



USATAMA

# 社協うえだ

 No.58

平成 28 年 4 月 1 日

発行 / 社会福祉法人 上田市社会福祉協議会

● TEL 0268-27-2025(代) ● FAX 0268-27-2500  
● 上田市中央三丁目5番1号 ● www.ueda-shakyo.com  
印刷 / 有(大和印刷)



## 主な内容



- 2~3 ● 天神の杜自治会「ふれあいカフェ」、踏入自治会「松寿会」
- 4 ● 地域福祉推進フォーラム
- 5 ● 真田地区福祉推進委員・福祉委員研修会
- 地域福祉経営委員会答申
- 6 ● 上田市社協結婚相談所
- 市民後見人養成講座のオリエンテーション
- 7 ● 子育てひろば 児童館・児童センター
- 8 ● ボランティア学園
- 9 ● こんにちはボランティアさん
- 10 ● ボランティア講座のお知らせ
- 11 ● 募集しています
- 12 ● 善意銀行、無料相談



# ふれあいカフェ



## 地域で子育て 住民の交流スペース

### 住民のつながりを増やす

平成21年に上田J-T跡地に新興住宅地として開発され、およそ380人が暮らしている天神の杜自治会。

上田市出身者、他県からの移住者など様々な方が住んでいます。若い世代が多く、上田市内でも高齢化率の低い自治会です。しかし、近年できた自治会のため、住民同士のつながりが少ないことが課題でした。

そこで若い世代を中心に知り合う機会を増やしてほしいと福祉推進委員の林秀子さんと健康推進委員の島田和子さんが発起人となり、地域住民の交流の場「ふれあいカフェ」を昨年11月に立ち上げました。



子育ての悩みを皆さんで共有



発起人の  
福祉推進委員 林秀子さん(右)と、  
健康推進委員 島田和子さん(左)

### 住民の交流から 新しい取り組みへ

参加者の中心は、日中自宅にいる子育て世代で、子どもと一緒に体操やお菓子作りを行い、交流を通して子育ての悩みを相談する場になっています。子育てが落ち着いた方も参加され、子育てのアドバイスや絵本の読み聞かせを行うことができました。

林秀子さんは「この集まりの中から顔を合わせる機会が増えていき、住民の交流が増えることを期待している。仲良くなった住民同士で今後、違う取り組みを自治会内で作ってほしい。」と話していました。

島田和子さんは「同じ年齢層だけが集まるのではなく、様々な世代が集まり交流する機会を作れたかった。孫を育てるような気持ちで参加できる。」と話していました。



自治会館には住民の方が  
寄付されたベビーベッドが  
設置されています。

### 自治会で新しい取り組みを 積極的に支援していく

天神の杜自治会では、子育て世代の意見を積極的に取り入れています。

自治会長の田澤洋さんは「天神の杜自治会は、新しい自治会のため、住民同士の繋がりを増やしていく事が大切である。住民の意見を積極的に取り入れて、新しい取り組みを沢山行っていきたい。」と話していました。

昨年の10月には住民の意見で地域の子どもたちが仮装し、近くの家を訪れてお菓子をもらう「ハロウィン」を開催しました。

「ふれあいカフェ」参加者の声

- ♪ 若い世代の交流の機会があり助かる。
- ♪ 小さい子供に会うと、自分たちも元気になる。

# 住民主体の地域づくり 協会の



自由な語り合い。  
地域の様子が見えてきます。



## ／<sup>ふみ いり</sup>踏入自治会／ <sup>しょう じゅ かい</sup> **松寿会** 60歳以上の交流の場

興味を持って！楽しんで！  
自分に合った活動に参加

結成から20年以上

老人会が活躍

踏入自治会では、地域住民の交流を図ることを目的とし、松寿会（老人会）が地域住民交流会を毎週木曜日に開催しています。対象は、踏入自治会の60歳以上の住民で、結成から20年以上取り組んでいます。大正琴や書道を行っていた方の活動の機会を増やすために当時の老人会が中心となり結成されました。

