



# 社協だより

2025  
令和7年  
9/1  
No.417

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



## 9月は認知症月間です

9月は認知症への関心と理解を深めるための「認知症月間」です。この月間にあわせて全国各地で認知症に関するイベントが行われます。諏訪市でも2つの講座を予定しております。



### 認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講したことがある方や認知症サポーターの活動に関心のある方を対象にステップアップ講座を開催します。今回は認知症の方の活躍の機会について学び、「認知症になっても希望を持ち続けられる生活」について考えます。

- 日 時：9月24日(水)午後1時30分から3時30分
- 場 所：いきいき元気館3階 交流ひろば
- 講 師：認知症の人と家族の会 長野県支部諏訪地区会 あざみの会 世話人 小笠原 裕子 様
- 内 容：講話「認知症になっても働きたい」
- 対 象：認知症サポーター養成講座を受講したことのある方・認知症に関心のある方
- 申込・問合せ：前日までに下記までお申し込みください。



### 市民向け認知症サポーター養成講座

認知症の症状や、認知症の方との関わり方について分かりやすくお伝えする講座です。

- 日 時：9月18日(木)午前10時00分から11時30分
- 場 所：いきいき元気館3階 交流ひろば
- 対 象：どなたでも
- 申込み・問合せ：前日までに下記までお申し込みください。

問合せ：諏訪市キャラバン・メイト連絡会(事務局：諏訪市社会福祉協議会) 電話：0266-52-2508

## 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・リーダー等(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・3水)

- 相談日：9/6・20 午後1時～午後4時  
9/10・17 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  
「まいさほ諏訪市」  
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：9/ 5(中洲・湖南地区民生委員)  
9/19(小和田・東南部地区民生委員)  
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：9/10 午後1時～午後3時  
9/24 午後6時～午後8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。

開催しました!

# 令和7年度第1回諏訪市第1層協議体

6月24日(火)諏訪市総合福祉センターにおいて、24名の参加者により協議体(話し合いの場)を行いました。

『地域話題を共有』をテーマとし、参加メンバーそれぞれが「地域話題」を持ち寄りました。「その事象はなぜ起きているのか?」の深掘りを丁寧に行い、更なる互助活動により、地域において前向きな変化が起こり得る可能性を共有することができました。諏訪市第1層協議体では、今後も「誰もが元気に安心して暮らせるまちづくり」を目指して、実りある話し合いを行ってまいります

## 協議体とは?

住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らし続けるために、関係団体と地域の現状や困りごと・課題を共有し、必要な取り組みやしくみ等について話し合いをする場です。

## 話し合いの様子



CHECK

次回開催は12月です!!

問合せ：諏訪市社会福祉協議会 福祉係 電話：52-2508  
メール：jimukyoku@suwacity-shakyo.or.jp

新コーナー

## 地区社会福祉協議会 発足から30年

地域特集  
イマ☆ココ

# これからの地域福祉を考えよう ～地域福祉2.0～

### わたしたち諏訪市社会福祉協議会の使命

地域福祉を進める中心的な団体として、子どもから高齢者まですべての人々が、  
普段の暮らしの幸せの中で幸せを感じられるまちづくりをすすめます。

名称に「協議会」という言葉が入っているのは、職員が一方向的に地域福祉を進めるのではなく、そこに住むさまざまな人・団体がつながり、話し合いながら福祉課題に取り組み、住みよい地域を自分たちの手で作っていく、という思いがあります。

### 現状 ～社協法人化から65年、地区社協の立ち上げから30年～

30年前の1995年は高齢化率17%(現在32%)。これから高齢社会に突入していくこと等を課題として、各地域で地区社協の立ち上げが進められてきました。では、今の諏訪市・これからの地域福祉は何が課題で何を目指していくべきでしょうか?



- 超高齢社会、人口減少、福祉人材も働き手不足。血縁・地縁・社縁などつながりの希薄化が進んでいる!
- 「人とつながろう・支え合おう」と地域福祉を呼びかけてきた社協には逆風の時代?!

### このまま行くと…元気で動ける今のうちはいいかもしれない。

…でも、病気や事故、災害、孤立、老いなど、自分の力だけじゃどうしようもなくなった時、どうなるでしょうか?

「どうしたの?」と声をかけてくれる第三者が、身近にいますか?「困ってるから助けて!」と声をあげられますか?



