

社協うえだ

No.92 令和3年(2021年)12月号



今号の表紙

100歳のお祝い

9月29日(水)、神川デイサービスセンターで敬老会が行われました。職員から手作りケーキと記念品、社協宮之上会長からお祝いの言葉が贈られました。また、当センターを利用されている尾澤けさ子さんの100歳のお祝いをしました。いつまでもお元気でお過ごしください。

主な内容

- 第15回上田市社会福祉大会 表彰者紹介 … P2~3
- ひとり親世帯に食品ロス削減にご協力いただく「もぐサポ」… P4
- 令和3年度 社協会費納入報告 … P5~8
- 社協が取り組む福祉体験 … P9



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3-5-1

●<https://www.ueda-shakyo.or.jp>

印刷/ 宥大和印刷



ました！ 10月29日(金) 場所：サントミュージゼ

長年、地域で福祉の発展に尽力された方々を表彰し、地域福祉をさらに推進することを目的に福祉大会を開催しました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、式典とアトラクションのみの縮小開催となりました。



東御市出身で、主に長野県内でソロやアンサンブルの演奏活動等で活躍されている、ハープ演奏家の竹内遥香様(U演奏家協会所属)に、演奏をいただきました。



ハープ演奏者 竹内 遥香さん

代表者の方に登壇していただき、宮之上会長から表彰状が手渡されました。

信州ふっころフェスティバル2021 第70回 長野県社会福祉大会で表彰された皆さま

(11月13日) オンラインにて開催
(敬称は省略します。)

◆長野県社会福祉協議会 会長表彰

【民生・児童委員功勞表彰】

うえの かずとし おおくぼ ぶんお きたざわ たけし くらさわ じんこ
上野 和利／大久保文雄／北沢 武／倉沢 仁子
こみやま よしとよ さとう あかね ただま みよこ ながた きょうこ
小宮山好豊／佐藤 暁／田玉美代子／永田 京子
ひむら まさひろ やまぐち みちお やまもと すずむ
樋村 正弘／山口三千夫／山本 進

【ボランティア団体表彰】

けいちょう せぶん かい
傾聴ボランティア 7の会

【優良社会福祉事業表彰】

ほうでん ちくしゃ かいふく しきょうぎ かい
豊殿地区社会福祉協議会

【永年勤続者表彰】

くろき たかこ
黒木 卓子

第15回 上田市社会福祉大会を開催し

受賞おめでとうございます

(敬称は省略します。)
()内自治会名

第15回 上田市社会福祉大会で表彰された皆さま

- ◆上田市社会福祉協議会 会長表彰 19人、3団体の方々を受賞されました。
- ◆感謝状 2人の方が受賞されました。

【社会福祉活動功労者】

自治会長を5年以上務められ、住民自治と地域福祉推進に寄与された方

千野 敬治 (緑が丘)

民生児童委員の職を9年以上務められ、地域の社会福祉推進に寄与された方々

倉沢 仁子 (上長瀬) 望月 正明 (新田)

民間社会福祉施設職員、社会福祉協議会職員として20年以上在職され、地域の社会福祉推進に寄与された方々

飯島 理佳 (中原) 内河貴恵子 (五加) 工藤 淳 (伊勢山)

倉島 和彦 (富士見台) 甲田都城子 (生塚)

地域のボランティア活動をされるなど社会福祉活動に貢献された方々

青木 智恵子 (下長瀬)
5年間にわたる、上田市内の小中学校や高齢者の通所介護施設等で、紙芝居の読み聞かせボランティア活動

荒川 キヨ (八舞)
13年間にわたる、「しおだっ子応援団」の団員として、塩田中学校花壇の環境整備活動

石井 美枝子 (学海南)
13年間にわたる、「しおだっ子応援団」の団員として、塩田中学校花壇の環境整備活動

杉原 禮子 (飯沼)
10年間にわたる、「E-キャップの会」の会員として、闘病生活をおくる癌患者の方にタオルで作成した帽子を届ける活動

西沢 勝正 (神畑)
10年以上にわたる、「音楽ボランティア仲良しクラブ」の会員として、高齢者施設や自治会のふれあい会で、歌や演奏を通して高齢者との交流する活動

宮岸 喜恵子 (飯沼)
21年間にわたる、「朗読ボランティアお話を楽しむ会」の会員として、視覚障がい者の方へ社協うえだや丸子地域自治センターだより等を音訳し、録音、編集、CD、テープなどを媒体として届ける活動

