



USATAMA

# 社協うえだ

 No.59

平成 28 年 6 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 ● 平成28年度事業計画及び予算
- 4 ● 「社協お結びサポーター」・家計支援事業
- 5 ● 平成28年度 会費納入のお願い
- 6 ● 社協職員の紹介・リフレッシュ事業のお知らせ
- 7 ● 出前講座
  - 子育て支援事業のお知らせ (丸子地区)
- 8 ● ボランティア学園
  - サマーチャレンジボランティア3地区
- 9 ● ちょこっとボランティア
  - 〈切手整理にきませんか〉
- 10~11 ● 募集しています・防災講座
- 12 ● 善意銀行・無料相談



# 平成28年度 上田市社会福祉協議会 事業計画 及び 予算



## 時代が生み出す課題と ニーズに対応し、支え合いの 仕組みづくりを目指していきます。

近年、社会福祉を取り巻く環境が大きく変化してきているなか、上田市社会福祉協議会は、時代の変化に対応する事業の展開を図るとともに、地域の支え合いの基盤づくりを力を入れてきました。

「あったかい 心あふれる 協働のまち」を行動指針とし、今後も時代が生み出す課題とニーズを敏感に捉え、より個人に寄り添った個別支援に努め、常に進化を遂げる存在価値の高い社会福祉法人を目指していきます。

### 目 標

- 1 モデル地域における「社協お結びサポーター」の配置
- 2 地域と連携した住民支え合いマップづくりの推進と効果的な活用
- 3 ご用聞きサービス事業を中心とした支え合い活動の推進
- 4 全市に拡大した地区社協組織の充実と小地域ネットワークの推進
- 5 第二次地域福祉計画及び第二次地域福祉活動計画に基づいた地域福祉の推進
- 6 全ての事業に「社協らしさ」を活かした活動の展開
- 7 生活困窮をはじめとする深刻な生活課題の解決や孤立防止に向けた支援の強化
- 8 地域包括支援センターの運営の充実
- 9 介護保険事業の経営安定とサービスの充実
- 10 上小圏域成年後見支援センターによる制度の周知と啓発
- 11 職員に社協の理念を明確に伝え、モチベーションの向上を図るための人事考課制度の充実
- 12 あらゆる世代の社会参加を促進し、生きがい活動と居場所づくりの活性化

## 主な事業を紹介します

### 地域福祉推進体制と住民参加 による地域づくりの推進

- 地域ふれあい事業の推進と充実
- 希望の旅事業の実施
- 小地域ネットワークづくりの推進
- 福祉推進委員・福祉委員制度の充実
- 地域包括支援センターとの連携
- 住民支え合いマップづくりの推進と効果的な活用
- ご用聞きサービス事業の充実
- 福祉移送サービス事業の推進
- 福祉サービスに関する苦情解決の推進
- 福祉用具短期貸出事業（無償）の実施
- 介護予防・生活支援事業の充実
- 生きがい対応サービスの実施
- 高齢者住宅等安心確保事業の実施
- みまもり・声かけ訪問事業の推進
- ふれあいバス運行事業の実施
- 在宅介護者リフレッシュ事業の実施
- 小泉ふれあいホームの新たな活用
- モデル地域における「社協お結びサポーター」の配置

### 幅広い生活課題に対応する 生活支援事業

- 日常生活自立支援事業の推進
- 金銭管理・財産保全事業の推進
- まいさぼ上田、生活就労支援センター（生活困窮者自立相談支援事業・生活困窮者家計相談支援事業）
- 上小圏域成年後見支援センター事業の普及と啓発
- 市民後見人の育成と支援

