



社協だより

2024
令和6年
4/1
No.400

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6年度 脳いきいき教室



物忘れや認知症の予防のための講座を開催します。頭と体を動かしながら脳を刺激するプログラムです。楽しみながら、脳にたくさんの刺激を与えましょう。5月開始の湖南コース（湖南公民館）・6月開始の四賀コース（四賀公民館）・7月開始の元気館コース（いきいき元気館）です。いずれも全6回で内容は同じです。いずれかをお選びください。

■対象：65歳以上の方で物忘れが気になる方、認知症予防に関心がある方 **各コース定員12名**
※室内運動が可能な方

■内容：体力測定、有酸素運動・脳と体を同時に使う運動（コグニサイズ等）
認知機能検査（国立長寿医療研究センター開発の NCGG-FAT）

■会場：①湖南公民館 ②四賀公民館 ③諏訪市総合福祉センターいきいき元気館

■持ち物：動きやすい服装、タオル、上履き、記入済の「健康・生活についての質問票」

■参加費：1,200円（保険、資料、お茶代）



①湖南コース

午後1時30分から3時
5月10・17・24・31日
6月7・14日※毎週金曜日の開催です。
■申込締切 4月18日

②四賀コース

午後1時30分から3時
6月6・13・20・27日
7月4・11日※毎週木曜日の開催です。
■申込締切 5月17日

③元気館コース

午後1時30分から3時
7月3・10・17・24・31日
8月7日 ※毎週水曜日の開催です。
■申込締切 6月14日

※お申し込みは諏訪市社会福祉協議会（湯小路いきいき元気館2階）へ

■お問合せ 諏訪市社会福祉協議会 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：ボランティアコーディネーター等（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：4/6・20 午後1時～午後4時
4/10・24 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：4/5（中洲・中央地区民生委員）
4/19（小和田・四賀地区民生委員）
午後1時～午後3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：4/10 午後1時～午後3時
4/24 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

諏訪市社会福祉協議会 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。

令和6年度 諏訪市社会福祉協議会事業計画

諏訪市社協は、「一人ひとりが地域の一員として、安心して暮らすことができるまちづくり」を進めるために、次のようなことに取り組みます。

また、令和6年度から、新たな地域福祉計画・活動計画に基づいた活動を進めるために、事業計画の項目を福祉計画に合わせて変更しています。

基本目標 1 地域づくり

～つながり、支え合い、
困りごとに寄り添える地域をつくる～

地域や福祉を知るための広報啓発や、思いやりの心を育む福祉教育の推進など、市民の中に情報発信し、学んだり課題を話し合ったりする機会や場所の創出を進めるとともに、コロナ禍で希薄化した人のつながりを、再び結びつける取り組みを行ってまいります。また、ボランティアや市民活動への参画、地区社協や区や自治会などにおける小地域福祉活動など、自分たちの住む地域をよくしていく活動や、サロン活動や介護予防活動など、自ら課題に気づく「地域共生社会」への参加を進めることにより、安心して暮らすことのできる地域づくりを進めます。

- ・福祉教育の推進
- ・広報、啓発、研修等の事業
- ・地区社協や小地域の福祉活動推進
- ・ボランティア・市民活動の推進
- ・ふれあいサロンなどの介護予防活動

基本目標 2 体制づくり

～複合的で困難な課題を抱えている人を
必要な支援につなげる～

従来から行っている総合相談や、生活福祉資金等の暮らしを支える事業を行うとともに、近年に取り組みを始めた、成年後見支援センター運営などの権利擁護事業、まいさぼ諏訪市による生活困窮者自立相談支援事業等などの取り組みを進めます。また、地域において把握される、様々な課題を抱える世帯への対応など、課題が複合的に重なり、困難な課題を抱える住民への支援体制の充実を図るとともに、「身寄り」に起因する問題への対応や、閉じこもりなど新たな地域生活課題への取り組みを進めてまいります。

- ・生活困窮者自立相談支援事業等(まいさぼ諏訪市)
- ・諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター
- ・総合的な福祉相談事業
- ・生活福祉資金貸付等相談支援体制の強化
- ・新たな地域生活課題への対応検討