### ～今の時代に合った地域福祉のあり方を考えよう～

長年続いてきた、福祉課題を話し合う仕組みの「地区社会福祉協議会」。その思い・目的は継承されているのでしょうか? 中洲地区社協では、昨年からこうした課題意識を共有し話し合いが始まっています。次号からその取り組みをお伝えしていきます。彼らの掲げた中期ビジョンは「住みたい街 No.1」どんな取り組みが進んでいくのか楽しみです♪



≧ 諏訪市社協も、参画・協働し、これからの地域福祉を考えていきます。皆さんの力をぜひ貸して下さい。



## 令和7年度 諏訪市家族介護支援事業 9月の家族介護教室



### みんなで話そう 排泄介助の悩みやコツ

各回 定員15名 参加費300円

介護の中でも大変な排泄介助。紙パンツやパットがちゃんとあたってないのかしら…?うまくサポートできないなあ…という悩みはつきものです。当日は介護の現場で働く方と、介護に関心のある方・ご家庭で介護されている方が一緒になって日頃の悩みを共有し、悩みを解消するためのコツも一緒に考えます。もちろん失敗だってみんなあるはず。気軽に話しに来ませんか。

- 日時：9月19日(金) 午後1時～3時
- 場所：湯小路いきいき元気館3階 会議室2
- 講師：諏訪市社会福祉協議会 西山の里所長 藤森 綾子氏／訪問介護主任 伊藤 ちはる氏

### フットケア、爪切りの大切さ！

体を支える「足」。しかし、土台とも言える足の健康に気を配っている人は多くありません。特に足の爪は体のバランスを取るのに重要です。ご自分の爪も家族の爪も、切るのが難しいなあと思ったことはありませんか？爪を切るときのコツや血流を良くする方法を学び、「足の健康」を見直してみましょう。かんたんにできる足浴も実践します!!

- 日時：9月25日(木) 午後1時～3時
- 場所：湯小路いきいき元気館3階 会議室2
- 講師：メディカルフットケアJF協会会員 フットケアワーカー・看護師 宮田 久子氏・小林 道子氏
- 持ち物：タオル

- 対象：介護に関心のある方・市内在住の要支援1以上の方を在宅で介護されている方
- 申込締切：各回開催3日前まで
- 問合せ・申込み：諏訪市社会福祉協議会 福祉係 電話：0266-52-2508
- ※ご来場にタクシーが必要な方はご相談ください。



Googleフォームからもお申込みいただけます

## 令和7年度 共同募金 安心・安全なまちづくり活動公募配分事業のご案内

地域の安心・安全の暮らしを住民とともにつくる活動を支援するため、下記の内容で共同募金配分事業を公募します。

### ■配分(助成)対象団体

- ①会の事業目的を明記した会則等を有する非営利の住民組織団体で、1年以上の活動実績を有する団体が行う事業で、市内において地域住民を対象として行う防災、防災啓発・実施事業。
  - ②保育所を運営する社会福祉法人が、防災、防犯を目的として行う施設整備事業。
- ※昨年度の申請が多かったため2回目の申請は対象としません。

### ■申請方法

令和7年11月11日(火)までに諏訪市共同募金会(諏訪市社会福祉協議会内)に申請書を提出してください。申請書は窓口にあります。

### ■配分額

- ①上限20万円
- ②上限30万円(対象事業に直接必要とする経費の75%以内)

### ■防災物品例 ※詳しくはお問合せ下さい

発電機、テント、投光器、ヘルメット、担架、車いす、リヤカー、AED、救急セット、無線機 等



問合せ：諏訪市共同募金会(諏訪市社会福祉協議会内) 電話：52-2508 FAX：57-1231

# 会議室予約状況の確認ができます

諏訪市総合福祉センター（湯小路いきいき元気館）は、子どもからお年寄りまで広く多数の市民が集い、交流の場として、また福祉を支える関係団体・各種ボランティア団体の活動を支える場として利用されています。

交流ひろば・会議室の会場予約状況がわかるようになりました。これまでどおり電話やセンター受付での確認方法の他、ホームページやセンター正面入口にて確認できるようになります。ご活用ください。

## 交流ひろば・会議室予約状況一覧について

- 運用開始 令和7年9月1日(月)午前9時より
- 表示場所 ①諏訪市社会福祉協議会ホームページ  
<http://www.suwacity-shakyo.or.jp/>  
②諏訪市総合福祉センター入口