第一木曜日は「体操・ニュースポーツ」、第二・

第四木曜日は「歌と大正琴」、第三

木曜日は「墨の芸術を愛する会（書道、水墨画、俳画）」を開催して、興味のある活動に参加できるようにしています。参加者も毎週変わり、地域の様々な方が交流しています。



まつざわ かつお  
松澤運夫さん  
20年以上参加されています。

### 情報交換の場

会の最後にはお茶会があり、地域の情報交換の場になっています。地域の皆さんで声を掛け合って参加しています。友人がいるから参加しやすいと話す参加者もいました。



お茶を飲んで情報交換

### 「松寿会」参加者の声

参加者の荒井千代さんは、「皆に合うと嫌なことも忘れられる。楽しいから20年以上も続いている。」と話していました。  
「松寿会に参加するために、おしゃべりをしていい刺激になってくる。」と話す参加者もいました。



# 地域福祉推進フォーラム



## 地域福祉計画に基づく地域福祉の推進

— 地域福祉計画と災害時住民支え合いマップづくりの関係 —

授から、「地域福祉計画に基づく地域福祉の推進」地域福祉計画と災害時住民支え合いマップづくりの関係」について、話がありました。行政が策定するものを「地域福祉計画」、社会福祉協議会が中心となり住民等の活動・行動を計画したものが「地域福祉活動計画」であり、両計画は「対」をなし、相互に連携することが重要であると述べました。

後半では「住民支え合いマップから見えてきたもの」をテーマに市外を含む3つの自治会から事例発表がありました。

### 神畑自治会 ● 上田地域川辺泉田地区

(人口1,818人/992世帯)

#### 自分達の周りに

#### 要援護者がいる意識づけを行う

平成25年度から災害時要援護者支援班を設置し住民支え合いマップの作成及び更新、調査、関係機関との連絡調整を行っています。

構成は自治会三役、代議員、隣組長、民生委員・児童委員、健康推進委員など総勢74人からなる組織です。

平成26年に起きた長

野県神城断層地震の際、倒壊した家屋の中から閉じ込められた人を住民同士で救助している報道を見て、当時自治会長だった金澤達朗さんが「もしこのよつな災害が起こった

場合、自分たちは何ができるのか。」と感じ、住民支え合いマップの更新作業に力を入れました。

そして、新たな取り組みとして災害時だけでなく日頃から要援護者を見守る「〇〇さんの支援者たち」という支援チームを編成しました。支援チームは、支援者のほか、日ごろ要支援者に関わるサービスマス業者も加わり、隣組単位で支え合う体制を整えています。一人ひとりの支援シートを作成し自治会役員はこのシートで要援護者を把握しています。

### 真田自治会第8班 ● 真田地域

(人口451人/154世帯)

#### 家族リストを住民が共有

真田自治会第8班では、情報共有を積極的に進めています。作業や懇親会などの集まりを通じて信頼関係を深め、「お互いの家族の繋がりが見えたほうがいい。」という住民の意見から、独自で各世帯に記入シートを配り、緊急時連絡先一覧「家族リスト」を作成しました。

家族リストには、同居家族の連絡先の他に別居家族・親族等の連絡先が掲載されており、作成した家族リストは班の全家庭に配布されています。

主任児童委員の宮下俊哉さんは「災害時の近所の所在確認は、普段からの情報共有が大切になってくる。小さい繋がりを深めていく事が、大きな繋がりととなり、マップ作成時に役に立つ。」と話していました。

### 原村・ハツ手区 ● 諏訪郡

(人口519人/181世帯)

#### 防災訓練で助け合いの意識を高める

原村・ハツ手区自治会では、毎年住民支え合いマップを使用して防災訓練を行っています。

防災訓練では、公民館にマップを掲示し、情報の共有を図っています。その結果、助け合いの意識が高まり、住民の半数近くが住民支え合いマップを把握しています。

今後も地域の行事などでマップを活用し、住民全体で情報を共有をしていきたいと思います。



右から/神畑自治会 金澤 達朗さん  
真田自治会第8班 宮下 俊哉さん  
諏訪市原村ハツ手区自治会 津金 省吾さん

フォーラムのまとめとして中島教授は、「住民支え合いマップを作成する際、個人情報がある。その関係を改善するには、近所の力が必要である。地域の関わりや交流を深め、本当の災害時にはマップを使用しないくらいまで地域内の交流を深めることが大切である。マップを作る過程の中でどこに誰がいるのか把握していく事が大切である。」と述べました。

上田市、長野大学、上田市社会福祉協議会が構成する実行委員会主催の「地域福祉推進フォーラム」が2月17日(木)、上田文化会館ホールで開かれ、市内の自治会長、民生・児童委員、福祉推進委員、赤十字奉仕団員等、およそ450人が参加しました。



