

社協うえだ



No.70 平成30年4月1日

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

●上田市中央三丁目5番1号 ●www.ueda-shakyo.com

印刷/有和大印刷



上田市社協イメージキャラクター
“うさたま”

写真：丸子 依田川のほとり
(2017.4.19 撮影)



主な内容

- | | |
|-------------------------|----------------------------------|
| 2～3 ● 社会福祉協議会について | 8 ● お知らせ |
| 4 ● 地区担当職員について | 9 ● ボランティア連絡協議会活動紹介 |
| 5 ● 社協出前講座 | 10 ● ボランティア保険について、丸子音訳ボランティア養成講座 |
| 6 ● 子育てひろば、児童館・児童センター紹介 | 11 ● 募集しています、お知らせ |
| 7 ● 上田市ファミリー・サポート・センター | 12 ● 善意銀行、無料相談 |



社協です！

ふ つうの
く らしの
し あわせ

社協ってなに？

「社協」とは**社会福祉協議会**の略称です。

では、「社会福祉協議会」とはなんでしょうか。

社会…人々のつながり、生活
福祉…しあわせ、ゆたかさ
協議…話し合う
会…集まり

つまり…

私たちの暮らしや生活（**社会**）のしあわせ（**福祉**）のために話し合う（**協議**）集まり（**会**）です。



社協が

目指すもの

私たちの暮らしや生活のしあわせとはなんでしょうか？

悩みや困りごとがなく安心した生活が続けられること…。

とはいえ、高齢者や障がい者、

子どもから大人まで、それぞれの悩みごとや困りごとはさまざま、本人の努力や工夫だけでは解決できないこともあります。

しかし、住民一人ひとりが助けたり、助けられたりしながら支え合って暮らしていくことで、解決できることも少なくありません。「お互いに支えあいながら誰もが住みやすい地域」の実現に向け、「住民の、住民による、住民のための地域づくり」を社協は目指しています。



住民主体の理念

社協では住み慣れたまちで安心して生活することのできる「福祉のまちづくり」のためにさまざまな活動を行っています。その活動

プロフィール



- **名前**
社会福祉協議会
- **設置場所**
各市区町村に1か所、各都道府県に1か所、そして、全国社会福祉協議会が1か所あります。
- **根拠法**
社会福祉法に位置づけられています。



【社協マーク】

「社」を図案化し、「手」とりあって、明るいしあわせな社会を建設する姿」を表現しています。

- **使命** 住民主体の理念のもと、地域福祉を推進する中核的な団体として、誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進することです。
- **特徴** 民間組織としての「自主性」と、広く住民や社会福祉関係者に支えられた「公共性」をあわせ持つ団体です。
- **活動** 各種の福祉サービス、相談活動、ボランティアや市民活動の支援、共同募金運動への協力など、全国的な取り組みから地域の特性に応じた活動まで、さまざまな場面で地域の福祉増進に取り組んでいます。

は、住民が必要としていることや地域の課題を基にしています。更にその課題に対して、住民の関心を高め、広く福祉活動に参加してもらうことを大切にしています。多様な福祉のニーズに応えるた

め、日本全国にある社協（各市区町村には市町村社協、各都道府県には都道府県社協）が、それぞれの地域の特性を踏まえ、創意工夫をこらした独自の事業に取り組んでいます。

こんにちは

上田市社会福祉協議会について

あったかい 心あふれる 協働のまち

上田市社会福祉協議会は「あったかい 心あふれる 協働のまち」を行動指針として、誰もが安心して暮らせるまちづくりをめざしています。平成18年の市町村合併に伴い、社協もそれぞれ上田、丸子、真田、武石の社協が合併し、現在の「上田市社協」となっています。