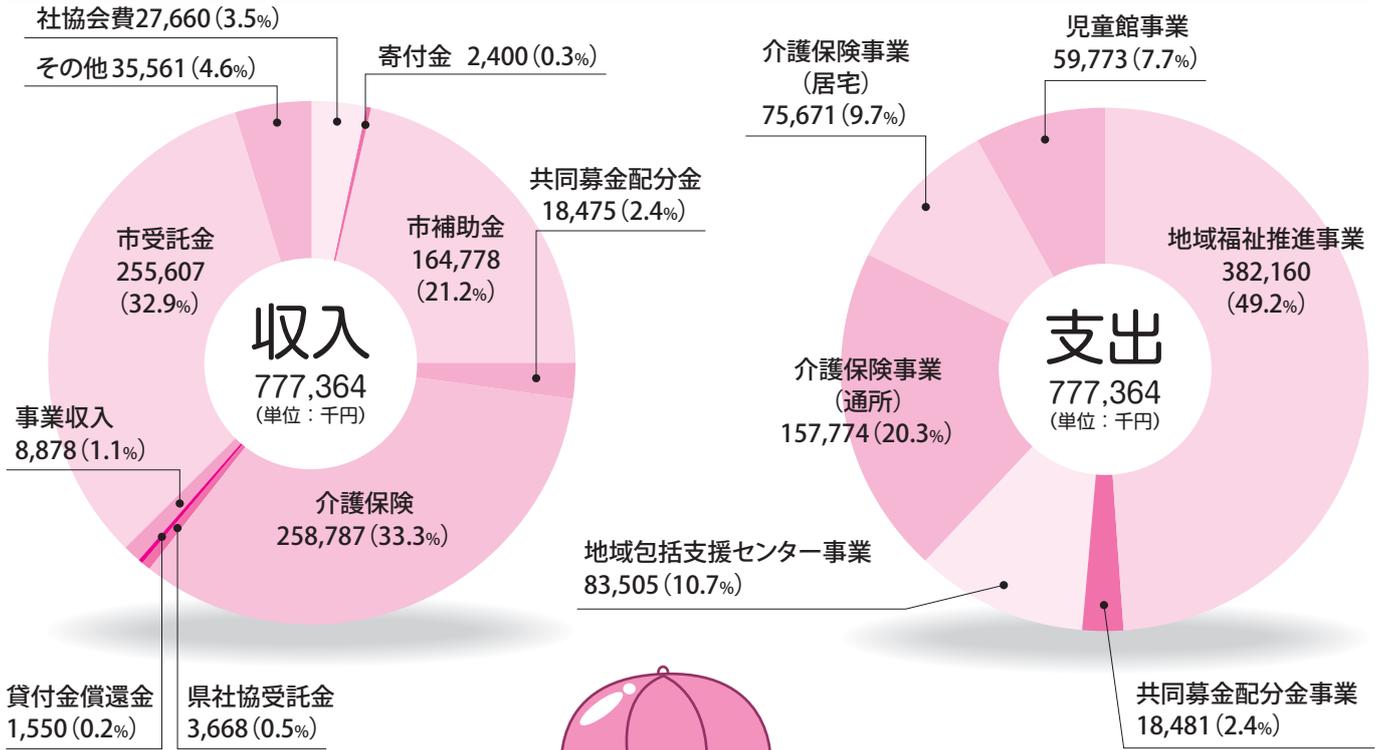
### 福祉教育・ボランティア活動

- ボランティア地域活動センター及びコーティネット機能の充実
- 災害救援ボランティアセンター機能の充実・強化
- 福祉教育の推進によるボランティア活動への参加促進
- 地域で活躍するボランティアの発掘育成
- ボランティア地域活動センターの情報発信 提供活動の充実
- ボランティア連絡協議会組織の充実
- ボランティア地域活動センター運営委員会の充実
- 各種ボランティア講座の開催
- 社会福祉普及校との連携強化（連絡会の開催等）
- 多文化共生の地域づくり（上田市多文化共生推進協会との連携）
- 東日本大震災の市内避難者の支援活動の推進
- 大学、短大、専門学校等との連携による学生の地域活動への参加促進

### 健全育成のための子育て支援事業

- 児童館・児童センター管理運営事業（9館）
- 要支援児童の受入と援助
- ファミリーサポートセンター事業の推進
- チャイルドラインへの支援
- 地域子育て支援拠点事業（連携型、一般型）

