

社協うえだ

令和6年(2024年)

10月号

No.109



主な内容

- みんなの気持ちを地域へ!!
「食品ロス削減と食糧支援に向けた取組に関する協定」を締結…………… P2
- つながりをたやさない社会づくり ～あなたは一人じゃない～
赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。…………… P3
- ボランティアの力を、上田から能登地域へ!
令和6年能登半島地震被災地支援
上田市社協災害ボランティア・バン(ボラ・バン)…………… P6

今号の表紙

8月24日(土) 上田市ふれあい福祉センターで、平日に来られない方のために「ふくふくひろば週末開催」を開催しました。「ふくふくひろば」とは、着なくなった子ども服(シミ・汚れ等がないもの)を再利用するリユース事業です。当日は、147 人の方が来所されました。来場者からは「きれいな状態のお洋服をいただけて、ありがたく家計にも助かっています。」と感想がありました。

「ふくふくひろば」は、上田市ふれあい福祉センターに常設しています。詳細については、上田市社協ホームページをご覧ください。

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

印刷／田口印刷㈱

●<https://www.ueda-shakyo.or.jp>



みんなの気持ちを地域へ！！

「食品ロス削減と食糧支援に向けた 取組に関する協定」を締結

8月26日（月）に、(株)バローホールディングスと上田市社協の「食品ロス削減と食糧支援に向けた取組に関する協定」締結式を行い、バロー秋和店に「フードドライブポスト」が設置されました。

「フードドライブポスト」とは、家庭で余っている食品を集める回収ボックスです。

集まった食品は、上田市社協を通じて、地域の福祉団体や子ども食堂など、必要としている団体や個人に届けられます。



フードドライブにご協力ください

上田市社協では『もったいない…』を『ありがとう!』へ」を合言葉に、フードドライブに取り組んでいます。

各地区センター窓口のほか、毎月第1土曜日（午前10時から午前11時30分まで）「ひとまちげんき・健康プラザうえだ」で食品の寄附を受け付けています。

皆さんの力が地域福祉を支える力になります。今後ともご協力をお願いします。

～寄附していただきたいもの～

お米・缶詰・レトルト食品
調味料（醤油・味噌・砂糖など）
カップラーメンなど

- ・お米は2023年度産まで
- ・賞味期限が1か月以上あるもの
- ・未開封のもの
- ・常温保存できるもの

赤い羽根
共同募金

つながりをたやさない社会づくり

～あなたは一人じゃない～

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。

赤い羽根共同募金
とは??