長野大学社会福祉学部 教授 中島 豊さん

基調講演では、長野大学社会福祉学部の中島教

## 真田地区で福祉推進委員・福祉委員の 合同研修会が開催されました。



マジックバルーン講習会

参加者からは、「楽しみながら  
作品を完成できました。今後も  
このような講習会を地元で開催して  
ほしい。」と意見が出ました。



あやめの殻の手芸講習会

赤い羽根共同募金は福祉推進委員の活動に活用されています。



2月28日(日)真田総合福祉セン  
ターで真田地区福祉推進委員会主催  
の合同研修会が開催され福祉推進委  
員、福祉委員およそ80人が参加しま  
した。

研修の前半は、社会福祉協議会の  
事業説明と、各自治会で取り組まれ  
ている「地域ふれあい事業」の様々  
な活動を紹介しました。

社協からは、地域の特徴を活かし  
た活動を「地域ふれあい事業」に反  
映してほしいとお願いしました。

後半では、各自治会で「いきいき  
サロン」を行う際の参考に、物づく  
り講習会を実施しました。参加者は、  
①マジックバルーン、②あやめの殻  
の手芸、③新聞で小物作り、④折り  
紙、⑤びこり箱作り、⑥古切手でし  
おり作りの6つの講習に分れて受講  
しました。

## 地域福祉経営委員会 答申

上田市社会福祉協議会長から「自治会  
の地域福祉推進」「小泉ふれあいホーム  
の今後の活用方法」「基金、積立金の資  
金運用」に関する諮問を受けて、平成28  
年1月に地域福祉経営委員会が設立され  
ました。

3回の委員会を行い、2月19日に地域  
福祉経営委員会から3項目の諮問に対し  
ての答申が出されました。

### 一 自治会の地域福祉推進について

地域おこしやニーズ把握、新たな支え  
合い、助け合いの仕組みづくりを目的に  
専任の者を配置し、地区社協・支部社協  
及び関係機関と連携協働し、自治会の地  
域福祉を推進されたい。

当面は、モデル地区を定め専任の者を  
配置し、将来的には市内16地区社協への  
配置を検討されたい。

### 二 小泉ふれあいホームの 今後の活用方法について

生きがい対応型デイサービスについて  
は、他の施設でのサービスに移行するよ  
う検討されたい。

ふれあいサロンについては、自治会で  
実施している地域ふれあい事業等への移  
行を検討されたい。

施設および設備を有効活用できるよ  
う、民間等の他事業者に貸付け、譲渡及  
び売却の方法等、施設の転用を検討され  
たい。

### 三 基金、積立金の資金運用について

基金、積立金は、目的並びに目標額を

明確にし、類似する名称の積立金は一本  
化するよう努められたい。

介護保険事業は、その収益を地域福祉  
事業のために有効活用を図られたい。

基金、積立金は、次のとおり活用を図  
られたい。

ア 上田市及び上田市議会に陳情した  
総合福祉センターの建設費等に充  
当できる「総合福祉センター基金」  
の増額を図られたい。

イ 自治会の地域福祉を推進するた  
め、「コーデイネイト機能を有する  
「専任の者」を配置する人件費等  
へ充当されたい。

ウ 介護保険事業を展開する中で、施  
設の老朽化に伴う「デイサービスセ  
ンター」建替え基金や人件費積立、  
減価償却積立金等の新設並びに増  
額を図られたい。

エ 合併後、給料表の一本化を図り運  
用されているが、社会情勢を踏ま  
え職員等の給料の見直しと処遇改  
善を検討されたい。



丸山正明会長(右)に答申をする  
宮本智夫委員長(左)

上田市社協結婚相談所から

登録は出会いの始まりです。

## 上田市社協へ登録しませんか？

信頼と実績のある相談員が、あなたの希望をじっくりお聞きし、ふさわしい方をお探しします。

登録、相談、お見合い、成婚時等、一切無料です。安心してご登録ください。

### 【相談日と相談時間】

- 上田ふれあい福祉センター 毎週水曜日と毎月第2土曜日 10時～15時
  - 丸子ふれあいステーション 毎月8日と第4土曜日 9時～12時
- ※双方の相談所で情報を共有しています。

### 【登録に必要なもの】

- 写真L版2枚（6か月以内で、できれば全身が写っているもの）、印鑑

### 【登録料】

2年間で5,000円

### 【登録条件】

上田市社協の結婚相談への登録が必要です。

## ながの結婚マッチングシステム

現在、上田市ふれあい福祉センターのみの導入です。長野県が母体のネットワークに参加している結婚支援活動を行っている県内の団体のなかで、マッチングシステムへの登録者をパソコンで検索し、広域でお相手をご紹介するシステムです。上記の相談日に行っています。

