてみたいという講座への受講も可能ですので、ぜひご参加ください。

■締切 全日程 講座開催日の2日前までにお電話でお申込みください。

■問合せ・申込み

社協 ◆本所 電話72-1871

◆穂高支所 電話82-2940

◆堀金支所 電話73-5288

◆豊科支所 電話73-7143

◆三郷支所 電話77-8080

◆明科支所 電話62-2429



## 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、古布を集め清拭用に

切って施設に届けています。施設からは大変喜ばれていますが、消耗品のために古布が不足しています。

もしご家庭などで不要となった古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%以上のシーツやタオル、Tシャツなどで、15〜20センチ角の大きさが取れるものです。また、洗濯をしていただけましたら幸いです。

■問合せ 豊科ささえあいセンターに  
電話72-3013

### 活動の様子



# ファミリーサポート協力会員養成講習会

## 閉講式を行いました

安曇野市ファミリーサポートセンターでは、10月26日(水)に子どもの一時預かりなどを行っていたただける協力会員養成講習会の閉講式を行いました。今年度は19名の方が参加され、10月6日から26日の内の7日間にわたり子どもの発達や救命講習、障がい児の対応などといった分野から子どもとの関わり方を学びました。

参加した方からは、「どの講義も大変充実した内容でした。子どもと向き合う時間が楽しくなりました。」といった声がありました。今後も定期的に養成講習会を実施していく予定です。事務局は社協堀金支所内にご覧いただけますので、利用などにつきましてもお気軽にお問い合わせください。

■問合せ ファミリーサポートセンター  
電話71・1125

講習会の様子



絵本の読み聞かせ練習



救命講習の様子



## あたたかな善意 ありがとうございます

ご厚意に深く感謝申し上げます。  
(順不同)

- 豊科高校JRC福祉クラブ様  
..... 4,850円
- 医療法人米倉医院様  
..... 1,742円
- 明科高校生徒会様  
..... 16,457円
- あかしな農業塾様  
..... お米30kg
- 匿名様  
..... お米30kg
- 匿名様  
..... お米30kg
- 匿名様  
..... 毛糸など多数



## 年末年始休館・運休のお知らせ

- 12月29日(木)～1月3日(火)
  - ◆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、運休となります。

## 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、年賀状でのご挨拶を失礼させていただいております。来年もよろしくお申し込み申し上げます。



社会福祉法人

安曇野市社会福祉協議会

会長 松嶋隆徳



**豊科中央 TEL 72-0122**

◎チャレンジタイム「凧づくり」

- 1月6日(金)10:30~12:00
- 予約 必要
- 対象 小学生



◎児童館・笑顔ごはん「もちつき会」

- 1月14日(土)10:00~12:00
- 予約 必要
- 対象 どなたでも80名
- 参加費 子ども100円  
大人 200円

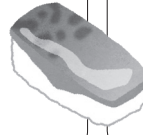
**高家 TEL 72-5685**

◎地域の知恵袋「凧あげ&豚汁会」

- 1月14日(土)10:30~12:00
- 対象 乳幼児親子から  
小中学生20名
- 参加費 50円

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月19日(木)11:00~
- お話しムーンさん



**南穂高 TEL 71-5150**

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月16日(月)11:00~11:20
- 1月23日(月)11:00~11:20
- お話しムーンさん

◎チャレンジタイム 児童館・笑顔ごはん「押し寿司」

- 1月21日(土)10:00~12:00
- 予約 必要
- 対象 小学生20組
- 参加費 子ども100円  
大人 200円

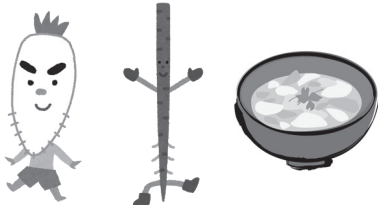
**穂高中央 TEL 84-0762**

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月18日(水)11:00~11:20
- おはなしどりいむさん

◎「身体測定」

- 1月20日(金)10:00~11:30



**穂高西部 TEL 82-2527**

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月23日(月)11:00~11:20
- おはなしどりいむさん

◎チャレンジタイム 児童館・笑顔ごはん「根菜たっぷりすいとん」

- 1月28日(土)10:30~12:00
- 予約 必要
- 対象 どなたでも20名
- 参加費 子ども100円  
大人 200円

**穂高北部 TEL 83-5494**

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月6日(金)11:00~11:20
- おはなしどりいむさん
- 1月13日(金)11:00~11:20
- 1月20日(金)11:00~11:20
- 坂井節子さん

◎みんなあつまれ

- 「1月生まれハッピーバースデー」
- 1月13日(金)10:30~11:30
- 対象 乳幼児親子

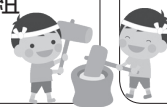
**三郷 TEL 76-0185**

◎「絵本の読み聞かせ」

- 1月6日(金)11:00~11:20
- ボランティア伊藤さん
- 1月20日(金)11:00~11:20
- スマイルさん

◎みんなあつまれ「もちつき会」

- 1月13日(金)10:30~12:00
- 予約 必要
- 対象 乳幼児親子30組
- 参加費 100円



**堀金 TEL 71-2122**

◎みんなあつまれ「もちつき会」

- 1月7日(土)10:30~11:30
- 予約 必要
- 対象 乳幼児親子25組
- 参加費 100円

◎チャレンジタイム「まゆだまづくり」

- 1月14日(土)10:30~11:30
- 予約 必要
- 対象 小学生20名
- 参加費 100円

**明科 TEL62-2482**

◎「クライミング教室」

- 1月16日(月)16:00~17:15
- 予約 必要
- 対象 小学生以上20名



■1月休館日 1日(日)~3日(火)年始休館日 8日(日) 9日(月)成人の日 15日(日) 22日(日) 29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 6日(金)・24日(火)
- 穂高西部児童館 11日(水)
- 三郷児童館 20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 13日(金)
- 高家 20日(金)
- 南穂高 27日(金)
- 穂高中央 20日(金)
- 穂高西部 6日(金)
- 穂高北部 27日(金)
- 三郷 16日(月)
- 堀金 23日(月)
- 明科 20日(金)



市内にある学校の、児童や生徒さんが「ふくし」に携わる様子などを写真でご紹介します。

## 穂高南小学校 ボランティア委員会の 活動をご紹介します



穂高悠生寮へ出かけ、歌やリコーダー演奏のプレゼントをしました。



一緒に「茶つみ」の手遊びを楽しみました



ボランティア委員会25名で安曇寮を訪問しました。



肩たたきのプレゼントは大変喜んでもらいました。



おじいさんやおばあさんもよく知っている「ふるさと」や「信濃の国」などの歌をプレゼントしました。

### ●お楽しみ会 ■13:00~15:00

- 豊科支所【1月17日】
- 穂高支所【1月24日】
- 三郷支所【1月11日】
- 堀金支所【1月20日】
- 明科支所【1月10日】
- 予約不要・自由参加

誰と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10日(火) ★23日(月)
- 穂高支所 1月10日(火) ★24日(火)
- 豊科ささえあいセンターにじ  
1月11日(水) ★25日(水)
- 三郷支所 1月12日(木) ★26日(木)
- 明科支所 1月13日(金) ★27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67号

- 発行日 2016年12月15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、(角)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1手606-2	TEL(0263)62-2429 FAX 62-5025