上田市社協 行動指針

協働とはそれぞれが力を出し合い、同じ目標に向かって力を合わせて活動することです。

社協は、住民の皆さまをはじめ、地域の住民組織、福祉や保健・医療・介護・教育などの関連分野の関係者等、幅広い団体・機関によって構成されています。

上田市社協は人を思いやる共助の心を育み、住民の皆さまと一体感を持って、地域福祉の向上を図っていきます。

真田地区センター



上田地区センター



武石地区センター



丸子地区センター



- ボランティアの育成、活動支援 ボランティア地域活動センター 4か所
- 介護サービスの調整、相談窓口 介護相談センター 3か所
- 介護予防など総合相談窓口 地域包括支援センター 4か所
- 高齢者の健康増進、憩いの場 高齢者・老人福祉センター 4か所
- 介護の必要な方の支援、心身機能の維持向上 デイサービスセンター 3か所
- 子育て・子育て支援、児童の健全な育成 児童館・児童センター 9館、子育てひろば 4か所
- 経済的に困りの方の自立の支援 まいさぼ上田(上田市生活就労支援センター)
- 成年後見制度の普及、法人後見人の受任 上小圏域成年後見支援センター

この他にも上田市社協では子どもからお年寄りまで、また障がいのあるなしに関わらず、誰もが安心して暮らすことができるまちを目指して幅広い福祉事業を行っています。

平成30年度の事業につきましては、次号の社協うえだ6月号に掲載いたします。

上田市社協の事業について紹介したパンフレット「こんにちは 社協です!」は各地区センター窓口に用意してあります。ぜひご利用ください。



地域を愛し、地域に愛される職員…

地域のこと一緒に考えます ～地区担当職員～

上田市社会福祉協議会では、全市民を会員として位置づけ、一緒になって福祉活動に参加していただくという特徴を持っています。また、市内240ある自治会を支部社会福祉協議会とし、その地区ごとのまとまりの16地区を地区社会福祉協議会として位置づけています。

そして、地区それぞれには担当職員がおり、地域の実情やニーズの把握に努め、課題の解決に向けて一緒に考えていきます。地区担当職員は地域と上田市社会福祉協議会を結ぶ身近な存在として、お困りの事、地域の事、要望等ありましたら、お気軽にお声掛けください。

地区担当職員名簿は次号の社協うえだ6月号に掲載いたします。

会員(全市民)

支部社会福祉協議会(240)

- 上田 160(自治会)
- 丸子 26(自治会)
- 真田 36(自治会)
- 武石 18(自治会)

地区社会福祉協議会(16地区)

- 東南中北西城塩川神神豊塩川丸真武
● 辺泉
● 部部央部部下尻田川科殿田西子田石

地区担当職員17人(塩田地区は2人)



【下室賀支部社協の会議】

担当職員から社協の事業説明を行い、意見交換会を行いました。



【塩田地区福祉推進委員の研修】

地域ふれあい事業の推進役「福祉推進委員」が地域に持ち帰って活用できることを一緒に考え、ミックススポーツクラブの講師を招いて、体操を学びました。



【石井自治会での社協出前サロン】

地域の交流のきっかけ作りとして出前サロンを行いました。

社協の 出前講座



交流会などのきっかけ作りに!

社協では、各種出前講座を行っています。
自治会、企業、団体等の皆さま、お気軽にご利用ください。

いつものお茶飲み会にちょっと彩りを!



No.10 いきいき体操
簡単に行える体や頭の体操を紹介

No.14 うさたまの出張
うさたまと触れ合ってみませんか?

No.9 障がいのある人の
理解と体験

体験セットを身に付けて、
高齢者疑似体験



大人気!

いずれも料金は無料です。
ただし、講座によって材料費等
実費をいただくものがあります。

No.	講座名	内容
1	上田市社会福祉協議会の組織と仕事	組織と各種事業の概要について
2	上田市地域福祉活動計画について	第三次の上田市地域福祉活動計画の概要について
3	地域ふれあい事業について	地域ふれあい事業の概要、取り組み事例の紹介など
4	住民支え合いマップについて	住民支え合いマップの作成や活用方法について
5	有償在宅福祉サービスについて	ご用聞きサービス事業、福祉移送サービス事業について
6	成年後見制度について	障がい者や高齢者の権利や財産を守るための制度について
7	エンディングノートについて	エンディングノートの書き方や内容について
8	ボランティア活動について	活動事例の紹介など
9	障がいのある人の理解と体験	車イスやアイマスク、高齢者疑似体験などを行います。
10	いきいき体操	介護予防体操（座りながらでもできる簡単な体操もあります。）
11	タオル犬作り 	タオルを使って犬の置物を作ります。 縫わずに作れるので お子さんと一緒でも 大丈夫です。 
12	介護保険制度について	介護保険制度の概要について
13	赤い羽根の共同募金について	共同募金の概要、申請方法など
14	うさたまの出張	社協のイメージキャラクター「うさたま」の着ぐるみが 各種イベントに出張します。
15	家庭介護のポイント	家庭介護の方法について