問い合わせ／上田市社会福祉協議会 TEL 0268-27-2025

## 新緑の菅平高原で、出会いが始まる・・・

お見合い企画

## 高原のフェスティバルを楽しもう!!

6月5日(日)

会場／菅平ホテル 集合10時

(送迎バスあり) 上田城跡公園体育館駐車場…8時50分

上田駅……………9時

※直接行かれる方は、申し込みの際にお申し出ください。

- 対象者 45歳までの男女  
(男性は上田市内在住、在勤の方を優先します。)
- 応募定員 男女各15人
- 参加費 男性／4,000円 女性／3,000円
- 申込締切 定員になり次第締切ります。
- 申し込み・問い合わせ 上田市社会福祉協議会  
TEL 0268-27-2025

受講料  
無料

定員  
30人

## 「市民後見人養成講座」のオリエンテーション

上小圏域成年後見支援センターでは、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が十分ではない方々の生活を身近な立場で支援する「市民後見人」の養成を行っています。

この講座に先立ち、「成年後見制度ってどんな制度?」「市民後見人はどんなことをするの?」「サポート体制はあるの?」などの疑問、質問にお答えする説明会を下記の日程で行います。

関心のある方は、ぜひご参加ください。

- 日時 6月30日(木) 13時30分～15時
- 場所 上田市文化センター内 中央公民館 2階 第1会議室
- 対象者 上田市・東御市・長和町・青木村に在住の方

※「市民後見人養成講座」の受講には、このオリエンテーション参加が必須要件になります。

- 申し込み・問い合わせ 上田市社会福祉協議会内 上小圏域成年後見支援センター TEL 0268-27-2091

### 市民後見人とは

家庭裁判所から成年後見人等として選任された一般市民のことです。

地域において、第三者後見人の立場で、市民としての特性を活かし、「地域で判断能力が十分でない方を支え、権利を守る」社会貢献活動の担い手です。

# 社協が運営しています

## 未就園児の親子の交流の場

### 子育てひろば

“子育てに不安があっても身近に相談できる人がいない”など、ひとりで悩んでいたなら、ぜひ一度子どもと一緒に「子育てひろば」へ出かけてみませんか？

「子育てひろば」は、子どもを遊ばせながらお母さん同士が交流し、情報交換ができる場所です。専属の職員が、悩みを聞いたりアドバイスもしています。

また、毎月親子で楽しめるさまざまなイベントを企画しています。利用料は無料です。お気軽にご利用ください。



- ◆大星児童センター 子育てひろば / TEL27-5610  
火・木・金 / 9時30分～12時30分
- ◆神科児童センター 子育てひろば / TEL25-2055  
火・水・木 / 9時30分～12時30分
- ◆東塩田児童センター 子育てひろば / TEL38-9150  
月・火・水 / 9時30分～12時30分
- ◆清明児童クラブ 子育てひろば / TEL080-1393-0445  
月・水・金 / 9時30分～14時30分

※開催日が祝祭日の場合は、平日振替開催します。

## 放課後や休校日の安心で安全な遊び場

### 児童館・児童センター

各館では、充実した遊びや運動が楽しめるよう、年間を通してさまざまな取り組みをしています。

また、小学校から直接来館する下校途中の利用もできます。利用料は無料です。地域の方、中学生、高校生の方もどうぞご利用ください。



月曜日～金曜日 13時～18時 / 土曜日 9時～18時

※学校の休校日等に合わせ、開館時間が異なる場合があります。

- ◆神川児童センター TEL21-1156
- ◆川辺町児童センター TEL25-2945
- ◆秋和児童センター TEL25-6011
- ◆東塩田児童センター TEL38-9150
- ◆大星児童センター TEL27-5610
- ◆神科児童センター TEL25-2055
- ◆朝日が丘児童館 TEL25-0849
- ◆緑が丘児童館 TEL25-0444
- ◆下丸子児童館 TEL42-0033

※下丸子児童館は、他の児童館、児童センターと開館時間が異なりますのでご確認ください。

## 子育て支援事業

### パパのベビーダンス & ママの骨盤ヨガを開催

参加料  
無料

- 日 時 / 5月14日(土) 10時～11時30分
- 場 所 / 丸子ふれあいステーション 3階
- 募集人数 / 20組(首がすわった頃から1歳くらいの赤ちゃんと夫婦)
- 持ち物 / 抱っこひも(スリング以外)、親子の飲み物、汗拭きタオル
- 申込締切 / 5月6日(金) ※定員になり次第締め切り