基本目標 3 基盤づくり

～いざという時に頼れる制度や
サービスがある～

介護保険事業、障がいサービス事業の充実や、介護予防、認知症予防に資する事業などを行っています。安心して暮らすことのできる地域の実現のため、生活支援や介護、権利擁護などの各種サービスの充実強化に努めてまいります。あわせて、各種の相談事業や、県のおんしん未来創造センターとの協働による保証事業や生活支援事業を行なうことで、いざという時に住民が安心できる支援体制の構築に取り組んでまいります。

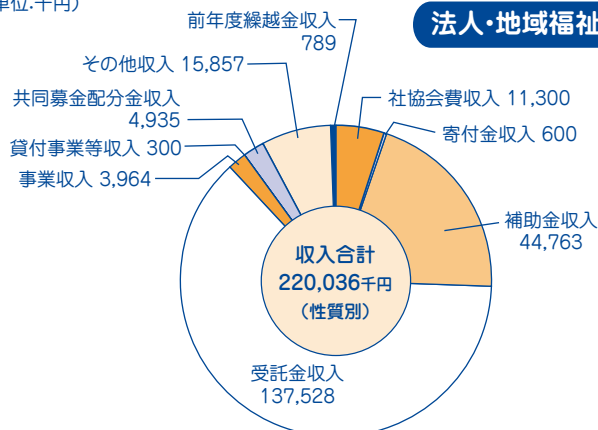
- ・介護保険事業「湯の里」「西山の里」「アストレ城南」等(ホームヘルパー、デイサービス、訪問入浴、ケアマネジメント等)
- ・障がい福祉サービス事業「障がい者デイサービス」「福祉作業所さざ波の家」
- ・各種相談事業、地域の支援体制の構築等

事業推進体制

将来にわたり事業を展開するためには、赤字経営からの脱却が急務のため、運営健全化に取り組みます。また、職員傘下による「社協発展強化計画」の推進や、新しく策定された「諏訪市地域福祉計画」「地域福祉活動計画」の実現に向けての事業を展開し、既存事業の見直しも含めて、福祉ニーズにあった事業を進めていきます。また、BCP(事業継続計画)、国の働き方改革への対応などを進めてまいります。

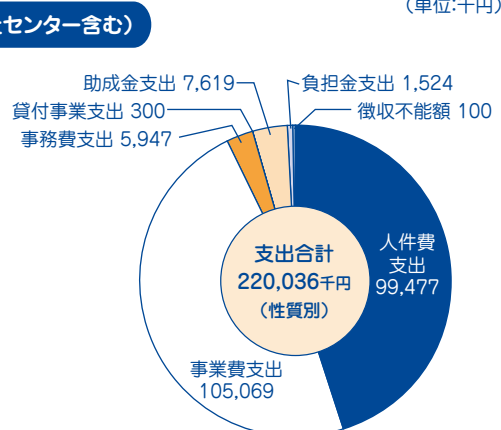
令和6年度 諏訪市社会福祉協議会事業 予算

(単位:千円)



収入の部

(単位:千円)



支出の部

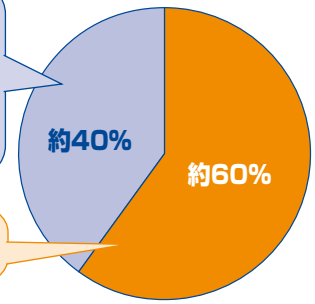
法人・地域福祉部門(総合福祉センター含む)

令和5年度に集まった赤い羽根共同募金の使いみちが決定しました！

今年度、10月～12月の期間中に皆さまからいただいた善意の募金は、総額 8,116,644 円でした。
 このお金は、長野県共同募金会で一旦集計された後、4,980,644 円(約60%)が来年度、諏訪市に還ってきます。
 3月に行われた委員会で、還ってくるお金の使いみち(配分先)が決まりました。令和6年度、以下の団体の活動を諏訪市の共同募金は応援します。

長野県内全域の社会福祉施設・団体の事業や安心・安全なまちづくりのための防災用具整備事業や災害援護金(見舞金)、災害等準備金積立などに活用されます。(3,136,000円)

諏訪市内の身近な福祉活動に活用されます。



諏訪市内の団体への配分(公募配分)

