

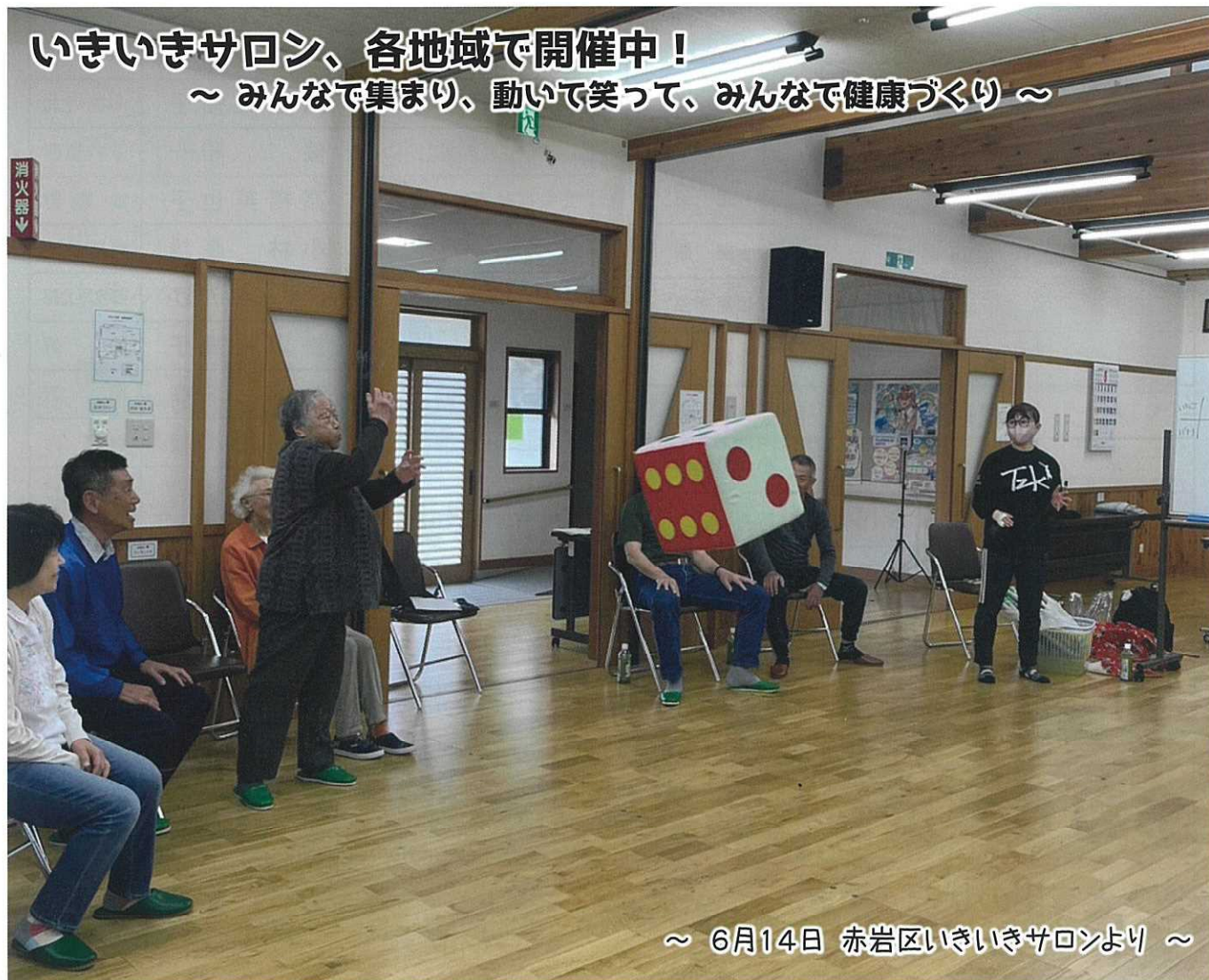
ほほえみ

発行：社会福祉法人
東御市社会福祉協議会
〒389-0502 東御市鞍掛197
☎0268-62-4455 (代表)
<http://www.tomisyakyo.or.jp>
印刷：グリーン美術出版

～人とひとが福祉でつながるまちづくり～

いきいきサロン、各地域で開催中！

～ みんなで集まり、動いて笑って、みんなで健康づくり～



～ 6月14日 赤岩区いきいきサロンより～

内容

- ★理事・評議員の紹介
- ★社協会費のお願い
- ★まいさぼ便り
- ★月間スナップ
- ★「ふれあいフェスティバル」参加団体募集中!!