# 平成28年度 予算概要



## 組織の基礎強化と

### 組織活動の充実

- 理事会、評議員会の開催
- 行政機関、福祉関係団体等との連携強化
- 自治会長、民生委員・児童委員、福祉推進委員との連携強化
- 地区社協、支部社協組織の充実
- 長野大学との連携強化
- 社協会員の加入促進と団体会員・法人会員の拡大
- 上田市社会福祉大会の開催、各種研修会、大会等への参加
- 職員の資質向上に向けた資格取得の促進や各種研修会の開催及び参加
- 事業充実、基盤強化のための自主財源確保への取り組み
- 上田市高齢者クラブ連合会及び上田地域福寿クラブ連合会事務局の運営
- 広報紙「社協つえだ」の発行
- インターネットなどの各種マスメディアも活用し、より多くの市民にいち早くわかりやすい福祉情報の提供
- エンディングノート「絆」の普及と啓発（講座の開催）
- アンケート調査等による住民ニーズの把握・研究
- 社協PRの充実拡大（ホームページの充実等）
- 社協イメージキャラクター「うさたま」グッズ作成・販売
- パンフレット等の作成による啓発活動の充実

## 施設の管理運営

- 高齢者福祉センター管理事業
- 高齢者学園事業の開催
- 高齢者文化祭事業の開催
- 高齢者初級パソコン教室の開催
- 老人福祉センター管理事業（3館）
- ふれあい福祉センターの管理運営
- 真田総合福祉センターの管理運営
- 長瀬市民センターの管理運営
- 真田地域活動支援センターの管理運営

## 共同募金配分金事業

- 各種団体への助成
- 高齢者・障がい児者・児童青少年・住民全般の福祉活動、ボランティア活動の推進
- 地域福祉交流事業の推進
- 地域の寄付文化の醸成及び募金増強等市民からの寄付等の拡大

## 総合的な介護予防相談・介護保険事業

- 地域包括支援センター事業（4ヶ所）
- 通所介護支援事業（ライサービスセンター）の充実（3ヶ所）
- 居宅介護支援事業（ケアマネジメン）の充実（3ヶ所）

## 総合的な相談事業・各種貸付金事業

- 心配ごと相談事業
- 結婚相談事業（お見合い企画の開催、なかの結婚マッチングシステムの活用）
- 法律相談事業
- 生活福祉資金貸付事業
- たすけあい資金貸付事業

# 『社協お結びサポーター』が誕生！

少子高齢に象徴される人口構造の変化から、地域社会の中では、さまざまな福祉課題が顕在化しています。今後ますます必要とされる住民同士によるふれあい、支え合いの仕組みづくりをお手伝いするために、今年度3地区（丸子・真田・武石）をモデル地区に定め、「社協お結びサポーター」を配置します。

まずは各自治会で取り組んでいる「地域ふれあい事業」等の充実を図るため、住民の皆さんと一緒に考え、行動していきます。

## …社協お結びサポーターの役割…

地域のニーズはなにか、どんなサービスが必要かを一緒に考え、地域の住民と社会資源とを結びつけるお手伝いをします。



## “まいさぼ上田” 上田市生活就労支援センター

平成28年4月から家計相談支援事業が新たに始まりました。

家計のやりくり困っていませんか？

たとえば……

税金や家賃の滞納で困っている



家計の管理ができなくて困っている

借金問題で悩んでいる

### 家計を再生するために… ～家計相談支援事業～

社協では、家計のやりくりがうまくいかず、生活にお困りの方を対象に、家計相談を行っています。ご相談者と共に毎月の収入と支出の内訳を把握し、一緒に考えながら自立した生活ができることを目指した相談支援を行っています。

本事業は生活困窮者自立支援事業の一環です。事業の利用にあたっては“まいさぼ上田”までご相談ください。なお、この事業は家計再生に向けたサポートを行うもので、金銭管理は相談者ご本人にさせていただきます。

まいさぼ上田(上田市生活就労支援センター) TEL 71-5552

相談日時/月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)9時から17時まで



自治会主催の高齢者健康教室の様子

# 平成28年度の会費納入をお願いいたします。

## 社協会費は地域福祉の基盤です。

**普通会費**

年額 一口 …… 500円

市内の全世帯が対象です。  
※ご賛同いただける方は、  
2口1,000円をお願いします。

**特別会費**

年額 一口 …… 1,000円

個人で、社協事業に賛同して  
くださる方が対象です。

**団体会費**

年額 一口 …… 1,000円

団体や施設で、社協事業に賛同して  
くださる方が対象です。

**法人会費**

年額 一口 …… 5,000円

企業・事業所で社協事業に賛同してくだ  
さる方が対象です。

普通会費、特別会費は、自治会を通してお願いをしています。  
なお、各地区社協の活動費として、普通会費納入額の15%を、還元しています。



USATAMA

社協は「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を使命とし、住民の皆さまと共に地域の課題解決に向けて取り組んでいます。