(単位:円)

| 配分団体名 | 事業内容 | 配分額 |
|---------------------------|-------------------------|-----------|
| 諏訪市老人クラブ連合会 | 機関誌による健康増進と介護予防の推進活動 | 45,000 |
| | 諏訪湖畔 花いっぱい美化運動 | 45,000 |
| ひとり親すわっこ会 | ひとり親家庭等親子遠足 | 60,750 |
| | 地区交流会 | 56,700 |
| 諏訪市子ども育成会連合会 | 諏訪市・秦野市交流事業 | 135,000 |
| | 家庭の子育て講座 | 54,000 |
| | 地域活性子ども育成化事業 | 54,000 |
| 諏訪市更生保護女性会 | 住民対象の更生保護普及研修 | 40,500 |
| 諏訪市少年警察ボランティア協会 | 大型紙芝居のリメイクと付属備品の改善 | 81,000 |
| | 啓発物品購入及び製作 | 13,500 |
| | 広報紙発行 | 9,000 |
| 諏訪市民生児童委員協議会 | 民生児童委員全員協議会・研修会 | 85,860 |
| 世界自閉症啓発デー ブルーライトアップ委員会 | 世界自閉症啓発デー「高島城ブルーライトアップ」 | 90,000 |
| 諏訪防災ネットワーク | 諏訪防災ネットワーク 防災啓発活動 | 90,000 |
| ひなどり保育園 | 避難車兼用お散歩車購入事業 | 90,000 |
| この街きっず学園 | (発達障害児) 子育て支援事業 | 45,000 |
| 劇団諏訪かりん | 特殊詐欺被害防止の寸劇を通して広報啓発活動 | 90,000 |
| 湖南地区防災連合協議会 | 広報誌「防災湖南」の発行及び配布 | 54,000 |
| | 誘導灯、避難訓練で使用する段ボールベッドの購入 | 36,000 |
| 合計 | | 1,175,310 |

社会福祉協議会への配分

(単位:円)

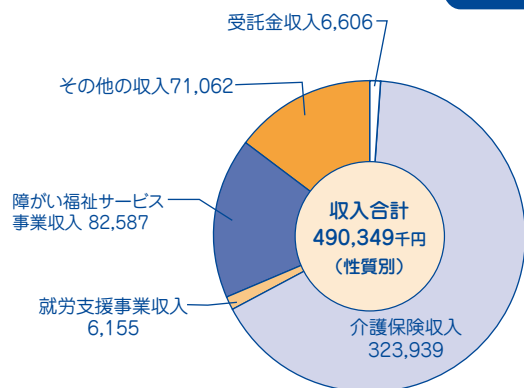
| 事業区分 | 事業名 | 配分額 |
|------------|---|-----------|
| 社会福祉啓発事業 | ボランティアフェスタ・社会福祉大会開催、社協だより発行 | 1,060,000 |
| 地域福祉推進事業 | 地区社協助成事業、地域福祉活動推進事業、児童生徒ボランティア体験事業、福祉普及校事業、地域福祉権利擁護理解促進事業 | 1,015,334 |
| ボランティア育成事業 | ボランティアグループ助成事業、ボランティア活動支援講習会等 | 1,130,000 |
| 相談援助事業 | 総合相談事業 | 600,000 |
| 合計 | | 3,805,334 |

令和6年度 諏訪市社会福祉協議会事業 予算

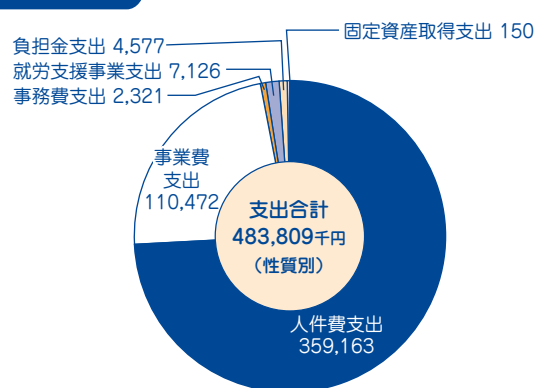
(単位:千円)

介護・障がい者サービス部門

(単位:千円)



収入の部



支出の部



『NAGANO ai MATCH』 女性向けキャンペーンのお知らせ



長野県婚活センターが運営しております『NAGANO ai MATCH』（ながの結婚マッチングシステム）が女性向けキャンペーンを実施中です!!