福祉推進委員の職を8年以上務められ、地域の社会福祉推進に寄与された方

竹内 明美 (桜)

地域福祉活動を長年にわたり行い、社会福祉の推進に寄与された方

山本 循三 (下和子)

9年間にわたり、丸子地域高齢者クラブ連合会や丸子高齢者クラブ連合会支部組織「下和子長寿会」の役員として、高齢者福祉の向上、自立生活向上のため活動

山岸 三津枝 (新町)
8年間にわたる、お話相手ボランティア「ひまわりの会」の会員として、高齢者が利用している施設で活動

山極 恵子 (富士山中組)
20年間にわたる、「音訳ライブラリーつくしの会」の会員として、視覚障がい者の読書環境向上のため録音図書制作活動

渡辺 みゆき (藤之木)
20年間にわたる、「音訳ライブラリーつくしの会」の会員として、視覚障がい者の読書環境向上のため録音図書制作活動

おたすけ 十有志隊
7年間にわたる、神科小学校内にあるボランティアルームにおいて、休み時間に子ども達の遊び相手、話し相手のボランティア活動や学校からの要請を受け、授業の支援活動

真田 モチーフの会
5年間にわたる、真田地域の高齢者や障がいのある方を対象に純毛の毛糸で編んだひざ掛けを作成し、届ける活動

武石 風土 つなぎ隊
8年間にわたる、武石地域を対象とした参加型イベント等を開催し、住民同士のつながりや住民と行政機関、各種団体等をつなぐ活動

【感謝状】

上田市社会福祉協議会の理事・監事を5年以上務められ、地域福祉推進に尽力された方

橋詰 正 (北常田) 中沢 宮彦 (秋和)

受賞された皆さまの益々のご活躍をお祈り申し上げます。

ひとり親世帯に食品ロス削減にご協力いただく 「もぐサポ」がはじまりました!!



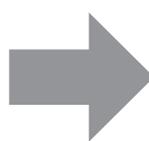
登録お待ちしております。

「もぐサポ」とは、親子でもぐもぐ食べて食品ロスの削減に協力していただくサポーター「もぐもぐサポーター」の愛称です。

フードドライブで住民の皆さまから提供いただいた食品を、「もぐサポ」として登録いただくことにより、「ひとり親世帯」の皆さまへ食品をお渡しする機会を作っています。

「もぐサポ」登録方法

お越しいただく際に、上田市からの「ひとり親世帯へのお知らせ」に同封されていた、上田市社協「もぐもぐサポーター」の**チラシ**をお持ちください。



登録いただいた方に**サポーター証**を発行します。2回目以降にお持ちください。

食品の受け取り方法

月に1回、下記の業務時間内の都合の良い日にお越しいただき、食品を選んでいただきます。お渡し予定の食品は、フードドライブ事業から提供される主食や副菜等の食品、1回およそ10品から15品のお渡しを予定しています。

お渡し場所

上田市ふれあい福祉センター 上田中央三丁目5番1号
業務時間/8時30分~17時15分(月~金曜日 ※祝日、年末年始を除く。)

申込み・問い合わせ/上田地区センター 地域福祉係 TEL27-2025

年末年始に向けて食品を募集しています。

コロナ禍で、年末年始を迎える困窮世帯を応援するために、食品を募集しています。ご家庭や会社等で、使いきれない未開封の食品がありましたら、上田市社協各地区センター(12ページ参照)窓口で常時受付しておりますので、多くの皆様のご協力をお願いします。

また、通常は下記のとおり受付しておりますので、引き続き皆様のご協力をお願いします。



●社協では毎月フードドライブを開催しています。

(原則毎月第一土曜日)

日時: 令和4年1月8日(土)、2月5日(土)

10時~11時30分

場所: ひとまちげんき・健康プラザうえだ

フードドライブとは、
使いきれない未開封の食品を
必要とされている方に
届ける活動です。



社協会費を納入いただきありがとうございました

令和3年度 会費納入額

(令和3年10月31日現在)

27,917,254円

普通会費	特別会費	法人会費	団体会費
23,613,694円	1,497,000円	2,639,560円	167,000円
全世帯を対象	個人を対象	企業・事業所を対象	団体・施設を対象

※法人会費、団体会費につきましては引き続き、ご協力をお願いしています。

住民の皆さま、自治会役員の皆さまのご理解とご協力により、令和3年度の社協会費を納入いただきました。皆さまからお寄せいただいた会費は、福祉のまちづくりのための貴重な財源として、「住民主体」の地域福祉活動に使わせていただきます。