- 申込みは開催希望日の2週間以上前までに上田市社会福祉協議会までご連絡ください。
ただし、都合、状況等によりご希望に沿えない場合もあります。
- ※開催日が決まりましたら、当日の進行等の詳細について打ち合わせをお願いします。

●申し込み・問い合わせ 上田市社会福祉協議会 総務課 (Tel.27-2025) または、社協各地区センターへご連絡ください。(P12参照)

子育てひろば (市受託事業) / 児童館・児童センター (指定管理事業)

未就園児の親子の交流の場

子育てひろば



“子育てに不安があっても身近に相談できる人がいない”など、ひとりで悩んでいたら、ぜひ一度子どもさんと一緒に「子育てひろば」へ出かけてみませんか?

「子育てひろば」は、子どもを遊ばせながらお母さん同士が交流し、情報交換ができる場所です。専属の職員が、悩みを聞き、アドバイスもしています。

また、毎月親子で楽しめるさまざまな講座を企画しています。利用料は無料です。お気軽にご利用ください。

- ◆大星児童センター 子育てひろば / TEL27-5610
火・木・金 / 9時30分～12時30分
- ◆神科児童センター 子育てひろば / TEL25-2055
火・水・木 / 9時30分～12時30分
- ◆東塩田児童センター 子育てひろば / TEL38-9150
月・火・水 / 9時30分～12時30分
- ◆清明児童クラブ 子育てひろば / TEL22-2252
月・水・金 / 9時30分～14時30分

※開催日が祝祭日の場合は、平日振替開催します。

ひろばで知り合ったという鷺坂さん親子(写真左)と去年4月に市内へ引っ越してきたという武藤さん親子(写真右)。「広さも丁度よく、居心地の良い雰囲気で行きやすい」と週1回は利用しているとの事でした。(大星子育てひろば)

放課後や休校日の安心で安全な遊び場

児童館・児童センター

各館では、充実した遊びや運動が楽しめるよう、年間を通してさまざまな取り組みをしています。

また、小学校から直接来館する下校途中の利用もできます。地域の方、中学生、高校生の方もどうぞご利用ください。

市内に居住する
18歳未満の方が無料で
利用できます。
(幼児は保護者同伴)



月曜日～金曜日 13時～18時 / 土曜日 9時～18時
※学校の休校日等に合わせて、開館時間が異なる場合があります。

- ◆朝日が丘児童館 TEL25-0849
- ◆緑が丘児童館 TEL25-0444
- ◆川辺町児童センター TEL25-2945
- ◆秋和児童センター TEL25-6011
- ◆東塩田児童センター TEL38-9150
- ◆大星児童センター TEL27-5610
- ◆神科児童センター TEL25-2055
- ◆神川児童センター TEL21-1156
- ◆下丸子児童館 TEL42-0033

※下丸子児童館は、平日(月曜日から金曜日)…15時～17時
学校の長期休み…13時～17時

-随時-
会員
募集中!