特集

★地域の有償サポーターさんが活動しています！



社協の Facebook
フォローお願いします♪

検索 東御市社協 Facebook



理事会・評議員会

6月9日に第100回理事会、27日に第71回評議員会が開催され、令和6年度事業報告と収支決算が審議され、承認されました。また、任期満了に伴う役員の改選が行われました。

27日には第101回理事会が開催され、会長等の役員の選定が行われました。

理事・監事の皆さん (敬称略)

	氏 名	区 名
会 長	横 山 好 範	東 上 田
副会長	荻 原 裕 子	大 石
常務理事・事務局長	塩 崎 和 男	東 上 田
理 事	小 西 哉	伊 勢 原
〃	小 林 祐 一	御牧原南部
〃	依 田 政 一	県
〃	寺 田 嘉 彦	城 ノ 前
〃	田 中 拓 哉	小 諸 市
〃	檜 原 み ち 代	新 張
〃	堀 川 竹 子	西 海 野
監 事	後 藤 菊 夫	東 町
〃	長 岡 里 枝	大 石

※なお任期は令和9年6月までです。

社協評議員の皆さん (敬称略)

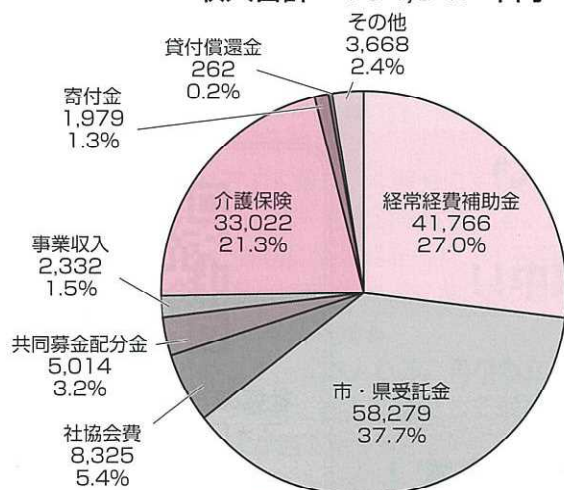
選 出 分 野	氏 名	区 名
市 議 会 の 代 表	滝 澤 栄 一	下八重原
地 域 の 代 表	橋 爪 聖 一	城 ノ 前
〃	有 村 豊	乙 女 平
〃	出 澤 一 則	大 川
民生児童委員協議会の代表	牛 山 廣 司	片 羽
〃	油 井 今 朝 幸	祢 津 南
〃	大 谷 美 知 子	海善寺北
〃	俵 和 一	下八重原
社会福祉事業の関係者	高 橋 美 也 子	本 海 野
〃	小 林 峯 雄	海善寺北
〃	関 広 江	御牧原北部
〃	掛 川 裕 美 子	加 沢
〃	高 岡 久 章	加 沢
〃	阿 部 貴 代 枝	別 府
〃	宮 崎 晴 美	本 海 野
〃	小 林 文 治	加 沢
教 育 関 係 者	原 澤 利 明	海 善 寺
〃	田 中 章 子	佐 久 市
行 政 関 係 者	掛 川 一 郎	御牧原南部

※なお任期は令和11年6月までです。

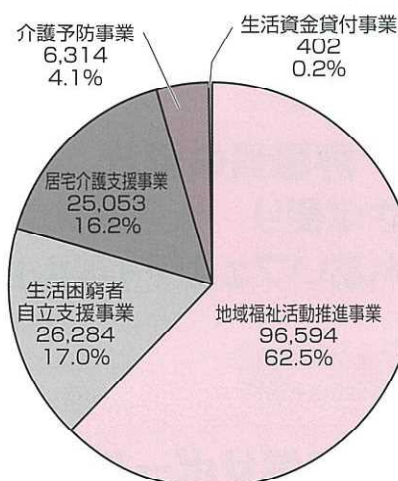
令和6年度 社協事業・収支決算報告 (概要)

収入と支出の状況 (単位：千円)

収入合計 154,647 千円



支出合計 154,647 千円



あなたも地域の福祉活動を支えるサポーター！



『社協会員』にご加入をお願いします

会員の皆様からご協力いただいた会費が地域の福祉活動を支えています。会員の種類と金額は右の通りです。ご協力をお願いいたします。



会員の種類と金額

普通会員 (個人・世帯)	賛助会員 (個人・世帯)	法人会員 (企業・団体・施設等)
1,000 円	1 口 2,000 円	1 口 5,000 円



ボランティア育成と支援



福祉のまちづくりのために



「福祉体験」学習



広報啓発活動「ほほえみ」



福祉車両貸し出し事業

社協ってなーに？

社協は、地域で暮らす誰もが、高齢・障がい・男女などに関係なく支えあうことで、安心して生活できる「地域共生社会」を目指して活動しています。

社協は、住民の皆さんに「会員」としてご参加いただき、福祉を“自分ごと”として捉えられる地域づくりを行っています。また生活困窮支援や在宅介護支援などの「孤立を生まない地域づくり」や、「災害に強いまちづくり」など、幅広い活動により「福祉のまちづくり」を進めています。

東御市高齢者日常生活サポート事業

「サポーター(有償)」募集中!!