心から厚くお礼申し上げます。



各種相談事業

法律相談、結婚相談、
心配ごと相談事業



福祉推進事業

「福祉推進委員」を各自治会に
設置し、誰もが安心して暮らせ
る社会を目指して、地域福祉を
推進する活動をしています。

地域ふれあい事業

地域の特性に応じて、明るく
活力ある福祉社会を創造する
ことを目的として取り組んで
います。



会費が
使われている
主な事業



有償在宅福祉サービス事業

日常生活の困りごとを、住民相互
の助け合いにより支援します。

企画・広報事業

広報紙「社協うえだ」
の発行



ボランティア活動の推進

ボランティア活動に関する理解
と関心を深め、活動の推進を図
ります。



自治会別普通会費納入状況を報告します

各自治会の納入額の15パーセントは地区単位での福祉活動の財源として各地区社協へ還元します。

(令和3年10月31日現在)

	自治会	会費納入額(円)		自治会	会費納入額(円)		自治会	会費納入額(円)		自治会	会費納入額(円)
東部	踏 入	300,000	川辺・泉田	上 田 原	164,400	東塩田	柳 沢	47,500	塩 川	坂 井	86,000
	泉 町	40,000		川 辺 町	456,870		下 之 郷	153,000		南 方	116,000
	上 常 田	145,000		倉 升	196,000		桜	19,000		郷 仕 川 原	23,000
	中 常 田	145,000		神 畑	210,950		下 本 郷	61,500		藤 原 田	51,500
	下 常 田	57,500		下 之 条	300,000		東 五 加	32,000		菅 平	40,000
	北 常 田	90,000		築 地	197,000		五 加	401,000		大 日 向	88,000
	材 木 町	193,500		東 築 地	43,000		上 本 郷	106,500		角 間	12,500
	常 入	75,000		半 過	47,700		中 野	230,000		横 沢	64,000
南部	南天神町	75,000	神 川	福 田	143,000	中塩田	上 小 島	76,500	長	真 田	95,000
	泉 平	47,000		吉 田	270,500		下 小 島	47,000		十 林 寺	17,500
	天神の杜	62,500		大 屋	349,500		保 野	204,000		石 舟	39,000
	北天神町	132,500		岩 下	86,500		学 海 南	65,500		戸 沢	46,500
	松 尾 町	16,000		下 青 木	81,000		舞 田	91,500		つ く し	40,500
	鷹 匠 町	23,000		みすず台南	113,000		八 木 沢	106,000		横 尾	170,500
	本 町	69,000		みすず台北	112,500		八 舞	36,500		四 日 市	74,000
	末 広 町	29,500		上 青 木	172,500		学 海 北	30,000		入 軽 井 沢	31,000
中央	大 手 町	86,000	神 川	梅 が 丘	60,000	西塩田	セレーノ八木沢	30,000	傍 陽	岡 保	25,000
	横 町	57,000		久 保 林	200,000		十 人	36,500		傍 陽 中 組	82,000
	海 野 町	135,000		黒 坪	60,500		塩 田 新 町	58,000		大 庭	41,000
	原 町	47,500		上 沢	163,500		東 前 山	100,500		曲 尾	97,500
	袋 町	17,500		国 分	107,000		西 前 山	57,500		菵	82,500
	馬 場 町	140,000		下 堀	190,000		手 塚	108,950		田 中	46,000
	田 町	17,000		上 堀	60,000		山 田	40,500		下 横 道	47,000
	丸 堀 町	95,000		畑 山	17,500		野 倉	14,000		中 横 道	37,000
北部	木 町	75,000	神 科	伊 勢 山	290,000	別所温泉	分 去	101,000	本 原	上 横 道	15,000
	北 大 手 町	75,000		富 士 見 台	115,000		大 湯	29,000		穴 沢	22,000
	上川原柳町	223,000		神 科 新 屋	106,000		院 内	58,000		三 島 平	7,000
	下川原柳町	29,500		野 竹	165,000		上 手	17,000		上 原	25,000
	愛 宕 町	50,000		西 野 竹	145,000		仁 古 田	150,000		下 郷 沢	33,500
	上 鍛 冶 町	15,000		笹 井	127,500		岡	105,500		小 玉 上 郷 沢	37,000
	鍛 冶 町	85,000		川 原	24,000		浦 野	110,000		赤 井	42,000
	上 房 山	35,000		岩 門	158,500		越 戸	47,000		下 塚	16,000
西部	下 房 山	35,000	神 科	染 屋	350,000	川 西	藤 之 木	43,000	武 石	竹 室	104,500
	柳 町	20,500		蛇 沢	128,500		浦 野 南 団 地	31,000		荒 井	100,500
	新 田	550,000		金 井	161,500		小 泉	260,000		中 原	60,000
	山 口	154,500		大 久 保	96,500		下 室 賀	99,500		表 木	23,500
	上 紺 屋 町	74,000		長 島	420,000		上 室 賀	75,424		大 畑	75,000
	下 紺 屋 町	90,000		金 剛 寺	40,500		ひばりヶ丘	49,500		下 原	120,000
	鎌 原	74,000		住 吉 が 丘	49,000		西 内	90,000		町 原	60,000
	西 脇	39,500		森	31,000		平 井	69,000		出 早	44,500
城下	新 町	62,500	神 科	大 日 木	28,500	内 村	荻 窪	56,000	武 石	鳥 屋	42,800
	諏 訪 部	44,500		長 入	12,000		和 子	38,000		沖	72,100
	生 塚	85,000		宮 之 上	17,500		下 和 子	74,000		藪 合	64,000
	常 磐 町	160,000		小 井 田	46,500		辰 ノ 口	92,000		中 島	19,000
	緑 が 丘	87,500		中 吉 田	127,500		腰 越	203,500		七 ヶ	86,500
	新 屋	185,000		町 吉 田	71,000		三 反 田	91,000		片 羽	26,500
	緑 が 丘 北	165,000		ひ か り	76,000		海 戸	87,000		堀 之 内	31,000
	緑 が 丘 西	132,500		桜 台	20,000		沢 田	130,500		市 之 瀬	28,000
塩尻	城 北	206,000	豊 殿	下 吉 田	40,000	丸 子 中 央	八 日 町	83,000	武 石	下 本 入	35,500
	小 牧	95,500		林 之 郷	60,000		中 丸 子	330,500		権 現	13,500
	諏 訪 形	327,000		下 郷	66,500		下 丸 子	137,000		下 小 寺 尾	10,500
	須 川	10,000		岩 清 水	30,500		御 嶽 堂	181,500		上 小 寺 尾	13,500
	中 村	225,000		矢 沢	71,500		飯 沼	206,000		唐 沢 小 原	11,500
	朝 日 ヶ 丘	95,500		赤 坂	62,000		北 原	45,500		築 地 原	10,500
	三 好 町	63,500		漆 戸	17,000		尾 野 山	93,500		大 布 施 巢 栗	6,500
	御 所	391,500		下 組	86,500		茂 沢	102,000		西 武	9,500
塩尻	中 之 条	450,000	東塩田	富士山中組	115,000	長 瀬	上 長 瀬	102,000	武 石	小 沢 根	36,000
	千 曲 町	379,000		奈 良 尾	48,000		長 瀬 中 央	132,500		余 里	25,000
	秋 和	174,500		平 井 寺	33,500		下 長 瀬	194,500			
	上 塩 尻	180,000		鈴 子	75,500		石 井	113,500			
下 塩 尻	103,000	石 神	114,500	塩 川	狐 塚	78,000					