福祉課題は公的な福祉サービスだけでは解決できないことがたくさんあります。そこで住民の皆さまによる福祉活動、「住民相互の支え合い」が不可欠です。

社協会費の会員制度は、住民一人ひとりが福祉に関心を持ち、積極的に地域の福祉活動に参加していただくことを目的としています。

皆さまからの会費は、貴重な財源として、地域へ大きな役割を果たしています。

更なるご理解とご協力をお願いします。



高齢者施設等で活躍するハンドマッサージボランティア養成講座



災害救援ボランティアセンター立ち上げ訓練



自治会役員による住民支え合いマップ確認の様子

## 上田市社会福祉協議会職員の紹介

人事異動に伴い、新年度から新たな事務局体制で事業がスタートしました。総勢173人が、より身近な存在として、市民の皆さまと一緒に地域福祉を推進してまいります。どうぞよろしくお祈りします。

事務局長	宮之上孝司		
<b>▶総務課</b>		<b>▶介護サービス課</b>	
総務課長	堀内 孝子	介護サービス課長	蒔田富美子
総務課長補佐（兼 経理係長）	荻原 宏樹	介護サービス課長補佐	辻 美奈子
総務・企画係長	武田みさき	（兼 丸子介護相談センター所長）	
<b>▶上田地区センター</b>		神川介護相談センター所長	寺島 隆子
上田地区センター長	高橋 義幸	神川デイサービスセンター所長	関本 武人
（兼 地域福祉推進課長 兼 生活支援課長）		中央デイサービスセンター所長	芹沢まゆ美
地域福祉推進課長補佐	笠原 邦正		
（兼 コミュニティソーシャルワーカー・地域福祉係長）		<b>▶丸子地区センター</b>	
（兼 上田ボランティア地域活動センター所長）		丸子地区センター長	丸山登志一
（兼 生活支援課長補佐 兼 生活支援係長）		地域福祉係長	滝澤 共子
神川地域包括支援センター所長	山口 孝司	丸子ボランティア地域活動センター所長	清水寿美子
高齢者福祉センター所長	内田 守彦	丸子地域包括支援センター所長	市川 明美
“まいさぼ上田” 上田市生活就労支援センター所長			
	細川 裕夫	<b>▶真田地区センター</b>	
上小圏域成年後見支援センター所長	友野 民望	真田地区センター長	笠原 茂正
		地域福祉係長	堀内 伸之
<b>▶児童館・児童センター</b>		<b>▶武石地区センター</b>	
児童センター長	若林恵利子	武石地区センター長	篠原 俊夫
		武石デイサービスセンター所長	黒木 卓子
		武石地域包括支援センター所長	花岡 薫

※紙面の都合上、係長以上の職員を掲載しております。

## 在宅介護者リフレッシュ事業のお知らせ

日頃、在宅で介護をされている方々が、旅行を通して心身の疲れを癒して  
いただくと共に、介護者同士の交流を図ることを目的とし実施しています。

泊まりの旅行については10月末に実施する予定です。

詳しい内容については次号（8月号）でお知らせします。



今年度も在宅の重度障がいの方を対象にした1泊2日の旅行を実施します。  
参加には介助者同伴でお申込みいただくようお願いします。  
募集詳細については次号（8月号）でお知らせします。





## 社協職員がお伺いします!!

- **申込み方法** / TEL 27-2025  
開催希望日の2週間以上前に上田市社会福祉協議会までご連絡ください。  
(都合によりご希望に添えない場合もございます。)  
※開催日が決まりましたら、当日の進行等の詳細について打ち合わせをお願いします。
- **料金** / 無料 (材料費などは実費分をいただきます。)