通常登録料2年間で10,000円のところ、**1年間3,000円**でご登録いただけます。

今が出会いのチャンス!!この機会をお見逃しなく!!

なお、マッチングシステムに登録するには、諏訪市結婚相談所「Bel Post すわ」への登録が必要です。まずはお問い合わせをお願いいたします♡

❁ 諏訪市結婚相談所「Bel Post すわ」のご案内 ❁

- 登録料は**無料**です。お見合い料・成婚料などもかかりません。
- 定例相談日：**予約制** 毎月第1・3土曜日：午後1時～4時、第2・4水曜日：午後6時～8時
- 相談場所：諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館3階 会議室1

お気軽にお問い合わせください

問合せ：電話 52-2508 専用メールアドレス：e-deai@suwacity-shakyo.or.jp

Facebook で最新情報をお届けしています。

facebook

Bel Post すわ

🔍 検索

成年後見制度の市民向け活用セミナーを開催しました!

不安に寄り添う成年後見制度～身近なケースで考えよう!!～

令和6年3月5日(火)に、いきいき元気館(総合福祉センター)で、司法書士 國枝弘之先生、いぶきゆいの家管理者 堀口徹氏、民生委員 青沼水門さんを講師にお迎えし、大勢の皆さんに参加していただきました。難しい制度内容ですが具体的な事例をもとにお話しし、質問もたくさんいただきました。ご参加された皆さま、ありがとうございました。



諏訪市社会福祉協議会『社協だより』が400号を迎えました



諏訪市社会福祉協議会発行編集の『社協だより』は今月で400号を迎えました。この節目の機会をお借りして、あらためて地域の皆さまに感謝申し上げます。これからも皆さまに親しんでいただけるよう、充実した広報誌を目指してまいります。今後ともご支援のほどよろしくお願いいたします。



【社協事業への寄付】
3/6 山田 豊様(豊田)

2/20 故 有賀 さわ江様
寄付者 有賀 節子様
一詞様(豊田)

【遺志寄付金】

「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。」

社協への寄付

物品の寄付

(2/16～3/15)

| ご芳名 | 寄付物品 | 寄付先 |
|---------|--------|-----------------|
| 岩本福雄様 | 使用済み切手 | ボランティア・市民活動センター |
| 株中山タイヤ様 | クリップ | |
| 宮坂尚樹様 | 玄米 | |
| 山田 隆様 | 下着 | |





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



ボランティア・市民活動助成金 報告会 / 説明会のお知らせ

令和5年度ボランティア・市民活動助成金の助成を受けた団体の報告会と令和6年度助成金説明会を開催いたします。助成金の申請を検討されている方や市民活動に興味のある方など、どなたでもご参加いただけます。

報告会

■日時 4月11日(木)
午後6時30分から



■会場
湯小路いきいき元気館3階 交流ひろば

■内容
・令和5年度助成団体による報告
・参加者同士の交流(予定)

説明会

■日時 4月8日(月) 午後 7時から
4月9日(火) 午前 10時から

■会場
湯小路いきいき元気館3階 交流ひろば

■内容
令和6年度ボランティア・市民活動助成金
について(地域住民グループ支援事業共催
負担金説明会も併せて実施)
※説明会は両日とも同内容となります。

説明やご相談は窓口でも受け付けております。
個別での対応も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。



今月号
の内容

- ボランティア・市民活動助成金 報告会・説明会のお知らせ
- ボランティア・市民活動センター利用案内 ○ボランティア団体紹介(森の工房あかね舎)
- 令和6年度 ボランティア・市民活動助成金申請団体募集
- 情報コーナー(参加者募集、ボランティア募集 等)

諏訪市社協
ホームページ



ボランティア・
市民活動センター
公式SNS



ボランティア・市民活動センターをご利用ください！

- 場 所：諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館3階(諏訪市小和田19-3)
- 利用時間：毎日(年末年始、第3月曜日を除く)午前9時～午後9時30分まで
- 電話：54-7715 ■ファックス：57-1231

ボランティア・市民活動相談

ボランティアをしてほしい、ボランティアを探している等のご相談のほかに、団体の立ち上げに関することや、運営資金に関する悩み等、ご相談ください。

ミーティングスペースの利用

どなたでも無料で利用できますが、原則ボランティア・市民活動団体が優先されます。フリースペースですが、事前に使用することがわかっている場合は人数把握表にご記入いただくと他団体との調整ができます。あくまでも人数把握ですのでゆずりあってご利用ください。貸切の利用はできません。



印刷機、紙折り機等の使用

印刷機や紙折り機、コピー機、ペーパーカッター等の物品も使用できます。

(※印刷機のみ、利用時間午前9時～午後5時まで)



情報掲示板、チラシの設置

「ボランティア募集」や、「ボランティアをします!」など、情報を掲示しております。

情報の掲示・チラシの設置をしたい方は、ボラセン職員までご相談ください!