上田市社協の法人会員・団体会員をご紹介します



社協事業に賛同していただいた法人と団体の皆さまです。

敬称は省略します。(令和3年10月31日現在)

法人会員 上田地域				
アートサービス(株)	大野屋	(有)座間製作所	中部陸運(株)	(株)フジカーランド上田
(有)アイアン工業	大廣建設(株)	(株)三協産業	(株)長遊園	(株)フジ技研
(有)アイケイメンテナンス	(有)大矢塗装店	(株)サンタブロセス	(株)司工務店	(有)藤建工
IJCイン・ジャパン・コンサルタント	(有)奥山精工	(株)サン熱学	庭苑工務店(株)	プライム太陽
アイ・ソリューション	(株)尾崎自動車钣金塗装	(有)サンユー工業社	(有)T・K・S	(有)ブラタス
あい薬局	お城の坂道	(株)三友情報システム	(有)ティ・ケイ・コーポレーション	(有)フレッシュ池田
(株)アオヤギ印刷	(有)オフィスエイゴ	渋沢電設(株)	(有)手塚製作所	(株)バクター
アカネ工業(株)	(有)オフィスナガノ	(株)シーティーエス	(株)テツカデンキ	ペンギンズ・バー
(株)アクティオ 上田営業所	オルガン製針(株)	(株)シール片山	(有)手塚農園	ホクト産業(株)上田支店
(有)アクティブ信州	オルガン針(株)	(株)ジェイ・ファクトリー	(株)デルトラウム	(株)北信ポンプ
(株)あけぼの通商	(有)カーメイクツカサ	(株)ジェー・ピー・イー	(株)東郷商事	(株)細井建設
(有)上松屋旅館	介護ショップ サクラケア上田店	(有)塩尻製作所	(有)東郷堂	(有)ホームラン堂運動具店
(株)アルカディア	笠原工業(株)	(有)塩田計測器製作所	東信エコエネ研究所	(株)堀内電機製作所
浅間設備(株)	(有)成田会	(有)下倉建設	(有)東信クリーンサービス	(有)誉工業所
(株)アサネット	(株)カツタカ	島田クリーニング店	(株)東信公害研究所	Honda Cars長野中央上田原店
阿部自動車修理工場	(有)金井ムスティ	社会保険労務士法人酒井総合事務所	(有)東和化材	(有)升泉酒店
アンドーエンジニアリング(株)	(株)金沢工務店	社会保険労務士松崎事務所	(株)徳寿	(株)町川商会長野営業所
(株)イー・エム技研	金子公認会計士・税理士事務所	(有)秀和 セブンイレブン上田芳田店	(株)凶南	松澤工業
(有)イーグル開発	(有)カネサン	(有)城東建設	巴工業(株)	(株)マツハシ冷熱上田支店
(有)飯島 イジマ薬局 木町薬局	かわせみ社労士事務所	昭和商事(株)上田支社	(有)トロ	松葉タクシー(有)上田営業所
(株)飯島商店	河田一級建築士事務所	新栄開発(株)	(株)中村体育	松南工業(有)
(有)飯島製作所	(株)カワベ工業	信越農機(株)	(有)長岡鉄工所	(株)マップエレクトロニクス
イオンリテール(株)イオン上田店	神田法律事務所	信州うえた農業協同組合	中沢印刷(株)	丸登電業(株)上田支店
池田工務店	(株)北澤商会	信州オールレンタル(有)	中之条薬局	(株)丸陽
(株)池野ガレーヂ商会	(有)北沢農蚕機製作所	信州八ム(株)	旅館 中松屋	丸和
いすゞ自動車中部(株)上田支店	北村社会保険労務士事務所	信州味噌醤油醸造(株)	(株)長野銀行 上田支店	(株)マルワカ産業
(株)イズミダ	(株)キノテック	(有)信美塗装社	長野県信用組合上田支店	(株)みずす工務店
(株)イデタ製作所	(株)キョウエイ	新進商事(株)	長野県連合青果(株)	(株)みずす総合コンサルタント
(有)いとう薬局	(株)協和食品	(有)伸和印刷	長野精器(株)	ミタカ塗装
(医)田中クリニック	行政書士 こうだ事務所	(株)水工技建	(株)長野精工	三井住友海上火災保険(株)長野支店東信支社