赤い羽根共同募金運動は、「お互いに助け合う福祉」を目的として毎年10月1日から実施されます。

共同募金は、事前に地域の福祉施設や団体等から事業申請を受け、募金目標額を定める計画募金です。



今年の募金目標額

22,136,000円

長野県全域の活動へ助成

8,828,000円

福祉活動のほか、防災物品の整備や災害援護金等に使われます。

災害時の支援活動

募金の
使いみち

上田市内の活動への助成

13,308,000円

上田市内の福祉活動に使われます。

令和6年能登半島地震災害では、特に被害が大きかった石川県、富山県の2県におけるボランティア活動を支援するため「災害等準備金」として拠出されました。

詳細は右記QRコードからご確認ください。



令和6年度共同募金

安心・安全なまちづくり活動配分のご案内

防災・減災に係る物品の整備にご活用ください！

県全域の活動
への助成金の一部

対象団体／会則などを有する非営利の住民組織・団体（自治会、自主防災会など）

※過去に本事業の配分を受けている団体は対象外です。

対象事業／地域住民を対象として行う防災・減災に係る物品の整備

※防災物品の整備については、対象となる物品が限定されています。詳しくは下記までお問い合わせいただくか、右記QRコードからご確認ください。



事業実施期間／令和7年4月1日から令和8年3月31日まで

助成額／1団体20万円以内（1,000円未満切り捨て）

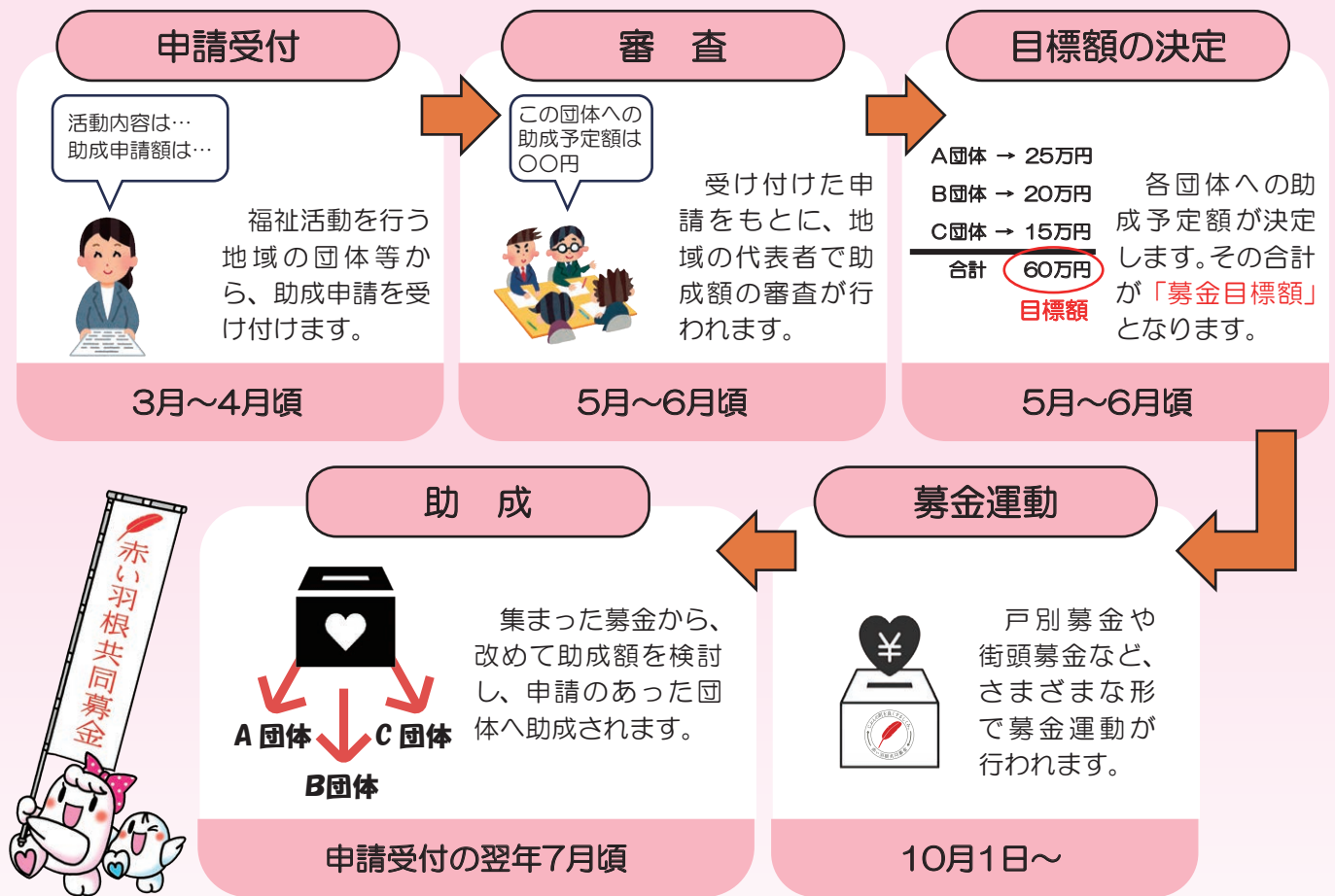
申請方法／申請書類を上田市共同募金委員会（事務局：上田市社協）に提出

※申請書は上田市社協各地区センター窓口、長野県共同募金委員会のホームページからも取得できます。

申請期限／令和6年11月29日（金）

問い合わせ／上田市共同募金委員会各地区共同募金会（上田市社協各地区センター ※P8をご覧ください。）

赤い羽根共同募金が申請団体に助成されるまでのながれ



令和6年度集まった募金は、令和7年度に次の団体事業に助成されます。

上田市内の活動への助成

【順不同】

上田地区	上田地域福寿クラブ連合会	丸子地区	丸子地域シニアクラブ	武石地区	武石シニアクラブ
	(特非)上田市身体障害者福祉協会		丸子ボランティア連絡協議会		武石身体障害者福祉協会
	上田市赤十字奉仕団		傾聴ボランティア・まるこ		武石ボランティア連絡協議会
	上田ボランティア連絡協議会		上田市食生活改善推進協議会丸子ブロック		上田地区更生保護女性会武石支部
	上田地区更生保護女性会上田支部		Eーキャップの会		武石えん結びの会
	モチーフの会	真田地区	上田市丸子地区赤十字奉仕団		武石地区社会福祉協議会
	上田市子ども会育成連絡協議会		上田地区更生保護女性会丸子支部	全地区	武石もみじ会
	上田市視覚障がい者福祉協会		真田地域シニアクラブ		ふれあいカフェ武石
	上田市肢体不自由児者父母の会		おもちゃ図書館くるくるさなだ		上田市自治会連合会
	上田市聴覚障害者協会		上田市真田地区赤十字奉仕団		上田市民生委員・児童委員協議会
	うえだ市民ふれあい広場実行委員会		ミミールの会		(福)上田市社会福祉協議会
	上田地区保護司会		大福会	全地区	
	こどもとおとなの居間 だらっと		真田地域ボランティア連絡協議会		
	上小手話サークル		上田市食生活改善推進協議会真田ブロック		
	上小・東御生活と健康を守る会		ふれあい広場実行委員会		
	チャイルドラインうえだ運営委員会		おとぎの会		
	豊殿デマンド交通委員会		さなだ支え合い会議		
	豊殿ふれあいサロン運営委員会		グリュックの会		
	〇〇カフェやすらぎ				