	講座名	内容
1	上田市社会福祉協議会の組織と仕事	組織と各種事業の概要について
2	上田市地域福祉活動計画について	第二次の上田市地域福祉活動計画の概要について
3	地域ふれあい事業について	地域ふれあい事業の概要、取り組み事例の紹介など
4	住民支え合いマップについて	住民支え合いマップの作成や活用方法について
5	有償在宅福祉サービスについて	ご用聞きサービス事業、福祉移送サービス事業について
6	成年後見制度について	障がい者や高齢者の権利や財産を守るための制度について
7	エンディングノートについて	エンディングノートの書き方や内容について
8	ボランティア活動について	活動事例の紹介など
9	障がいのある人の理解と体験	車いすやアイマスク、高齢者疑似体験などを行います。
10	いきいき体操	介護予防体操 (座りながらでもできる簡単な体操もあります。)
11	タオル犬作り	タオルを使って犬の置物を作ります。縫わずに作れるのでお子さんと一緒でも大丈夫です。
12	介護保険制度について	介護保険制度の概要について
13	赤い羽根の共同募金について	共同募金の概要、申請方法など
14	うさたまの出張	社協のイメージキャラクター「うさたま」の着ぐるみが各種イベントに出張します。
15	家庭介護のポイント	家庭介護の方法について

### 子育て支援事業

#### ママのベビーダンスを開催します

- **日時** 6月30日(木) 午前10時~11時30分
- **場所** 丸子ふれあいステーション 3階
- **対象** 首がすわった頃から1歳半くらいの赤ちゃんとお母さん
- **定員** 20組 (定員になり次第締め切ります。)
- **申込締切** 6月22日(水)
- **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

#### ママのベビーダンス

##### 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産後のストレスや運動不足を解消しながら子育てを楽しみましょう!

講師 **山本 美枝先生**  
うえだミックススポーツクラブ  
ベビーダンス協会インストラクター



参加費  
無料

#### ママのリンパケアを開催します

(託児あり)

- **日時** 7月26日(火) 午前10時~11時30分
- **場所** 丸子ふれあいステーション 3階
- **対象** 子育てで日々忙しいママ
- **定員** 15組 (定員になり次第締め切ります。)
- **申込締切** 7月19日(火)
- **持ち物** 飲み物、フェイスタオル

#### ママのリンパケア

##### 子育てママが自分でできるリンパケア

子育てで日々忙しいママ。自分自身で行うリンパケアで顔も体もスッキリとリフレッシュ! 丸子地区センターでは初めての企画です。

講師 **小林 明美先生**  
うえだミックススポーツクラブ  
健康運動指導士



## ボランティア学園 開催要綱

ボランティアについて知りたい方、これから始めたいと思っているが何から始めていいか迷っている方、ぜひご参加ください。

開催日時	内 容	講 師
7月 6日(水) 13時30分～15時30分	開校式 オリエンテーション ●ボランティア活動について、びっくり箱作り	上田ボランティア 地域活動センター職員
7月26日(火) 13時30分～15時30分	傾聴について ●「あなたと過ごす心の時間」	講師：チャイルドラインうえだ 研修委員長 松崎 礼子さん
7月28日(木) 10時～12時	施設等での体験 ●サマーチャレンジボランティア、防災講座	講師：上田市危機管理防災課 石井係長
8月23日(火) 13時30分～15時30分	視覚障がいの理解と支援 ●講義とアイマスク体験	講義：成澤 正行さん 体験：上田ボランティア地域活動センター職員
9月13日(火) 13時30分～15時30分	認知症への理解 ●認知症サポーター養成講座	上田市高齢者支援課職員
	●高齢者の特性・接し方について	
	●高齢者疑似体験	
10月5日(水) 9時30分～11時30分	活動紹介 ※丸子ふれあいステーション ●バルーンアート ●丸子珈琲倶楽部	MBACマジックバルーンアートクラブ 丸子珈琲倶楽部
10月25日(火) 13時30分～15時30分	閉校式 修了書授与	

- 会場／上田市ふれあい福祉センター 2階 大会議室 丸子ふれあいステーション 3階 会議室
- 参加費／300円 上田市にお住まいの方は150円(ボランティア保険代)
- 受講要件／原則、全日程に参加できる方
- 主催／上田市社会福祉協議会
- 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
- TEL 25-2629 FAX 27-2500

