



社協だより

2023
令和5年
1/1
No.385

発行編集 諏訪市社会福祉協議会 〒392-0024 諏訪市小和田19-3 ☎52-2508

令和4年度 家族介護者支援事業

家族介護教室・リフレッシュ交流会

介護者の皆さん、介護に関心がある皆さん、在宅での介護について学び、交流や情報交換をしませんか？

第4回 家族介護教室

「介護保険ってどんな制度？」

要申込

介護保険の「基本のキ」をわかりやすくご説明いただけます。制度の「使い方」「費用はどのくらい？」聞きづらいこともこの機会に聞いてみませんか？

1月26日(木) 午後1時30分より3時

- 講師：諏訪市役所 高齢者福祉課 介護保険係 係長 有賀 恵 氏
- 場所：いきいき元気館3階 会議室2
- 参加費：無料 ■申込締切：当日まで
- 対象：市内在住の要支援1以上の方を在宅で介護している方。市内在住で介護に関心のある方。

家族介護者リフレッシュ交流会

ミニフラワーアレンジメント

要申込

ひな祭りにむけてお花を飾ってみませんか？参加者同士のお話で交流しましょう！

2月22日(水) 午後1時30分より3時

- 講師：お花遊び 林さん
- 場所：いきいき元気館3階 会議室2
- 参加費：300円
- 申込締切：当日まで
- 対象：市内在住の要支援1以上の方を在宅で介護している方。



問合せ・申込み：諏訪市社会福祉協議会 福祉係 電話 / 52-2508



安心くらしの総合相談所



●ボランティア・市民活動相談

- 相談日：毎日(祝祭日除く)午前9時～午後5時 但し、祝祭日が土日の場合は、相談可
- 相談員：ボランティア・ティナー等(社協職員)
- 会場：いきいき元気館3階 ボランティア・市民活動センター 電話 54-7715

●結婚相談(第1・3土 第2・4水)

- 相談日：1/7・21 午後1時～午後4時 1/11・25 午後6時～午後8時
- 相談員：常任相談員・結婚相談員 ※予約制
- 会場：いきいき元気館3階 会議室1

●介護相談(24時間)

- 在宅介護支援センター湯の里 電話 57-1000 FAX 57-3800
- 在宅介護支援センター西山の里 電話 56-1000 FAX 57-1711

●生活や就労等の相談

- 「仕事をしたくても見つからない」「病気があり仕事や生活が不安」などのお困りごとをお気軽にご相談ください。
- 相談日：月～金(祝祭日除く) 午前8時30分～午後5時15分
- 相談員：相談員・就労支援員(社協職員)
- 会場：諏訪市役所2階(旧204会議室) 諏訪市生活就労支援センター「まいさぼ諏訪市」 電話 52-4141(内線237)

●心配ごと相談(第1・3金)

- 「どこに相談したらいいのか」「話を聞いてもらいたい」など、お気軽にご相談下さい。
- 相談日：1/6 (社協職員) 1/20 (社協職員) 午後1時～午後4時
- 会場：いきいき元気館2階 相談室

●成年後見制度相談

- 相談日：月～金 午前9時～午後5時
- 相談員：専門員(社協職員)
- 会場：いきいき元気館2階 諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター ※来所時は事前にご連絡下さい。

●権利擁護相談・生活相談

- 相談日：月～金 午前9時～午後5時
- 相談員：専門員(社協職員)
- 会場：いきいき元気館2階 相談室 ※来所時は事前にご連絡下さい。

●法律相談(第2・4水)

- 相談日：1/11 午後1時～午後3時 1/25 午後1時～午後3時
- 相談員：弁護士・司法書士 ※完全予約制
- 会場：いきいき元気館2階 相談室

諏訪市^{しゃ}社会福祉^{きょう}協議会 電話 52-2508 FAX 57-1231 ※湯小路いきいき元気館は毎月第3月曜日全館休館です。毎日(土・日・祝祭日、第3月曜日を除く)、相談の受付を行っております。「相談窓口がわからない」という方も、お気軽にお問合せ下さい。

「社協だより」の発行には、諏訪市社会福祉協議会の会費及び「赤い羽根共同募金」の配分金が使われています。

共に生きる力を育む

福祉教育

諏訪市社会福祉協議会では、「ふだんの暮らしの中で幸せを感じられる地域づくり」の一環として、共に生きる力を育むための福祉教育を進めています。今年度の取り組みの一部を紹介します！

点字体験



赤十字奉仕団点訳班「光の会」の皆さんを講師に、点字について学びました。点字を使うのはどんな人だろう？身の回りにはどこにあるだろう？自分の名前や学校の名前を打つ体験も行いました。

福祉マップ作り



子どもから高齢者まで、すべての人が暮らしやすいまちについて「ユニバーサルデザイン」や「バリアフリー」の視点から学校の中を探検します。学校ならではの工夫や使いやすさ・使いづらさ、子ども目線でたくさんの発見があります。

障がい者スポーツ・フライングディスク体験



ボランティア団体「障がい者スポーツ アウトドア」の長井さんを講師に、知的障がい者スポーツとして発展してきたフライングディスクの体験を行いました。正確さを競う「アキュラシー」を体験し、障害の有無に関わらず競技に親しむことができました。

その他にも、車いす体験や車いすバスケット、聴覚障害についての学習、災害についてなどさまざま体験、地域の方との交流を通じて福祉について考え、みんなが暮らしやすいまちについて学びを深めています。学校だけでなく、地域からのご依頼もお待ちしています。