上田市では、 このような福祉活動に活用されます。

地域での支え合い活動



▲地域ふれあい事業（上青木自治会）

自治会単位での地域ふれあい事業や、住民支え合いマップの作成、フードドライブなどに活用されています。

福祉教育の推進活動



▲高等学校での高齢者疑似体験

小・中学生、高校生が疑似体験や学習会などを通じて、福祉への理解を深める事業に活用されています。

子育て支援の活動



▲はじめてのダンス教室

子育て世代を対象とした講座の開催や、結婚相談、法律相談などの事業に活用されています。

障がい者、 高齢者を対象とした福祉活動



▲希望の旅

在宅の重度障がい者の方に、生きがいを高めることを目的とした旅行（希望の旅）や、在宅介護支援の一環としてみまもり（声かけ）訪問事業などに活用されています。

★上記以外に、各種相談事業、広報紙発行などに活用されています。



募金運動は上田市全域で行い、市内の店舗や施設などに募金箱を設置し協力をお願いしています。

令和6年度からご協力いただける店舗や施設などをご紹介します。

募金箱の設置場所一覧は、右記 QR コードからご確認いただけます。



募金箱設置場所一覧

上田地区	ことぶき商店	丸子地区	生田上原薬局	真田地区	焼きカレー屋 MEL's	武石地区	練馬区立武石少年自然の家
	平安堂 上田店		関薬局		菅平高原		ベルデ武石
	やまざきや		中村薬局		国際リゾートセンター		岳の湯 雲溪荘

ボランティアの力を、上田から能登地域へ！ 令和6年能登半島地震被災地支援 上田市社協災害ボランティア・バン（ボラ・バン）



上田市社会福祉協議会では、5月23日（木）～24日（金）に先遣隊として個人ボランティアの代表1人と、上田市職員3人、社協職員3人の計7人を能登町へ派遣しました。

その後、9月までに4回のボランティア・バンを実施し、個人ボランティア37人と社協職員9人の計46人を輪島市や能登町に派遣しました。高校生や大学生の若い世代も参加し、被災家屋の家財搬出、災害廃棄物の運搬などを行いました。

輪島市、珠洲市及び能登町などでは、9月21日からの豪雨災害もあり、引き続きボランティアを必要としている状況です。今後も現地の状況を確認しながら、継続的に被災地支援に努めていきます。今後の支援情報については、社協ホームページに掲載しますので、ご確認ください。



----- 災害救援ボランティアの事前登録を受け付けています！ -----

台風や地震などの災害発生時に、ボランティアとしてご協力いただける方に事前登録をお願いしています。ご協力いただける方は登録をお願いします。

※登録は、各ボランティア地域活動センターで受け付けています。

○上田ボランティア地域活動センター TEL 25-2629 ○真田ボランティア地域活動センター TEL 72-2998
○丸子ボランティア地域活動センター TEL 43-2566 ○武石ボランティア地域活動センター TEL 85-2466



講座・イベントのお知らせ



身体ぽかぽか体操



秋から冬の寒い季節にいっしょに体操をして、「身体ぽかぽか」温まりましょう。今年11月から来年2月まで定期開催し、いろいろな体操を行います。都合のよい日にご参加ください。

- ★日 程：① 11月20日(水)、② 12月17日(火)
③ 令和7年1月23日(木)、
④ 2月18日(火)
- ★時 間：10時30分～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
(中央3-5-1)
- ★内 容：① 500g から1kg の重さのダンベル体操
② 自宅でできるストレッチ
③ バランスボール ④ シニアヨガ
- ★講 師：上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会
に所属する各指導者
- ★定 員：①・③ 各20人、②・④ 各25人
- ★持ち物：飲み物、タオル、ストレッチマット(②・④
のみ) ※貸出用のマットもあります。
- ★その他：動きやすい服装でお越しください。
- ★申込み：上田地区センター地域福祉係へ
お申し込みください。(TEL：27-2025)
※定員になり次第締め切ります。

音訳ボランティア養成講座



音訳ボランティアは、視覚に障がいを持つ方のために書籍や広報誌などの内容を音声にして伝えるボランティア活動です。ご興味のある方は、お気軽にご参加ください。

- ★日 時：12月14日(土)
1部：10時～12時、2部：13時～15時
- ★場 所：丸子ふれあいステーション
3階 会議室(上丸子1600-1)
- ★内 容：1部 基礎編
(初めての方、基礎から学び直したい方)
2部 応用編
(基礎編講座修了者、現在音訳ボランティア
活動をされている方)
- ★講 師：フリーアナウンサー・音訳指導者
安田 知博氏
- ★定 員：各回20人
- ★申込み：丸子ボランティア地域活動センターへ
お申し込みください。(TEL：43-2566)
- ★申込締切：11月29日(金)