(医)友愛会 千曲荘病院	沓掛酒造(株)	(有)STEP	(有)長野ダイナミックス	(株)ミヤザワ
(株)岩崎酒店	窪田建設(株)	春原建設(株)	長野ローダー販売(有)	宮澤広税理士事務所
(有)上田犬猫病院	(有)グリーン・オーク	(株)ズー	中村ガレーヂ	(株)宮下組
上田エンジニアリング(株)	(有)グルメランチよしだ	(株)関口商会	ナショナル・ベンディング(株)長野営業所	(有)宮島プラスチック
上田温泉ホテル祥園	黒崎商店	(株)長野合同経理センター	成澤工機(株)	宮原司法書士行政書士事務所
上田ガス(株)	クロサワメタル(株)	(株)清蘭堂	(有)西沢ガラス店	(株)ムラヤマ
(有)上田機工	倉沢司法書士事務所	(株)SEIRYOU	西田技研工業(株)	(有)明治治工業所
上田交通(株)	(株)倉島建工	NPO法人 想	(株)日広	明治安田生命保険(株)長野支店上田営業所
上田スズキ販売(有)	(有)クワバラ精工	そば処更科	(株)日誠イーティーシー	明豊(株)
(株)上田スター商会	(株)コイズミ	損害保険ジャパン日本興亜(株)長野支店・上田佐久支社	(有)日本アルプス水野工場	メガネのミモト
(株)上田スプリング製作所	小岩井細工房	第一建設工業(株)	日本ガス水道(株)	母袋産業(株)
上田情報ビジネス専門学校	光栄商会(有)	第一商工(株)	(株)日本ビルシステムズ	(株)MONZO
上田信用金庫	(株)コウズケヤ	(有)大吉	日本郵便(株)上田郵便局	(株)ユー・ピー・コーポレート
上田倉庫(有)	(株)甲州屋山田商店	(株)高見澤	眠りの専門店 まるげん	(有)ユーサイドツアーズ
(株)上田第一ホテル	(株)香青軒	田口印刷(株)	(株)ノリ薬局	(株)矢島工務店
(株)上野石材商会	(株)コサト精機	(有)田口建設	梅光堂 中塩田店	弥助寿司
美し信州建設(株)	(株)小西屋	(有)竹内食品	(有)蓮見薬局	矢野実税理士事務所
(一社)上田薬剤師会	(株)幸和建設	(株)武重商会	(株)八十二銀行 上田支店	柳澤誠行政書士事務所
(株)ウエルサイクル	(有)小林工業	田沢倉庫(株)	八十二証券(株)	山眞建設(有)
イー・エス・ピー・インコーポレーテッド(株)	(有)小林自動車	武田味噌醸造(株)	(有)花の木薬局	(株)山辺
(株)イーピーシー 一級建築士事務所	(株)小林製作所	(株)タツノ	(有)ハム工房セキ	(有)山辺建材
(株)エヌアイ	小林多佳史司法書士事務所	田辺印刷(株)	(株)花屋ホテル	(有)陽光
(株)エフピーエス	(株)五大	玉井電設(株)	(株)林工務店	横沢税理士事務所
NPO法人 エリスン	(有)小宮山建材	(有)玉井フルーツ店	(株)原工業	(有)横林薬局
(株)尾和税経事務所	コムバックシステム(株)	(有)淡水魚 鯉西	(有)光食品	よしだ精工
カワイ薬局	小柳産業(株)	千曲建設工業(株)	(有)樋口種苗	リコジャパン(株)長野支店東信営業部
(有)エム・システム 保野薬局	コロナ技建(株)	千曲電業(株)	(株)久高設計	リフォームワン(株)
(有)MG1保険代理店	(有)斉藤造園	(有)千曲美装	一三三堂印舗	(株)レクストアイ
エンゼル	ささや(株)	(株)千曲ライト	ピューティーサロンうえはら	六川弘道司法書士事務所
(株)オーサン模型	(株)真田	(株)知足堂	福沢自動車(株)	(有)若林陶器店ギフギャラリー“わかば”
(有)オーファダスキン上田	(株)真田自動車学校	(一社)中部電気保安協会 上田営業所	(有)福澤土木	(有)渡辺自動車板金工業
太田建築設計室	佐野美容院	中部電力パワーグリッド(株)上田営業所総務G	(有)富士アイス	わらべや日洋食品(株)上田工場