※予約状況を確認できるのは3か月先までとなります。予約は原則2か月先まで可能です。詳細はホームページ、電話にてお問合せください。



※3階交流ひろば・会議室は、諏訪市内、諏訪圏域で活動する福祉団体の方、またはボランティア・市民活動を行う団体が利用される場合にご利用いただけます。

※ご利用には総合福祉センターの登録が必要です。

お問合せ：指定管理者 諏訪市社会福祉協議会  
電話 52-2508 メール [fukushi-center@suwacity-shakyo.or.jp](mailto:fukushi-center@suwacity-shakyo.or.jp)

## 令和8年度採用 諏訪市社会福祉協議会職員(正職員)の募集について

- 募集内容 社協総合職 正職員 若干名  
(地域福祉、相談援助、介護サービス等の相談員 等の業務)
- 応募条件 福祉系の専門学校、短期大学、または、4年制大学を卒業(令和8年3月卒業見込む)の方  
もしくは、福祉関係職種を3年以上経験された方  
普通免許取得者で通勤可能な方
- 選考方法 1次試験日 令和7年10月25日(土)(諏訪市総合福祉センター)  
1次試験合格者に対し面接等による2次試験を行い、採用者を決定します
- 応募期間 令和7年9月1日から10月13日の間に、諏訪市社会福祉協議会まで募集要項指定の書類を提出してください(郵送の場合も10月13日必着です)
- 募集要項等 要項および詳細は当協議会ホームページからダウンロードください

諏訪市社協  検索

### ■問い合わせ、書類提出先

諏訪市社会福祉協議会(担当：桜井)  
〒392-0024 諏訪市小和田19-3 諏訪市総合福祉センター内  
電話：0266-52-2508 FAX：0266-57-1231

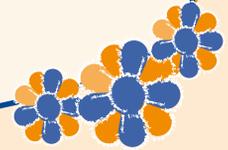
## 物品の寄付

〈7/16～8/15〉

ご芳名	寄付物品	寄付先
株式会社 アクアテック杉村様 濱 明美様	使用済み切手 紙おむつ	ボランティア・市民活動センター



# 花の輪



ボランティア・市民活動情報誌

## 防災運動会を開催しました!

8月3日(日)に防災運動会を開催しました。今回は「生き残れ!災害サバイバルクイズ」「つなげ!ロープとチームの絆」「体験!パッククッキング」の3種目を行い、防災に役立つ知識を楽しみながら学ぶことができました。

### 1. 「生き残れ!サバイバルクイズ」

防災クロスロードを使い、災害時どう判断するか、グループでゲーム形式で考えました。また、100均で買える防災グッズを使い、与えられた困難を乗り越える方法を考えました。



山で遭難したらブルーシートが役立ちそう!

学校へ行く途中に地震が起きたら...??  
あなたはどする??



うまく結べるかな?



### 2. 「つなげ!ロープとチームの絆」

協力：諏訪防災ネットワーク  
日頃あまり学ぶことのないロープワーク。今回は基本的な「本結び」を学びました。覚えた後は本結びでリレー対決!楽しみながらロープワークを覚えることができました。



美味しいものを食べると  
笑顔が溢れます♡



材料を袋に入れて  
ませませ♪



### 3. 「体験!パッククッキング」

協力：諏訪防災ネットワーク  
災害時に役立つ料理法の1つ「パッククッキング」を体験しました。簡単なのに美味しい仕上がりに家でも作ってみたいという声が多く聞こえてきました。

今月号  
の  
内容

- 防災運動会を開催しました
- 夏のボランティア体験「サマーチャレンジ2025」を開催しました
- ボラフェスニュース
- 情報コーナー(参加者募集、ボランティア募集等)

諏訪市ボランティア・市民活動  
キャラクター



ここぴい

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





# 夏のボランティア体験 サマーチャレンジ2025



ボランティア・市民活動センターでは7月22日(火)から8月31日(日)の期間中、「夏のボランティア体験 サマーチャレンジ2025」を開催しました。小学生・中学生・専門学生・大学生・一般の計100名を超える方が30の施設・ボランティア団体でボランティア体験をしました。今回はその様子をご紹介します。