→ 社協会費で運営している事業です。



→ 赤い羽根共同募金の助成金を受けて行っている事業です。

マネーセミナー ～家計節約術 保険の見直し編～

保険の仕組み、社会保障制度、年金のことなどをまとめて学びます。セミナーに参加して自分らしい将来設計の立て方を学びましょう。

- ★日 時：11月19日(火) 13時30分～15時
- ★場 所：上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室(中央3-5-1)
- ★講 師：ほけんの窓口
ファイナンシャルプランナー 佐藤 寿一氏^{としかず}
ファイナンシャルプランナー 赤井 督治氏^{よしはる}
- ★定 員：20人
- ★申込み：まいさぽ上田へお申し込みください。
(TEL：71-5552)
- ★申込締切：11月15日(金) ※定員になり次第締め切ります。

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。

- ボッチャ ★日時：11月19日(火) 13時30分～15時
- モルック ★日時：12月3日(火) 13時30分～15時
- ★場 所：真田総合福祉センター(真田町長7190)
- ★講 師：上田市社会福祉協議会 職員
- ★定 員：各回15人
- ★持ち物：体育館シューズ
- ★その他：動きやすい服装でお越しください。
- ★申込み：真田地区センターへお申し込みください。
(TEL：72-2998) ※定員になり次第締め切ります。

ママのためのバレトン教室



バレエ、ヨガ、フィットネスを組み合わせた動きで、体幹を鍛えましょう。

- ★日 時：11月22日(金) 10時～11時30分
- ★場 所：丸子ふれあいステーション
3階 ふれあいグループ活動室(上丸子1600-1)
- ★講 師：ピラティスインストラクター 青木 いつみ氏
- ★定 員：15人
- ★対 象：子育て中のママ
- ★託 児：あり(事前予約が必要です)
- ★申込み：丸子地区センター地域福祉係へお申し込み
ください。(TEL：42-0033)
- ★申込締切：11月15日(金) ※定員になり次第締め切ります。

イベント情報の詳細は、上田市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



(令和6年7月1日～8月31日 寄附受付順)

- 退職公務員連盟上小支部様……タオル50点、手ぬぐい4点
- 匿名……白米10kg (指定寄附/丸子地域へ)
- 匿名……未使用はがき65枚
- 生塚自治会サポーターズ様……もち米60kg、白米20kg (指定寄附/こども食堂へ)
- 株式会社八十二銀行 神科支店様、株式会社長野銀行 上田支店様……食品647点、タオル1点
- 真田KOA株式会社様……未使用はがき13枚 使用済み切手100g
- 上田ライオンズクラブ様……車いす3台
- 匿名……白米26kg (指定寄附/丸子地域へ)
- 学校法人上田学園 上田西高等学校JRC部様……66,410円 (指定寄附/令和6年能登半島地震災害義援金)
- 匿名……白米10kg (指定寄附/丸子地域へ)
- 信州うえだ農業協同組合様……冷やし中華208点 りんごジュース420点
- 株式会社岩屋館様……白米15kg、生理用品5点 パスタ他7点
- Luna azul様……手作りレッスンバック他28点
- 川辺郵便局様……使用済み切手1.64kg
- 匿名……9,823円
- メンネルコール我謝様……133,766円 (指定寄附/令和6年能登半島地震災害義援金)
- 匿名……白米27kg (指定寄附/丸子地域へ)
- 新田長生会様……使用済み切手2g、未使用切手29枚 未使用はがき他36枚

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。

参加費
無料

第18回 上田市社会福祉大会

どなたでもご参加
いただけます!

大会テーマ ▶ 「あたたかい 心あふれる 協働のまち」

上田市社会福祉大会は、住民一人ひとりが福祉活動を支える一員として、総合的で持続可能な地域の新たな支え合いに向けて、社会福祉の発展に功績のあった個人・団体の表彰を行い、感謝の意を表するとともに、地域福祉を更に推進することを目的に開催します。

開催日時／**10月31日(木)**
13時30分～15時10分
(受付/13時から)

会 場／**サントミュージゼ 大ホール**
(天神3-15-15)

【内容】

●式典／表彰 (社会福祉活動功労者)

●講演『地域の絆、みんなの笑顔！～こころ元気に生きる～』

講師：こころ元気配達人

こころ元気研究所 所長 鎌 田 敏 氏

社協の無料相談

※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	11月16日(土)、12月21日(土) 10時～12時 11月14日(木) 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 上田市中心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。)