※8ページへ続く



体験を通して育む地域づくり

上田市社協では、地域の皆さまに向けて、さまざまな福祉体験を行っています。

福祉体験とは、障がいや高齢による心身の変化や生活を知り、体験を通して日常生活の課題に目を向け、考えることを目的に実施するものです。さまざまな視点で物事を考え、思いやりを育み、課題の解決に向けて動くためのきっかけづくりになります。

福祉体験に興味がある方は、上田市社協各ボランティア地域活動センターまでご連絡ください。



高齢者疑似体験

高齢者疑似体験では、一般的な加齢による体の状態を知り、どのような困りごとがあるのか、それに対してどのようなお手伝いができるのかを考えることができます。

車いす体験

車いす体験では、小さな段差や坂道等、普段は気にしないものが、障害物となっていることに気づくことができます。



ユニバーサルデザイン体験講座

身近にあるユニバーサルデザインについて、一緒に考えます。

ボッチャ体験

「ボッチャ」とは赤、青に分かれてそれぞれ6球ずつ投げ、目標球（白いボール）に、自球をいかに近づけられるかを競う競技です。

子どもから高齢者、性別、障がいの有無に関係なく、誰でも参加できるスポーツです。

※「ユニバーサルデザイン」とは、人々が持つさまざまな個性や違いにかかわらず、誰もが利用しやすく、暮らしやすい地域となるよう、もの、しくみ、サービスなどを提供していく考え方のことです。



【問い合わせ】

- 上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629
- 真田ボランティア地域活動センター TEL72-2998
- 丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566
- 武石ボランティア地域活動センター TEL85-2466