「東御市高齢者日常生活サポート事業」は、高齢者が住み慣れた東御市で安心して暮らし続けられるように、地域のサポーター(有償)が利用される方のご自宅等に出向き、生活上のお手伝いを行う訪問型のサービスです。

活動の内容

○活動の例…

社会福祉協議会によってマッチングが行われた利用者宅を訪問し、活動を行います。

生活支援 (ゴミ出し等)



家事支援 (買物等)



※令和7年度は「生活支援」を中心としたサービスを実施します。

活動時間 及び 謝礼金

○謝礼額：350円(税引き前)/30分

○活動時間：1回あたり最大1時間まで

○どんな人がサポーターになっているの…??

この事業は“地域の支えあいの延長”にあります。
“プロの介護サービス”や“専門性の高いサービス”を提供するための事業ではありません。

年齢層も様々で、シニア世代を中心に、無理のない範囲での内容で、活躍いただいています!



○高齢の私でもできるかしら…??

活動内容は、様々です。そのサポーターの得意分野の範囲で、活動いただく事が大切だと思っています。また“地域のため+自分の健康のため”という考え方で、登録いただいているサポーターも多くいらっしゃいます。



事業のサポーター募集に関するお問い合わせは…

〔事業受託者〕 〇東御市社会福祉協議会 ☎ 62 - 4455

まいさぽ便利 「まいさぽ東御」は、生活や就労に困難を抱えている人の総合相談窓口です

公式 LINE で生活の困りごと相談ができます！

公式 LINE「生活福祉総合相談窓口（まいさぽ東御）」

東御市社会福祉協議会（まいさぽ東御）が運営する公式 LINE アカウント「生活福祉総合相談窓口（まいさぽ東御）」で、生活困窮、ひきこもり、就労などの生活の困りごとの相談を受け付けています。

利用のしかた

- LINE を使って、いつでも好きな時間に自分のペースで相談ができます。
 - 自立の助けになる事業や活動などの情報発信も行います。
 - 情報収集のための登録だけでも OK です。
- ※まいさぽからの返信は、午前9時から午後5時（平日）となります。

LINE 相談



相談はご本人だけではなく、「ご家族や住んでいる地域で心配な人がいる」など、関係者からの相談も受け付けています。些細なことや気になることだけでもお気軽にご相談ください。



相談無料

生活就労支援センター まいさぽ東御

開所日時 平日 8:30～17:15

場 所 東御市鞍掛 197 東御市総合福祉センター内 東御市社会福祉協議会

電 話 0268-75-0222（直通）メー ル maisapo@tomisyakyo.or.jp

パンフレットはこちら



東上田区

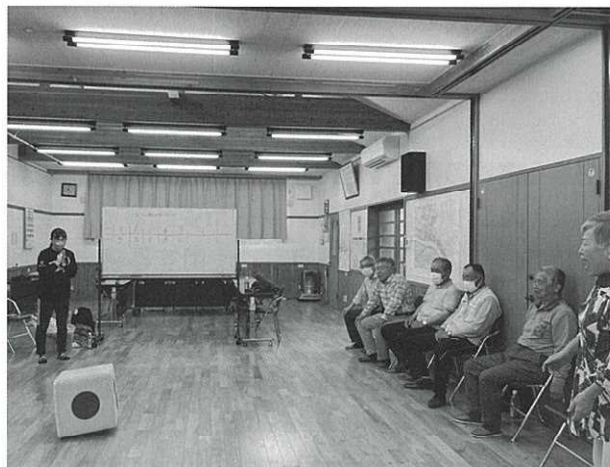
～ おらほのサロンから ～

赤岩区

5月17日、東上田ボランティアグループさんからの依頼で出前講座を実施しました。テーマは「エンディングノート・身寄り問題」です。10人以上の皆さんが公民館に集まりました。エンディングノートは、自分の人生を振り返り、そして最後まで充実したものにするためのツールです。講座は参加した皆さんと対話しながら、和気あいあいと進みました。