- 申し込み・問い合わせ  
上田市社会福祉協議会丸子地区センター  
TEL42-0033 FAX42-0034

### パパのベビーダンス

スキンシップしながらエクササイズ

抱っこしながら運動できるベビーダンスで  
パパの育児参加を応援します。

また、最近運動不足気味の方にお勧めです！

- 講師 / 山本 美枝 さん  
ベビーダンス協会インストラクター

### ママの骨盤ヨガ

産後の心と体を整えます

産後の体型が気になるママ  
育児、家事でストレスがたまっているママ  
パパが赤ちゃんと一緒にベビーダンスをしている間、  
ママはヨガタイムでリフレッシュしましょう！

- 講師 / 玉木 博枝 さん  
アタッチメントヨガインストラクター

# 平成28年度 ボランティア学園

**受講生募集**

ボランティア活動の基礎的な知識や技能が学べる講座です。  
「ボランティアについて知りたい」「ボランティアを始めたい」と思っている方、はじめの一步を踏み出してみませんか。ボランティア活動をとおして地域や社会で活躍する場や人の輪が広がり、これからの生活に楽しみも広がります。

興味のある方、ぜひ受講してみませんか。

1	5月19日(木)	<b>開校式 オリエンテーション</b> ●「ようこそボランティア学園へ」講師/上田市社会福祉協議会真田地区センター長 ●「ボランティア活動について」講師/上田市社会福祉協議会上田ボランティア地域活動センター所長 ●切手整理のボランティア活動と古切手を使ってしおり作り 講師/上田市社会福祉協議会職員
2	6月2日(木)	<b>傾聴 「人の話を聴くということ」</b> 講師/チャイルドライン上田 研修委員長 松崎 礼子さん
3	6月16日(木)	<b>高齢者総合福祉施設見学と施設ボランティアについて学ぶ</b> 講師/特別養護老人施設 アザリアンさなだ職員
4	6月30日(木)	<b>知的障害者生活施設見学とボランティア活動について学ぶ</b> 講師/ライフステージかりがね職員
5	7月14日(木)	<b>これからボランティア活動をする方に感じてほしいこと</b> 講師/かりがね福祉会 理事長 おもちゃ図書館「くるくるさなだ」代表 小林 彰さん
6	7月19日(火)～ 7月29日(金) の間で都合の良い日	<b>真田地域 施設等でのボランティア活動</b>
7	8月4日(木)	<b>認知症サポーター養成講座</b> 認知症について正しく理解し、やさしい地域とは何か考えてみましょう。 講師/真田地域包括支援センター職員
8	8月18日(木)	<b>視覚障がい者の理解と支援の方法を学ぶ</b> 講師/理学療法士 古川 正雄さん <b>アイマスク体験</b> 講師/ボランティア・上田市社会福祉協議会職員
9	9月1日(木)	<b>高齢者を理解する</b> 高齢者疑似体験 講師/上田市社会福祉協議会職員 車いすの扱い方と体験 講師/上田市社会福祉協議会職員
10	9月15日(木)	<b>本の読み聞かせ体験 (学校ボランティア活動)</b> 講師/絵本のベンチ管理人、元信越放送アナウンサー 田中 明子さん <b>閉校式 修了証書授与</b>



定員  
20人

- 会場/真田総合福祉センター 他
- 時間/13時30分～15時30分(2時間)
- 参加費/無料(講座によっては実費負担有)
- 保険代/300円(上田市在住の方に限り半額補助)
- 申込締切/4月28日(木)
- 申し込み・問い合わせ/真田ボランティア地域活動センター  
TEL 72-2998 FAX 71-5740
- \*基本的には全講座受講してください。



# こんにちはボランティアさん

日ごろ、ボランティア活動で活躍の皆さんを紹介します。



## 佐々木史甫子さん「ボランタール21」



子どもと遊ぶ佐々木さん（写真右）

小さい子どもが大好きで、大星子育てひろばでのボランティア活動を始めた佐々木さん。

今年で16年目を迎えます。

取材に伺った日も親子で遊びにきていた方々に声をかけ、一緒に遊び、ご自身も楽しんでいる様子がよくわかりました。「これからも楽しんでボランティアを続けていきます。」と話されていました。