ご用聞きサービス事業の協力会員を募集します

ご用聞き
サービス事業
とは？

上田市にお住まいの高齢者世帯及び障がい者世帯を対象に、「ゴミ出し」や「雪かき」など、日常生活のお手伝いを **住民相互の助け合い** により支援する **有償在宅福祉サービス** です。

この事業のサービスについて、利用を希望する方は「**利用会員**」として、また、ゴミ出し等の協力をして下さる方については「**協力会員**」として登録していただきます。

協力会員の仕事

「ゴミ出し」



「照明器具の交換」



「雪かき」



などの日常生活のお手伝いです。

活動について

- **活動時間**…月曜日～金曜日 9時～17時（ゴミ出しの場合等は午前9時前も可）
※原則として、土日祝日・年末年始（12月29日～1月3日）はお休みです。
- **依頼方法**…協力会員のご自宅の近くにお住まいの利用会員から社協に連絡があった際、作業内容等を相談させていただきます。

ご協力いただける方は、まずは社協までご連絡ください。申込み・問い合わせ／各地区センターへ（12ページ参照）



ボランティア養成講座

ユニバーサルスポーツ体験

性別や年齢に関係なく、誰でも楽しめるユニバーサルスポーツを体験し、地域でのつながり作りに取り入れてみませんか。

参加費
無料

定員
(各回)
15人

○ポッチャ

- ★日 時／令和4年2月2日(水)13時30分～15時30分
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★講 師／上田市社会福祉協議会 職員
- ★持 ち 物／運動のできる服装
- ★申込締切／令和4年1月28日(金)

○モルック

- ★日 時／令和4年2月9日(水)13時30分～15時30分
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★講 師／一般社団法人 日本モルック協会
- ★持 ち 物／運動のできる服装
- ★申込締切／令和4年1月28日(金)

①傾聴基礎講座 ②傾聴スキルアップ講座

相手の話丁寧に耳と心を傾けて話を聴く「傾聴」。初心者向けと経験者向けの2コースで「聴き方」を学びます。①では相手の気持ちを大事にする聴き方の基本を学び、②はより効果的な傾聴活動を目指すためのスキルを学びます。

定員
(各回)
20人

①傾聴基礎講座（参加費：500円）

- ★日 時／令和4年1月28日(金)13時30分～16時
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★対 象／傾聴ボランティアに興味のある方
- ★講 師／公益財団法人 長野県長寿社会開発センター
理事長 内山 二郎氏
- ★申込締切／令和4年1月21日(金)

②傾聴スキルアップ講座（参加費：500円）

- ★日 時／令和4年2月4日(金)13時30分～16時
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★対 象／既に傾聴ボランティアとして活動している方
- ★講 師／公益財団法人 長野県長寿社会開発センター
理事長 内山 二郎氏
- ★申込締切／令和4年1月21日(金)

申込み・問い合わせ／上田ボランティア地域活動センター TEL27-2629

掲載の講座、催し等について、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容の変更や延期・中止をする場合がありますので、ご了承ください。



上田市ファミリー・サポート・センター

登録会 (土曜日開催)

ファミサポの会員登録会を土曜日に行います。当日は提供会員による託児もあります。親子での参加、保護者だけの参加どちらでもOKです。

参加費
無料
定員
6組の
親子

- ★日 時／令和4年1月22日(土) 10時30分～11時30分
- ★持 物／登録する方の写真2枚
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 3階訓練室 (免許証のカラーコピーでも可)
- ★対 象／ファミリー・サポート・センター登録希望者 本人確認できるもの
- ★申込締切／令和4年1月19日(水) (免許証、マイナンバーカードなど)

フォローアップ研修会

『不登校』の理解と子どもへのかかわり方

ファミサポでは近年、不登校のお子さんへの支援の依頼や問い合わせが増えてしています。そこで今年は、上田市で長年不登校のお子さんやご家族にかかわってきた島田均先生をお迎えして、『不登校』の理解を深め、子どもへのかかわり方について学びたいと思います。

参加費
無料
定員
20人

- ★日 時／令和4年2月17日(木) 10時～12時
- ★講 師／NPO法人 登校拒否、不登校を考える
全国ネットワーク世話人 島田 均 氏
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★申込締切／令和4年2月14日(月)
- ★対 象／内容に興味のある方どなたでも
- ★託児あり (要予約 先着3人)

申込み・問い合わせ／上田市ファミリー・サポート・センター TEL21-3016



親子で参加♪ KID'S ロディヨガ®教室

ロディヨガ®とはイタリア生まれの乗用玩具「ロディ」を使ったヨガです。運動神経やバランス感覚の発達、子ども同士や親子のコミュニケーションにも効果的です。ロディヨガ®を通して、楽しく親子の絆を深めてみませんか。