定員  
20人

## ボランティアで新たな自分発見!!

夏休みの予定は決まりましたか?何かしたい!と思っている人。

ボランティアを通じて社会と関わってみませんか?そこには多くの学びや出会いがあります。

### 夏のボランティア 大作戦 2016

上田

活動期間／7月24日(日)～8月16日(火)  
の間の3日間以上

参加者／中学生以上

参加費／ボランティア活動保険  
加入料150円

活動内容／福祉施設を中心とした  
体験学習と防災訓練

#### ●事前研修会

日時／7月23日(土) 9時30～11時

場所／上田市ふれあい福祉センター

内容／ボランティア先の施設の職員  
さんから施設の様子を聞いた  
り、活動の打ち合わせをします。

#### ●問い合わせ

上田ボランティア地域活動センター  
TEL 25-2629

### サマー体験 ボランティア

丸子

活動期間／7月29日(金)～8月10日(水)  
期間の2日間程度

参加者／小学4年生以上

活動内容／施設体験、ボランティア団  
体の活動、おためし防災  
講座

#### ●事前研修会

日時／7月23日(土)

10時～11時30分

場所／丸子ふれあいステーション  
会議室

内容／ボランティア先の施設職員さ  
んと活動の打ち合わせ等

#### ●問い合わせ

丸子ボランティア地域活動センター  
TEL 43-2566

### サマーチャレンジ ボランティア

真田

#### ●事前研修会

7月29日(金) 14時から

場所／真田総合福祉センター

#### ◇福祉施設での体験、野菜の収穫体験

日時／8月1日(月)・2日(火)

9時～16時

場所／アザレアンさなだ・かりがね  
福祉会関連施設

#### ◇絵本を届ける活動

日時／7月29日(金) 15時～16時30分

場所／真田図書館

#### ◇真田まつりのお手伝い

日時／8月6日(土)

内容／真田まつり地域会場手伝い

※募集定員 若干名

#### ●問い合わせ

真田ボランティア地域活動センター  
TEL 72-2998

# 収集 (使用済み切手・書き損じはがき) ボランティア

はじめてみませんか  
ちよこつと  
ボランティア

いつでも・どこでも・だれでも

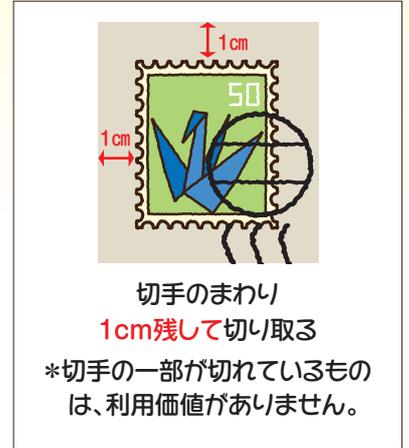
使用済み切手が地域福祉や、  
開発途上国の医療援助活動  
などに役立てられています。

個人・学校・会社などで  
使用済み切手を収集



ボランティアセンター  
切手整理

ここで、国内(普通・記念切手)、  
国外などの種類別に仕分けし、  
NGO団体等に送付しています。



書き損じはがきは、  
切手に交換し、郵送料  
に当てています。  
はがき20枚で、  
およそ7Kgの切手が  
送れます。



参加は自由です。

【切手整理の日】

- 上田ふれあい福祉センター  
毎月1日・15日
- 丸子ボランティア地域活動センター  
毎月第3水曜日

覗いてみませんか!

ボランティア地域活動センターでは、

- \*日本キリスト協会海外医療協力会(開発途上国に医師や看護師・保健師などを派遣)
- \*誕生日ありがとう運動本部(知的ハンディキャップ問題の理解のための啓発運動)

この2団体に送付しています。(昨年度は、78.72Kgを送りました。)



誕生日ありがとう運動本部より  
お礼状をいただきました。

加工された切手

送付した切手は、切手収集家に  
販売されたり、様々な形に加工  
されてバザーで販売されたり  
もします。その収益金が団体の  
活動資金になります。



ボランティア地域活動センターでは、  
使用済み切手・書き損じはがきを集めています。

お待ちしております!!

# 募集しています



## 上田

### ■ さくらんぼぼちゃん(多胎児)の会

- ・ 託児のボランティア  
交流会・親子遊び

日時／6月22日(水)

10時15分～11時30分

- ・ プール遊び

日時／7月29日(金)