さざ波の家



SUWART



ライフトアすわ



こころ高島



災害思いやり部会



すわっこいきいき体操



中学3年生 笠原 ゆめかさん

聖母憩の家



近所にある施設で、以前から気になっていました。高齢者と関わる仕事に興味があり、今回の体験は実際の様子を知る良い機会になったと思います。中学生のうちにさまざまなことを経験したいと考えていたので、利用者の方との交流や作業はとても充実した時間でした。こうした場所が高齢の方々にとって交流の場となっていることは、本当に素敵だと感じます。



前回の「サマーチャレンジ」でも保育園での体験を行い、年長さんから年少さんまで、年齢に応じた接し方を学ぶことができました。小さな子どもが好きで、将来は保育士も進路の一つとして考えています。実際に保育園の先生の姿を近くで見られたことは、とても貴重な経験でした。



中学3年生 牛山 蔵樹さん

角間川保育園



## 花火大会翌日にゴミ拾いをしました!

当日は朝6時という早い時間にもかかわらず、25名を超える学生が参加し、湖畔の清掃活動に汗を流しました。



## 📣 ボラフェスニュース

# ボランティアフェスタ2025

## 当日ボランティア大募集!



ボランティア・市民活動の啓発と活動に参加するきっかけづくりを目的に開催する「**ボランティアフェスタ 2025**」。実行委員会を中心に準備中です。**ボランティアフェスタ 2025**を成功させるためには当日、多くの方の人手が必要になります。今回は当日の運営をお手伝いいただける「**当日ボランティア**」の皆さんを募集します!! ボランティア活動をしたことがない方、普段は働いていてなかなかボランティア活動に参加できない方、学生さんなど多くの方のご協力をお願いいたします。

## ボランティアフェスタ 2025

日時：11.3(月)文化の日 午前10時から午後2時

場所：長野県福祉大学校

### 《ボランティアフェスタ2024の様子》



## 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：9月10日(水)午前10時より  
9月30日(火)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

## ボランティア募集

### ちょこっと・有償サポート

(SWANS VOLUNTEER(スワンスボランティア))

- 高齢者の方、家事でお困りの方はおみえになりませんか。私たちは家事全般、犬の散歩等代行する有償ボランティアを立ち上げました。
- ボランティア 1時間 1,000円
- ボランティア保険等詳細はご相談
- 家事のほか犬のお散歩等お困りの方
- ボランティアにご協力いただける方お気軽にお問い合わせください。
- 問合せ：SWANS VOLUNTEER 寺田(090-5856-4761)

## 参加者募集

### 腹話術友の会諏訪支部 発足20年の発表会

(腹話術友の会 諏訪支部)

腹話術友の会 諏訪支部は2025年4月に20周年を迎えました。日頃のボランティア活動を多くの皆さんに見ていただきたいという思いから発足20年の発表会を企画しました。お気軽におでかけください。そして、一緒に楽しみましょう。

- 日時：9月30日(火)午後2時から
- 場所：いきいき元気館 3階 交流ひろば
- 内容：腹話術や太鼓、フラダンス、マツケンサンバなど
- 申込：不要
- 参加費：無料
- 問合せ：腹話術友の会諏訪支部 松木(090-5781-8848)



## 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：9月28日(日)
- 準備：午前10時から
- 食事：午前12時から
- 駄菓子屋さん：午後1時から
- 食材配布：午後1時から
- 終了：午後2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

### 笹エッセンスアート講座

(こもりびとの居場所「ふぁにか」)

2025年5月からスタートしたばかりの居場所です。「何かを見つける!」という意味の造語「Find Nanika」(ふぁいんど なにか)を略して「ふぁにか」です。やりたいことを一緒にやりながら、楽しく交流出来たらと思います。

- 今回は 後藤吉久さん(美容師/アーティスト)を講師にお招きして、笹エッセンスを使ったアート作品を作ります。
- 日時：9月23日(火) 祝日  
午後1時30分から4時30分
- 場所：いきいき元気館3F 会議室2
- 対象：ふだんお家でひきこもり生活をされている方、生きづらさを感じている方(18歳以上が目安/家族・支援者などの参加も歓迎)
- 参加費：お一人 500円
- 申込：平林(090-7638-4283)  
(9/17までに/ショートメールもOK)

## ゆずります

### ベビー用品

市民の方よりベビー用品(使用済み)の寄付がありました。ご希望の方はボランティア・市民活動センターまでお問い合わせください。



- 問合せ：ボランティア・市民活動センター (54-7715)

## 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。

- 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