6月14日、赤岩公民館でいきいきサロンが開催されました。この日は社協職員による介護予防・レクリエーションを実施。体操で無理なく身体を動かした後は、サイコロなどのレクリエーション用具を使って楽しみました。この日のサロンは男性の参加者も多く、にぎやかな交流の機会となりました。



子どもフェスティバル



5月10日、「子どもフェスティバル」が開催されました。社協では、第二体育館前で赤十字奉仕団役員の皆さんと非常食体験ブースを設置しました。ハイゼックスという炊飯袋を利用し、袋の中にお米と醤油と水を入れ、沸騰したお湯の中で約40分間煮ると出来上がります。

参加者の皆さんに作り方を説明しながら、たくさんの方が体験しました。

ふれあい交流サロン「おいでよサンサン」～毎月開催中です～

5月28日、総合福祉センターでふれあい交流サロンが開催されました。このサロンは、誰でも参加できるサロンとして、毎月開催しています。集まった参加者は、お茶を飲みながら世間話などして交流しました。今年からは、家族を介護する方や介護を経験してこられた方も仲間に迎え、自宅で介護することについての情報交換も行っています。



「福祉団体交流会」を開催しました



6月2日、福祉団体交流会が第二体育館で行われ、福祉団体の会員及び関係者約90人が参加しました。この交流会は、日ごろ地域で活動する福祉団体会員の情報交換・交流を目的に、毎年開催されています。参加者はユニバーサルスポーツ「ボッチャ」を通じて、コミュニケーションを図りました。優勝は東御市保護司会の「保護司会A」チーム。各試合で熱戦が繰り広げられましたが、参加者は勝敗に関わらず、楽しみ、交流を深めていました。

布団の丸洗いサービスを実施しました

6月4日から12日にかけて、高齢や障がいなどの理由から寝具の衛生管理に手助けが必要な方を対象に、寝具洗濯乾燥サービス事業（東御市委託事業）を実施しました。今回は50人から自宅で使用する寝具を回収し、洗濯の上、自宅へ届けました。利用者からは「自分ではとても布団干しやクリーニングに出すことができないので、本当に助かりました」といった感想が聞かれました。



ボランティアセンターから版

10月25日(土)開催予定

「福祉の森ふれあいフェスティバル」参加団体大募集!!

福祉の森ふれあいフェスティバルは、ボランティアや様々な団体のほか、「地域に貢献したい!」という企業等が集まり、この地域に暮らす皆さんへ、福祉・ボランティアの啓発、活動のPR等を行うイベントです。

団体・企業の
福祉活動を地
域の皆さんに
PRしたい!!

イベントに参
加して地域の
ことをもっと
知りたい!

一緒に活動する
仲間を集めたい!!

そんな皆さん、一緒にイベントを盛り上げませんか♪
まずは、どんな事でもお問い合わせください☆

【問い合わせ先】

福祉の森ふれあいフェスティバル実行委員会事務局

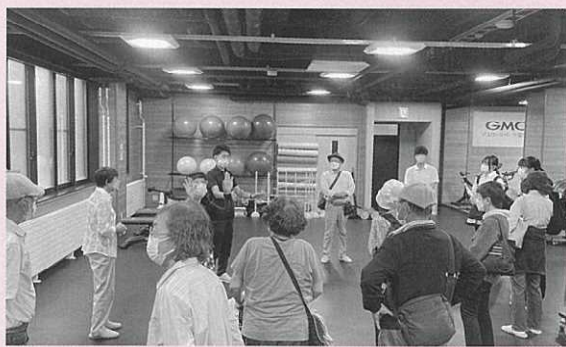
東御市社会福祉協議会 ☎ 62-4455 ✉ chiiki@tomisyakyo.or.jp



写真は昨年の「福祉の森ふれあいフェスティバル」から

地域でボランティア活動を行っている皆さん!!

“ボランティア連絡協議会”はご存知ですか?? ボラ連に参加すると..?



▲ ボラ連主催の「楽しく交流する会」の様子

★ボランティアグループ助成金が受けられます!

年間15,000円の助成金の対象になります(団体のみ)

★各種行事に参加できます!

ふれあいフェスティバル(ボランティア交流イベント)

楽しく交流する会(ボランティア同士の交流)

★研修会への参加ができます!

ボランティアに関する研修などを開催します。

★課題や悩みを共有できます!

ボランティアが集う場面では、情報交換も行えます。

いま、地域で活動をしているグループの皆さんも

“ボランティア連絡協議会への加入”を検討してみませんか♪

ボランティア活動を行う方は、ぜひ「ボランティア活動保険」へご加入ください!!