物品の寄付

〈11/16～12/15〉

ご芳名	寄付物品	寄付先
竹村 登様	千代紙	湯の里
(株)ダイワ様	使用済み切手	ボランティア・市民活動センター
諏訪郵便局様	使用済み切手	ボランティア・市民活動センター
じゅじゅいきいき会様	清拭布	湯の里
山田一豊様	米	ボランティア・市民活動センター
セブンイレブン ちの運動公園前店様	プリペイドカード	ボランティア・市民活動センター
平林明一様	紙おむつ	湯の里
諏訪城南郵便局様	使用済み切手	ボランティア・市民活動センター

社協への寄付

「ご厚意を深く感謝し、福祉事業に活用させていただきます。ありがとうございます。」

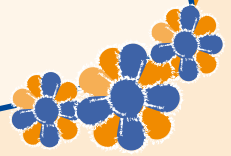
【社協事業への寄付】

11/22 湖南かたくりの会様





花の輪



ボランティア・市民活動情報誌

諏訪市ボランティア・市民活動
キャラクター



／遊びながら学ぼう／

防 災 運 動 会

2023年1月29日(日)

午後1時30分～午後3時30分 (受付: 午後1時から)

場所 いきいき元気館 3階 交流ひろば

先着30名
参加費無料

参加者には
お土産が
あるかも？！

種目

「連携プレイ！風船バケツリレー」
「あなたは何を選ぶ？借り物競争」
「100円ショップで揃う防災グッズ」

親子・三世代参加
大歓迎♪



申し込みはコチラから！



今月号
の
内容

- 防災運動会を開催します！
- 情報コーナー(参加者募集、ボランティア募集 等)

参加者募集

はじめてのボランティア説明会

(ボランティア・市民活動センター)

「ボランティアをしてみたい!でも、はじめてだからちょっと不安」というあなたへ、はじめてのボランティア説明会を開催します。自分にあった活動を一緒に探しましょう。

- 日時：1月12日(木)午後2時より
1月26日(木)午後2時より
- ※各回30分程度。上記日時以外も相談を受け付けています。
- 場所：いきいき元気館 3階
- 申込：不要
- 問合せ：ボランティア・市民活動センター

参加者募集

フードシェアの会 ～食について考えよう～

(末広プロジェクト)

コロナ禍により子ども食堂が開催できないなか、多くの皆様からお寄せいただいたお米を中心とした食材を無駄にしないため無料配布をしています。

- 日時：1月29日(日)
午後1時から3時
- 場所：みんなの居場所 ゆめひろ
- 対象：必要な方はどなたでも
- 内容：お米・野菜・保存食品・お菓子の配布、現代の食の在り方についての語り合い(希望者)
- ※できるだけ事前に連絡をお願いします。
- 問合せ：みんなの居場所 ゆめひろ (55-8734)



参加者募集

台所から環境問題を考える

(1000人の仲間)

気候変動、海洋プラスチックなど、深刻化する環境問題。暮らしの中で、環境のために私たちができること、地域でできること、広域でできることを、立ち止まってみんなで考えませんか?

- 日時：1月15日(日)
午後1時30分から3時
- 場所：いきいき元気館3階 会議室1
- 内容：報告(環境問題についての現状と課題)、みんなで懇談(環境のために私たちができること、地域でできること)
- 進行役：自然エネルギーネットまつもと 平島安人さん
- 参加費：無料(事前申し込み不要)
- 問合せ：代表 岩波 (090-9976-6732)



ろうきん茅野支店運営委員会よりフードドライブのご寄付をいただきました!

ろうきん茅野支店運営委員会の皆様より食品をご寄付いただきました。いただいた食品は調整し、生活に困っている方や、市内の子ども食堂など必要とされている方へお渡しする予定です。あたたかいお気持ちに感謝です。



ボランティアセンターの印刷機が新しくなりました!

いきいき元気館3階、ボランティア・市民活動センターの印刷機が新しくなりました。さまざまな団体の方が利用される印刷機ですので丁寧な取り扱いをお願いします。



ボランティア募集

カレンダー整理ボランティア

(ボランティア・市民活動センター)

ボランティア・市民活動センターでは今年度もカレンダー収集・配布を行っています。期間中、多くのカレンダーが集まっていますが、そのカレンダーを開き、種類別に分ける作業をお手伝いいただけるボランティアの皆さんを募集いたします。皆さんの力をお貸しください。

- 日時：1月13日(金)・1月20日(金)
1月27日(金)
- 午前10時から正午(作業終了まで)
- 場所：いきいき元気館3階
交流ひろば又は会議室
- 定員：各日20名
- 問合せ：ボランティア・市民活動センター

お知らせ

ボランティア募集、講座の参加者募集、イベントの開催等の募集記事を「花の輪」に掲載しませんか?

掲載を希望される場合は、発行前月の10日までに記事をお寄せください。花の輪編集委員会も毎月開催!興味のある方は是非お問合せ下さい!

- 問合せ/
ボランティア・市民活動センター
電話：54-7715
FAX：57-1231
E-mail：suwavc@po26.lcv.ne.jp

●11月のボランティア・市民活動センター利用状況

部屋の利用者数	245名(1日平均9.1名) ※ボラセン開館日(27日)で確認がとれた利用者数
印刷機利用枚数	3,311枚(登録団体：2,857枚 未登録団体：454枚)