佐々木さんは、ボランティアグループ「ボランタール21」に所属され、地域や学校の福祉体験ボランティアなどでも活躍されています。

## 上田城クリーンアップクラブ

毎月第1、第3日曜日に上田城跡公園でゴミ拾いのボランティア活動をしています。

東京から上田に移住してきた友人同士が、数年ぶりに上田城跡公園を訪れた際、ごみの多さが気になり、グループを結成し活動を始めました。今年で11年目を迎えます。

主に捨てられているゴミは、煙草、空き缶、ペットボトル、ガラスの破片などです。

NHK大河ドラマ「真田丸」の影響で、連日観光客が沢山訪れています。皆さんに気持ち良く上田城跡公園を散策してもらえるように、仲間を増やして活動していきたいと話されていました。

一緒に活動を希望される方は、上田ボランティア地域活動センターまでご連絡ください。



上田城跡公園  
バスケットコート内に捨てられていたゴミ

## 福祉移送サービス

社協では、お一人でバスやタクシー等の公共交通機関の利用が困難な方を対象とした福祉移送サービスを行っています。現在、このサービスの運転に協力していただける協力員を募集します。協力員には、車いすに乗ったまま乗降できるスロープ付きの福祉車両で目的地まで運転と乗降の補助をしていただきます。



## 運転協力員を募集しています

### 募集要件

- 市内在住で自動車の2種免許または普通免許をお持ちの方（普通免許のみの方は所定の講習を受けていただきます。）
  - 概ね65歳までの心身ともに健康で、福祉に理解と熱意のある方
- ※詳細については各地区センターへお問い合わせください

### 福祉移送サービスの運転協力員の声

- ＊母の介護で早期退職し、介護と両立できると思い運転協力員を始めました。福祉のことは介護に関わって初めて知ることが多いですね。コミュニケーションは、現役時代の営業マンとしての経験も生かしていると思っています。 **(60代男性・上田地区)**
- ＊協力員になってもう10年になりますが、頼られることが嬉しく、無理なく続けられています。 **(50代女性・真田地区)**
- ＊身内が車いすを利用しているため、このサービスを利用しておりとても助かっています。他の利用者の方の手助けができればと思い協力しています。 **(60代男性・真田地区)**

# 園芸福祉養成講座

～園芸を通して福祉の活動をしてみませんか～

定員  
20人

地域や施設で園芸活動を行うボランティアを募集します。  
植物を栽培しながら仲間を作り、楽しみや喜びを共有しませんか。



こけ玉

## 園芸福祉ってどんなこと？ 「こけ玉」作り

- 日時／5月19日(木) 13:30～15:30
- 会場／上田市ふれあい福祉センター 2階  
日常生活訓練室

## オリエンテーション 「芝ぼうず」作り

- 日時／6月2日(木) 13:30～15:30
- 会場／上田市ふれあい福祉センター 2階  
大会議室



芝ぼうず

- 講師／園芸福祉グリーンドア 黒澤 朝雄さん
- 参加費／300円
- 受講要件／原則、全日程に参加できる方で、受講後は「園芸福祉グリーンドア」に入会し、ボランティアとして活動していただきます。
- 申し込み・問い合わせ／上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629

# ボランティア活動保険について

ボランティア活動中の事故によるケガや損害賠償責任を補償します

保険金をお支払いする  
主な例



### 賠償責任の補償

家事援助ボランティア活動で清掃中、誤って花びんを落としてこわした。



自転車でボランティア活動に向かう途中、誤って他人にケガをさせた。



### ケガの補償



清掃ボランティア活動中、転んでケガをして通院した。



ボランティア活動に向かう途中、交通事故にあって亡くなられた。



活動中、食べた弁当でボランティア自身が食中毒になって入院した。

1 補償期間／加入申込の翌日から平成29年3月31日まで

2 保険料／保険料は右表のとおり

3 持ち物／・印鑑

- ・団体加入の場合は名簿  
(住所・氏名・TEL・年代) 添付

4 注意事項／・保険加入には、社協ボランティア地域活動センターへの登録が必要です。

- ・複数の団体に所属している方は、いずれか一箇所で加入手続きをすれば、他の団体における活動についても補償されます。

加入タイプ		保険料
基本タイプ	A	300円
	B	450円
天災タイプ	天災A	430円
	天災B	650円

問い合わせ／上田・丸子・真田・武石ボランティア地域活動センターへ

## 男性ボランティア

### コーヒー講座フォローアップ研修

今日からあなたも珈琲マスター!