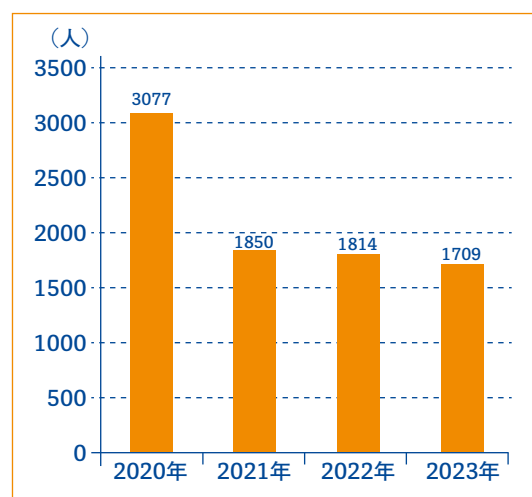
Check!

数字で見るボランティア・市民活動センター

2020年から2023年までの4年間の諏訪市ボランティア・市民活動センターの利用者数の推移をまとめてみました。コロナ前の2020年は団体での打合せ等の利用者が多く、1日平均10名を超える利用がありました。2021年以降はコロナの影響を受け、閉鎖の期間があり、利用者が減少傾向にあります。2023年は新型コロナが感染症法上の5類となり、コロナの影響は少なかったもののボランティア活動・市民活動はまだ停滞している印象です。

2024年、活動の拠点として諏訪市ボランティア・市民活動センターをご利用いただき、ボランティア・市民活動を活性化していければと考えています。

ボランティアセンター使ってね♪



ボランティア団体の紹介

森の工房 あかね舎

森の工房あかね舎は諏訪市中洲にて2015年に開所した福祉事業所で、ものづくりや農作業を中心に、利用者さんたちが経済的かつ精神的に自立した生活を送るためのお手伝いをしています。『障がい・性別・年齢・国籍を問わず地域と共に生きる社会にしたい』という願いから、地域行事や県内外のマルシェへの参加、自舎イベントなど、地域と交流できる場を積極的に提供しています。



開設8周年を迎え、今までお世話になった方々との縁や利用者の想いが8の字のように末広がりになる願いを込め、2月23日に『あかね舎まつり』を開催しました。あかね舎メンバー全員からなる劇団あかね舎では、10か月練習を重ねた「エルフとともだちの物語」を披露。他にも利用者によるファッションショー、計27ブースのマルシェも開催しました。

県内外、合わせて約700名の方にお越しいただき、「みんなを笑顔にしよう」というあかね舎の目標を達成することが出来たと同時に、更なる飛躍につながるイベントとなりました。

この活動は令和5年度ボランティア・市民活動助成金を活用しています

令和6年度「ボランティア・市民活動 活動助成金」申請団体募集

今年度もボランティア・市民活動 活動助成金の申請団体を募集します。相談は随時受け付けていますので、検討段階でもお気軽にお問合せください。詳細についてはホームページをご覧ください。

■募集期間：4月8日（月）～5月7日（火）



令和6年能登半島地震災害ボランティア事前登録

対象者

- ① 諏訪市在住または在勤の方
- ① 16歳以上、65歳未満の方
(18歳未満の場合は保護者の承諾が必要)
- ② 心身とも健康な方
- ③ 団体行動がとれる方
- ④ 現地の要請に応じたボランティア活動ができる方
- ⑤ 家族の了承が得られる方
- ⑥ 持ち物を自ら準備し、当日持参できる方
- ⑦ ボランティア活動保険（またはそれに代替する保険）に加入済
または加入する意思がある方