10時15分～11時30分

場所／川西公民館

※工簿ンを忘れずにお持ちください。

### ■ スペシャルオリンピックス 上田支部

- ・ 知的障がい者のボーリングトレー  
ニングの補助や指導

日時／日曜日 8時～10時

- ・ 知的障がい者のバスケットボール  
トレーニングの補助及び指導

日時／日曜日 10時～12時

### ■ ほのほの

- ・ 利用者さまとのお話やシート交換

をしてくださる方

日時／いつでも

### ■ 蓮のきりもも園

- ・ 療育のお手伝い

日時／金曜日 9時～11時30分

- ・ 移動おもちゃ図書館時の療育のお  
手伝い

日時／月1回 木曜日

9時～11時30分

### ■ 室賀の里

- ・ 施設周りの草取り・窓ふき

日時／いつでも 10時～11時30分

- ・ おむつたたみ、お話し相手、編み物

日時／いつでも 10時～11時30分

### ■ ナチュラリストクラブついで

- ・ 塩田自然運動公園の花壇

草むしり(体育館前・プール)

日時／好きなときに、お話しながら  
いかがですか。いつでもOK!

### ■ ついでみ療護園

- ・ 納涼祭

利用者の付き添い、屋台のお手伝い

日時／8月6日(土)

16時～20時

- ・ オセロクラブ

オセロの対戦相手、補助

日時／水曜日 10時～11時30分

- ・ カラオケクラブ

リモコン操作などの補助

日時／14時～15時30分

### ■ NPO法人 エリスン 塩田館

- ・ 桑の葉の収穫

日時／6月中旬～9月中旬

※雨の日はありません。天候によりま  
す。御都合のよい日を2日前までに  
ご連絡下さい。詳細をお知らせしま

す。TEL 308-2779

### ■ ツクイ上田原

- ・ 利用者さんに、手芸、絵手紙等を  
教えて下さる方

日時／10時～11時30分

15時～16時

### ■ 室賀デイサービスセンター

- ・ お茶出し、お話し相手、レクのお手伝い

日時／水曜日・金曜日

9時～15時のできる時間

### ■ 上田悠生寮

- ・ 本・紙芝居の読み聞かせ

- ・ お話し相手、お茶出し、おやつ作り

日時／平日・土曜日

10時～16時のできる時間

### ■ ホッピーひろびろ

- ・ 図書貸し出しほか

日時／月・水・金曜日

9時15分～14時15分

場所／信州上田医療センター二階

患者図書館

連絡先／翠川奎子

TEL 090-6949-8622

### ■ ニチイケアセンターさくら

- ・ お茶出し、入浴後ドライヤーで整  
髪、話し相手

- ・ 利用者さんと一緒に制作活動、レ  
クリエーション参加

日時／いつでも 9時～16時

### ■ SADOサークル Nagano

- ・ 軽いあがり症／過度なあがり症  
[SAD: 社交不安症]のサークル
- ・ 一緒に楽しくトーク、カフェ巡り、イ  
ベントをして自信を持ちましょう。

対象／10代～40代

会費／500円(学生免除)

日時／毎月第一土曜日

13時～15時

- 場所／上田市ふれあい福祉センター  
連絡先／宮下(事前連絡必要)

TEL 090-65539-13663

E-mail sad\_nagano@yahoo.co.jp

### ■ ニチイケアセンターときわみ

- ・ 将棋の相手

日時／土曜日 10時～11時30分

### ■ ぽんもの園

- ・ 保育園 雑務

日時／平日 10時～12時

15時～17時の出来る時間

### ■ ニチイケアセンターかわべ

- ・ ドライヤー、お茶出し、話し相手

日時／いつでも

9時30分～11時30分

- ・ 囲碁、将棋、レクリエーションの  
お手伝い

日時／月・水・金曜日

### ■ 長寿園

- ・ 岳の職 利用者さんの付き添い

日時／7月17日(日)10時～12時

- ・ 夏祭り 屋台等の手伝い

日時／8月上旬(水)18時～20時

- ・ まごころ喫茶

喫茶コーナーのお手伝い

(飲み物のサービス、食器洗い)

日時／年4回 14時～16時

- ・ 繕いもの

日時／いつでも

- ・ レクリエーション、建物周辺の草取り

日時／いつでも

### ■ グループホーム北大手

- ・ セタまつり外出時の車いす介助

日時／8月6日(土)

10時20分～11時30分  
13時45分～15時  
日時／8月8日(月)  
10時20分～11時30分

## ゆずこしぐだん

### ■上田モチーフの会

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  
方々に順をおこしあげています。

問い合わせ

上田ボランティア地域活動センター

TEL25-26209

## 丸子

### ■しおがわ敬老園

・折り紙、貼り絵、工作、手芸などを  
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。

### ■ヘルポートまるい

・夏祭り 利用者の付添い

日時／7月17日(日)

13時～16時

募集期間／7月1日(金)まで

・デイサービスセンター

お茶出し、お話し相手、レクのお  
手伝い

日時／月曜日から土曜日

10時～15時

# 防災講座

知っていたら  
役に立つ豆知識!