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中の事故に対する備えとして全国で約200万人が加入しています。安心してボランティア活動ができるように入会することをお勧めします。

◆内 容 ボランティア活動中のケガに対する通院、入院、手術、死亡、賠償責任の補償

※掛け金や補償期間など、詳しくはお問い合わせください。

◆問い合わせ・申し込み 東御市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎ 62-4455



善意をありがとうございます

(令和7年4月、5月 受け付け分 順不同)

山浦 浩隆 様 介護用ベッド1台
 匿名 様 下着2枚、キャラクターグッズ7個
 匿名 様 肌かけ7枚
 匿名 様 ポータブルトイレ1台、パット等

ウエスをありがとうございます

(令和7年4月、5月 受け付け分 順不同)

花づなの会 匿名 様

「フードサポートとうみの縁」(食料支援事業) への ご寄付ありがとうございます

(令和7年4月、5月 受け付け分 順不同)

馬場音一商店様 ファミリーマート東部湯の丸店様
 ファミリーマート和店様 株式会社日東ボタン様
 小宮山丈夫様 高橋修様 余田真輝人様 丸山和躬様
 ほか15人

〈フードサポートとうみの縁(食料支援事業)の利用状況〉

利用された人数 延べ106人
 お渡しした食品 合計1,175個(378kg)
 お渡ししたお米 合計178kg

「ドライフラワーを楽しむ会」
 は開催した作品展の売り上げの
 一部と来場者からの寄付をまと
 め、能登半島地震災害義援金と
 大船渡市赤崎町林野火災義援金
 として、社協を通じて被災地へ
 寄付しました。



▲ドライフラワーを楽しむ会様

～ 男性の料理サロンから ～

【厚揚げの射込み煮】

【材料】(2人分)

・厚揚げ…2枚
 ・ほうれん草…1/2把(100g)

【A】鶏ひき肉…100g
 ねぎのみじん切り…大さじ2
 おろししょうが…小さじ1/2
 酒…大さじ1/2
 塩…小さじ1/3
 片栗粉…大さじ1/2

【B】だし汁…1と1/2カップ

砂糖…大さじ1

酒、みりん、しょうゆ… 各大さじ2と1/2

【水溶き片栗粉】 片栗粉・水 … 各大さじ1

【作り方】

- ① ボウルに A を入れてよく混ぜ、4 等分にする。
- ② 厚揚げはキッチンペーパーで表面を拭きとる。長さを半分に切り、切った断面に切り目を入れ、①を詰める。
- ③ ほうれん草は5cm長さに切り、熱湯で茎、葉の順でさつとゆで、ざるに上げて水気を絞る。
- ④ 鍋に B を入れて煮立て、②を入れる。再び煮立ったら、出てきたアクをとり除き、落とし蓋をして弱めの中火で7～8分、肉に火が通るまで煮る。
- ⑤ 水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、③を加えてさつと煮て、器に盛る。



東御市社協結婚相談所で

通称：NAGANO ai MATCH

「ながの結婚マッチングシステム」

に登録いただけます

どんなサービス??

結婚を希望する18歳以上の独身の方が、システムを使って自宅等でお好きな時間にお相手探しを行うことができます。

※登録には要件等があります。



登録料：10,000 円（2 年間）が必要です。

★女性1年間無料キャンペーン実施中★

※12月末まで



詳しくはお問い合わせください

事務局 東御市社会福祉協議会

☎ 0268 - 62 - 4455



社協のミニイベントよりみなさまへ あったかいぞだより

No.71

暑いときは、水分補給しながら、涼しいお部屋で頭の体操です。

下記の言葉を空欄に入れて、ことわざを完成させましょう。

「鰻・虫・虎・鴨・蝶・蜘蛛・猫・狐・蛇・牛・オウム」

1. () が葱を背負って来る
2. () の寝床
3. () 返し
4. () が好かない
5. () の子を散らす
6. () の威を借る ()
7. () よ花よ
8. やぶ ()
9. () の歩み
10. () の子一匹いない



答え (1. 鴨・2. 鰻・3. オウム・4. 虫・5. 蜘蛛・6. 虎・狐・7. 蝶・8. 蛇・9. 牛・10. 猫)

●編集後記

6月3日、長嶋茂雄・巨人軍終身名誉監督が逝去されました。野球という枠を超えて多くの人に感動と勇気を与え、その姿に支えられた人も多かったことでしょう。長嶋監督のように有名で偉大な存在になることは難しいかもしれませんが、誰かが勇気を持てるきっかけになったり、支えられる存在になれば素敵だなと、改めて思いました。(小野紘彰)