登録方法

登録を希望する方は、
Google フォーム
(<https://forms.gle/9v8U3Tn-mCbCXUb1H6>)に入力し、申し込んで下さい。



問合 諏訪市社会福祉協議会／ボランティア・市民活動センター
〒392-0024 諏訪市小和田19-3 TEL 54-7715 FAX 57-1231

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：4月 6日(土)午後2時より
4月17日(水)午前10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

みんなで食堂 駄菓子屋さん・食材配布

(末広プロジェクト)

大人も子どももお年寄りも親子連れも若者も誰でもみんなで集まって、みんなで食べて、食を仲立ちとした楽しいひと時を過ごしてみませんか。あわせて駄菓子屋さんと食材配布も行います。

- 日時：4月28日(日)
- 準備：午前10時から
- 食事：12時から
- 駄菓子屋さん：13時から
- 食材配布：13時から
- 終了：14時
- 場所：みんなの居場所 ゆめひろ
- 対象：どなたでも
- 参加費：大人300円
子ども 何でもワンコイン
- 食数に限りがありますので事前に予約をお願いします。
- 駐車場は市営駐車場・近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 可能な方は準備から片付けまでの参加をお願いします。
- 問合せ：みんなの居場所
ゆめひろ(55-8734)



参加者募集

がん患者遺族の集いの場

(仮称：サロンすわ)

愛しい家族を亡くされ、深い悲しみと辛いお気持ちなど様々な想いを抱いて、日常生活を送られているのではございませんか?ご自身のお気持ちの流れに逆らわず、無理をしないで少し先を見てほんの少しだけ一歩を踏み出してみませんか?“集いの場”で語り合い、悲しみを分かち合い、心の痛みを緩和し支え合う場とし、悲嘆からの回復のために集う会にすることを目的にしたいと考えております。

- 日時：4月20日(土)
午後1時30分～3時30分
- 場所：いきいき元気館 会議室2
- 参加費：無料
- 申込：不要
- 問合せ：長谷部(090-9357-1890)
打 田(090-8234-4392)



メンバー募集

ボランティア・市民活動情報誌 「花の輪」編集委員会

(ボランティア・市民活動センター)

毎月1日に全戸配布される『花の輪』の編集委員を募集します。記事についてのアイデア出しやボランティア団体等の取材や写真撮影、出来上がった記事の構成など楽しく活動していただいています。

「カメラで写真を撮るのが得意!」「イラストを描くのが得意!」「文章を書くことに興味がある!」という方、ぜひ1度ご連絡ください。見学も大歓迎です!

- 4月の花の輪編集委員会：4月8日(月)午後1時30分から3時(見学大歓迎ですが事前にご連絡ください)
- 問合せ：ボランティア・市民活動センター(54-7715)



篠原さん 中村さん 原さん 早川さん

ボランティア募集

ワンちゃんのお散歩代行

(SWANS VOLUNTEER(スワズボランティア))

犬のお散歩代行をお手伝いいただけるボランティアさんを募集しています。お散歩時間1回約30分。お散歩日程は応相談です。若干名の方を募集します。

- 問合せ：SWANS VOLUNTEER
寺田(090-5856-4761)

参加者募集

口腔ケア教室 (オーラルフレイル予防教室)

すわ口福会(旧すわ食支援四つ葉の会)

オーラルフレイルとは「お口のささいな衰え」です。「食べこぼすようになった。」「食事に時間がかかるようになった。」「よくムセるようになった。」「言葉が聞き取りにくい、と言われる。」などの気になることはありませんか?

今回は、「口の中の手入れの仕方」(口腔衛生の話と実技指導)です。オーラルフレイル予防の基本は、口の中の健康から。高齢の方に限らず、どなたでも参加できます。

- 日時：4月25日(木)
午前11時～11時45分
- 場所：諏訪市総合福祉センター
湯小路いきいき元気館 会議室2
- 担当：すわ口福会
代表 小澤(歯科衛生士)他
- 対象：どなたでも
- 参加費：無料
- 持ち物：歯ブラシなど日頃お使いのもの
- 問合せ：代表・小澤(58-8338)(折り返し連絡します。)

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

●2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 | 105名(1日平均4.0名) ※ボラセン開館日(26日)で確認がとれた利用者数 |
| 印刷機利用枚数 | 7,935枚(登録団体：5,974枚 未登録団体：1,961枚) |