●日時 / 4月27日(水)  
10時~12時

●場所

丸子ボランティア地域活動センター

●申込締切 / 4月22日(金)

●申し込み・問い合わせ

丸子ボランティア地域活動センター  
TEL43-2566

コーヒーに興味のある男性の方は、ぜひご参加ください。



## 桜の下で野外活動

桜の花を見ながら、話しに花を咲かせよう!

●日時 / 4月16日(土) 10時~13時

●場所 / 中丸子親水広場 小雨実行

(小雨の場合は「ふれあいハウスやまびこ」にて野外食作りを行います。)

●参加費 / 200円(野外食の材料代)

●参加者 / 野外活動に興味のある方。どなたでも!

●申込締切 / 4月13日(水)

●申し込み・問い合わせ

丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566

ボランティアを募集しています

上田

■さくらんぼちゃん(多胎児の会)交流会(託児のボランティア)

日時 / 5月8日(日)

10時15分~11時30分

場所 / ひとまちげんき健康プラザ  
持ち物 / エプロン

丸子

■特別養護老人ホームしおがわ敬老園

・折り紙、貼り絵、工作、手芸、書道などを利用者と一緒に楽しんでくださる方

日時 / 10時~11時・14時~15時

曜日は相談に応じます。

仲間を募集しています

■ナチュラルストクラブうた

塩田運動公園の花壇の整備や、東山のトレッキングコースの整備を行う男性グループです。

森林浴をしながら楽しく気の合う仲間と活動しませんか?

申し込み・問い合わせ

上田ボランティア地域活動センター

TEL25・2629

■フラワールンジメントHANA

高齢者施設で利用者さんと一緒にお花を活けてみませんか?

現在4施設に月に一度訪問しています。

申し込み・問い合わせ

TEL090・98852・3699(内田)

ゆずりしてください

■丸子モチーフの会

不用になった毛糸をお寄せください。毛糸でモチーフを編み、繋ぎ合せてひざ掛けを作り、高齢者や独り暮らしの方々にプレゼントしています。

問い合わせ

丸子ボランティア地域活動センター  
TEL43・2566

募集

上田市ボランティア地域活動センター  
運営委員を募集します。

ボランティア地域活動センター事業の充実に向けて一緒に考えてみませんか。

◆募集人数 / 2人

◆応募資格(次のすべてに該当する方)

①市内にお住まいの18歳以上の方

②ボランティア活動を積極的に行っている、または興味関心がある方

③年数回の運営委員会(主に平日に開催)に出席が可能な方

◆応募方法 / 所定の応募用紙にご記入の上、郵送またはFAXにてお申込みください。(応募用紙は社協窓口またはホームページに掲載)

◆申込期限 / 4月22日(金)まで

◆選出方法 / 応募申込書に基づき選考させていただきます。なお必要に応じてお話しをお伺いさせていただきます。

※詳細は社協ホームページをご覧ください。

ただ、お問い合わせください。

問い合わせ TEL25・2629

### ボランティア地域活動センター問い合わせ

- 上田 / 〒386-0012 上田市中央3-5-1  
TEL 25-2629 FAX 27-2500
- 丸子 / 〒386-0404 上田市上丸子1600-1  
TEL 43-2566 FAX (TEL兼用)
- 真田 / 〒386-2201 上田市真田町長7190  
TEL 72-2998 FAX 71-5740
- 武石 / 〒386-0503 上田市下武石771-1  
TEL 85-2466 FAX 85-2471