非常食って  
宇宙食?!

## 家庭でできる地震防災講座

上田

備えあれば憂いなし!日ごろから  
災害に目を向けてみませんか?

いざという時のために日ごろからどのようなことが  
大事なのか、皆さんと一緒に体験し考えましょう。非常  
食の試食も予定しています。

日時／7月28日(木)10時～12時

場所／上田市ふれあい福祉センター 2階 大会議室

定員／20人

対象／興味・関心がある方

内容／講演「普段からの備えについて」

非常食の試食

知っていたら役に立つ豆知識

申し込み締め切り／7月15日(金)

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  
連絡先は下記に記載



## サマー体験ボランティア防災講座

丸子

もしも、自分が避難所生活を  
することになったら

日頃の備えが自分を守る!

日本各地で起きている自然災害。災害時に何が  
できるのか。自分を守り、避難をすることをみんなで考  
えましょう。

日時／8月1日(月)10時～12時

場所／長瀬市民センター

定員／20人

対象／小学4年生から中学3年生まで

内容／①避難所生活のシュミレーション

②非常食を食べてみよう!アルファ米・缶詰・宇宙食

申し込み締め切り／7月15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  
連絡先は下記に記載

## 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



# 善意銀行

(平成28年3月1日～4月30日)

～あたたかな善意ありがとうございます～

- 上田ライオンズクラブ様 ..... 車いす1台
- ことぶき大学25回生 にこにこ会様 ..... 11,700円
- 匿名様 ..... 電動ベッド1台・ポータブルトイレ1台
- 新田養生会サロンこすもす様 ..... 未使用切手、未使用はがき2,339円分  
(指定寄付/ボランティアセンターへ)
- 匿名様 ..... 紙おむつ・尿取りパット3袋
- 匿名様 ..... 6,547円
- 匿名様 ..... 114,778円  
(指定寄付/真田地区センターへ)
- 上田商工会議所 女性会様 ..... タオル25枚  
(指定寄付/ハッピーシニアリビングへ)
- 匿名様 ..... 紙パンツ5袋・米30kg4袋
- 上田岳心会 山浦義隆様 ..... 20,099円  
(指定寄付/熊本地震義援金として)
- 特定非営利活動法人 ぼけっと様 ..... 5,166円  
(指定寄付/熊本地震義援金として)
- 上田市立第四中学校 福祉委員会様 ..... 雑巾30枚



## 今月の表紙

丸子の公園で遊んでいた親子。1歳の駿輔くんと一緒に、この春から小学生になった拓実くん(中央)が、元気よく遊んでいました。

カメラの前でお兄ちゃんらしくポーズをとってくれました。

ツツジを見に来ていたご夫婦

買い物帰りの一休様

【左上】  
前島 哲雄さん  
富貴子さん

【右上】  
坂井 富子さん  
サクラちゃん

同級生大工さん

丸子の公園で遊んでいた親子

【左下】左から  
前島 夏樹さん  
宮越 祥治さん

【右下】左から  
峯村 賀代さん  
駿輔くん(1歳)

## 平成28年熊本地震 災害義援金について

上田市社会福祉協議会では各地区センター等で義援金を受け付けております。この義援金は、中央共同募金会を通じて被災地へ届けられます。引き続き市民の皆様のご支援をよろしくお願いします。  
義援金額/85,745円(4月15日から5月2日までの集計分 ※上記善意銀行掲載分は除く)

## 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。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ています。8枚入りが新登場し、値段もお求めやすくなりました。

売り上げの一部は、地域福祉向上の為に活用させていただきます。

◆12枚入り/500円(税込) ◆8枚入り/400円(税込) ◆4枚入り/200円(税込)



好評  
発売中

## 社協の無料相談 (6月・7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 毎月第2土曜日 午前10時～午後3時	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 毎月第4土曜日 午前9時～正午 ※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	6月18日(土) 午前10時～正午	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080
	6月29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
	7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

### 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