参加費
無料
定員
7組
14人

- ★日 時／令和4年2月10日(木) 13時30分～15時
- ★講 師／ロディヨガ® インストラクター
内田 久美子 氏
- 2月20日(日) 10時～11時30分
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★申込締切／令和4年1月31日(月)
- ★対 象／3歳から12歳までの子どもと保護者

 この事業は赤い羽根共同募金の助成金を受け行っています。

申込み・問い合わせ／地域福祉係 TEL27-2025



初めて学ぶ手話

手話は手の形、位置、動き、表情で表現する、ろう者の大切な「見ることば」です。手話に興味のある方、あいさつや自己紹介等を一緒に学んでみませんか。

参加費
無料
定員
10人

- ★開 催 日／令和4年1月13日(木)、20日(木)
- ★講 師／上田市聴覚障害者協会 金沢 明子 氏
- ※できるだけ2回とも参加できる方 アシスタント：丸子手話サークル
- ★場 所／丸子ふれあいステーション 手のひらの会
- 3階ふれあいグループ活動室
- ★申込締切／令和4年1月7日(金)
- ★開催時間／13時30分～15時

 この事業は赤い羽根共同募金の助成金を受け行っています。

申込み・問い合わせ／丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566

(令和3年9月1日～10月31日 寄附受付順)

- 上田東高等学校JRC班様……………壁面飾り25点
- 匿名……………毛糸、使用済み切手10g
- 宮入歩人様……………エプロン6点、Yシャツ1点
- 匿名……………お米27.4kg (指定寄附/丸子地域へ)
- アザレアンさなだ御利用者一同様…使用済み切手85g
- 小山忠行様…紙オムツ1袋、尿とりパッド5袋、口腔ケアスポンジ9本、タオル12枚、ふきん・てぬぐい16枚
- からだ元気治療院上田店様……………食品24点
- 匿名……………20,000円
- かがやき21上田様…紙おむつ2袋、尿とりパッド3袋
- 匿名……………未使用切手

- 上田ガス株式会社様…風呂敷61点、エコバッグ96点、パスタプレート420点、小鉢306点、フライパン75点
(指定寄附/市内子ども食堂へ)
- 信州うえだ農業協同組合女性部様……………食品207点
- 豊殿まちづくり協議会様……………使用済み切手6g
- 匿名……………使用済み切手400g (指定寄附/丸子地域へ)
- 春原美可様……………毛糸、尿とりパッド6袋
- 匿名……………お米11kg (指定寄附/丸子地域へ)
- 田中俊永様……………マスク3,000枚
- 幸福の科学上田支部様
食器5点、反物1点、タオル4点、毛糸7点、食品2点

指定寄附以外の寄附につきましては社協、または福祉施設等で活用します。

社協の無料相談 (令和4年1月・2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 9時～16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 武石地域総合センター TEL 85-2466
結 婚 相 談 ※12時～13時 相談員の休憩時間と させていただきます。	毎週水曜日 10時～15時 毎月第2土曜日 ※受付 14時30分まで 毎月第4土曜日 10時～15時 ※受付 14時30分まで	上田市ふれあい福祉センター TEL 22-3082 ※相談日以外の問い合わせは TEL 27-2025 丸子ふれあいステーション TEL 42-0033
法 律 相 談 ※要予約	1月15日(土)、2月19日(土) 10時～12時 1月26日(水) 13時30分～15時30分	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

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、福祉事業に関するご要望などお寄せください。
宛先は、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内) 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内) TEL 72-2998 FAX 71-5740
- 武石地区センター 〒386-0503 上田市下武石742 (武石地域総合センター内) TEL 85-2466 FAX 85-2471

業務時間/8時30分～17時15分(月～金曜日 ※祝日、年末年始を除く。)

年賀状の欠礼について

上田市社会福祉協議会では、年賀状によるご挨拶を控えさせていただいております。皆さまには、今年一年大変お世話になりました。来年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



社会福祉法人
上田市社会福祉協議会
会長 宮之上 孝司

年末年始の休業及び休館について

次のとおり、年末年始はお休みさせていただきます。また、貸館等の利用もできませんので、ご了承ください。

【12月29日～1月3日】

- 各地区センター
- 高齢者福祉センター
- 各老人福祉センター
- 長瀬市民センター

【12月29日～1月6日】

- 児童館・児童センター
- 子育てひろば