USATAMA

おゆずりします

■E-キャップの会

闘病生活をおくるガン患者の方が少しでも快適に、笑顔で過ごせるよう、会で手作りしたタオルの帽子をおゆずりします。

ご希望の方は連絡ください。

問い合わせ  
丸子ボランティア地域活動センター  
TEL 43・2566

- 匿名様 ..... 毛布3枚
- 特定非営利活動法人 やまぼうし自然学校様 ..... お米100kg (指定寄付 / 原峠保養園へ)
- 匿名様 ..... 23,328円
- 元真田三代語り部の会 昌幸様 ..... 29,320円 (指定寄付 / 原峠保養園へ)
- 上田友の会様 ..... 20,889円
- 竹の会様 ..... 30,000円 (指定寄付 / 茨城県常総市へ)
- 上田市立塩田西小学校児童会様 ..... 7,942円 (指定寄付 / 茨城県常総市へ)
- 新田長生会サロンこすもす様 (指定寄付 / 上田ボランティア地域活動センターへ)  
..... 未使用切手・未使用はがき・書き損じはがき3,217円分
- 上田西ロータリークラブ様 ..... 35,500円
- インマヌエル上田キリスト教会様 ..... 60,000円
- 美し信州建設(株)様 ..... トイレ用背もたれ付手すり1台
- トラスコ中山(株)上田支店様 ..... タオル52枚
- 堀内 吉孝様 ..... 座布団30枚 (指定寄付 / 高齢者福祉センターへ)
- 上田市丸子赤十字奉仕団・上田市連合婦人会 (丸子) 様  
視覚障がい体験ゴーグル11点 (指定寄付 / 丸子ボランティア地域活動センターへ)
- 匿名様 ..... 紙おむつ1袋・尿取りパット1袋・プラスチック製手袋1箱・  
防水シーツ1袋・衣類 (未使用) 1枚
- 第32期シニア大学OB会「かがやきの会」様 ..... 42,000円
- 大沢 勇様 ..... エンシュア3ケース
- 匿名様 ..... 車いす1台・紙おむつ1袋
- 神川小学校児童会リサイクル広報委員会様 ..... シルバーカー1台・体重計1台  
(指定寄付 / 神川デイサービスセンターへ)



**今月の表紙**

出会いと別れの季節。新田育成会第4支部の卒業生の皆さん。この日は、地区の送別会があり小学校6年間の思い出を一人ずつ発表していました。春からの中学校生活にたくさんの希望を持って巣立っていきます。

- 【左上】 新田育成会第4支部  
北小学校卒業生の皆さん
- 【右上】 山中 良介くん(3歳)  
“子育てひろば”に遊びに来ている山中良介くん
- 【左下】 若月 文恵さん  
奏葉ちゃん(1歳5か月)  
天神の社のふれあいカフェに遊びに来ている親子
- 【右下】 小林 尚子さん 小林 一郎さん  
竹内 明美さん  
武石地区 農家レストラン「里の食」の皆さん

## 社協のオリジナルせんべい

社協のオリジナルキャラクター“うさたま”をかたどった瓦せんべいです。うさたまは2016年1月から「真田丸応援団」に仲間入りしました。大河ドラマ「真田丸」の主人公「真田信繁(幸村)」をモチーフにしたデザインで販売中。地域の集まりや家族のお土産にご利用ください。社協各地区センター窓口、高齢者福祉センター等で販売します。売り上げの一部は、地域福祉向上のために活用させていただきます。

12枚入り / 定価600円(税込) 4枚入り / 定価270円(税込)



## 社協の無料相談 <4月・5月>

※相談日は都合により変更になる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

内 容	日 時	場 所
心配ごと相談	毎週月曜日～金曜日 午前9時～午後4時	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080 丸子ふれあいステーション TEL 42-0033 真田総合福祉センター TEL 72-2998 武石地区センター TEL 85-2466
結 婚 相 談	毎週水曜日 午前10時～午後3時 毎月第2土曜日	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080 ※相談日以外の問い合わせは TEL 27-2025
	毎月8日 午前9時～正午 毎月第4土曜日 ※受付 11時30分まで	丸子ふれあいステーション TEL 42-0033
法 律 相 談 ※要予約	4月16日(土) 午前10時～正午	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080
	4月27日(水) 午後1時30分～午後3時30分	丸子ふれあいステーション TEL 42-0033
	5月21日(土) 午前10時～正午	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080

ご意見をお寄せください。 「社協うえだ」へのご意見、ご感想、また、福祉事業に関する要望などお寄せください。宛先は、下記の各地区センターまたは総務・企画係広報担当(上田地区センターと同じ)まで。

- 上田地区センター 〒386-0012 上田市中央3-5-1 (上田市ふれあい福祉センター内) TEL 27-2025 FAX 27-2500
- 丸子地区センター 〒386-0404 上田市上丸子1600-1 (丸子ふれあいステーション2階) TEL 42-0033 FAX 42-0034
- 真田地区センター 〒386-2201 上田市真田町長7190 (真田総合福祉センター) TEL 72-2998 FAX 71-5740
- 武石地区センター 〒386-0503 上田市下武石771-1 (武石デイサービスセンター「やすらぎ」内) TEL 85-2466 FAX 85-2471