上田市ファミリー・サポート・センター (市受託事業)

病院に
行っている間
子どもを
預かってほしい

こんなとき、 ありませんか？

学校や
保育園が休みの時
子どもを
預かってほしい

保育園や
放課後児童施設へ
子どもを送迎
してほしい



こんなこと、 思っていないですか？

子どもが
好き！

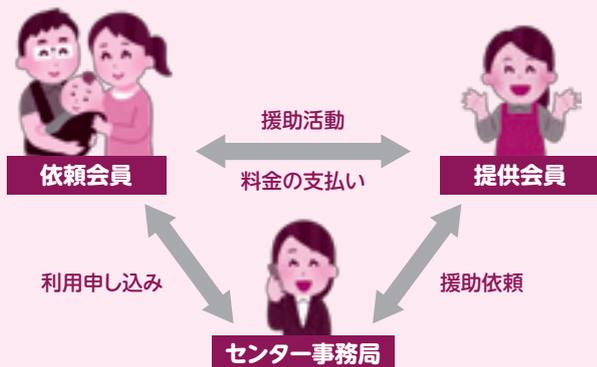
育児の
経験を活かして
子育て中の方を
応援したい



空いている
時間を使って
何かしたい

子育ての手助けをしてほしい人(依頼会員)と、子育てのお手伝いをしたい人(提供会員)が、会員として登録し、子育ての相互援助活動を有償で行う会員組織が「上田市ファミリー・サポート・センター」です。

利用したいと思ったら



★依頼会員、提供会員の両方を兼ねる「両方会員」もあります。

報酬の基準

月曜～金曜 7:00～19:00	600円/時間
土曜・日曜・祝日 及び上記時間以外	700円/時間

随時会員募集中!

上田市では、活動依頼は増加しているものの、サポート(援助)して下さる会員がなかなか増えないのが現状です。できる時にできる事で子育ての援助をしませんか。年齢、性別、資格の有無は問いません。

また、ファミリー・サポート・センターでは、安全に安心して援助活動ができるよう講習会を行ったり、会員同士の親睦や情報交換の場として交流会を行ったりもしています。

ぜひ一度ファミリー・サポート・センターにご連絡ください。



● 申し込み・問い合わせ ●

上田市ファミリー・サポート・センター 本部 TEL&FAX 0268-21-3016
月曜日～金曜日 9:00～17:00 (土・日・祝日・年末年始はお休みとなります。)



フードドライブ 「もったいない」を「ありがとう」に変えるチャンス

家庭で余っている食べ物を学校や職場などに持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに寄付する活動をフードドライブと呼びます。フードドライブにお持ち寄りいただいた食品は、食糧支援を必要としている困窮世帯や地域の支援団体・福祉施設にお届けします。

寄付していただきたいもの

缶詰、レトルト食品、乾麺、お米、カップ麺などの常温保存の出来る食品で、次の条件を満たしているものをお願いします。

- 賞味期限が明記され、**1ヶ月以上**期限があるもの
- 未開封**で包装や外装が破損していないもの
- お米は**古米まで**のもの
- 生鮮食品以外**のもの



- 日 時／毎月第1土曜日 10時～11時30分
- 場 所／ひとまちげんき健康プラザうえだ

問い合わせ／まいさぼ上田 TEL 71-5552



子育て支援事業のお手伝いをしてみませんか

丸子地区センターでは、子育て中の方を対象にした講座やイベントを開催しています。その際に小さなお子さんを預かる「託児」のサポートをしてくださる方を募集しています。性別、年齢、経験は不問です。ご応募をお待ちしています。
※現在は8人のサポーターが活躍しています！

託児に関する研修会を次のとおりに行います。

【研修会(全2回)】

- 日 時／4月24日(火) 10時～11時30分
5月 8日(火) 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
- 応募締切／4月18日(水)



※託児で使用する手作りおもちゃ等を作ってくれる方も募集しています。

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。

申し込み・問い合わせ／丸子地区センター TEL 42-0033



エンディングノート「絆」活用セミナー

セミナーでは、「絆」の編集者で植物画家の久保やす子さんが、自分らしく生きる為の生きがいについてのお話と共に、エンディングノートの書き方についても解説します。

ご夫婦で、友達同士で、どなたでもお気軽にご参加ください。



受講料 無料 定員 30人

- 日時／5月10日(木) 10時～12時
- 場所／丸子ふれあいステーション
3階 会議室

※「絆」は当日会場で販売いたします。
B5版／全64ページ／定価1,000円

申し込み・問い合わせ／上田市社会福祉協議会 総務課 TEL 27-2025

お詫び

社協うえだNo69(2月号)7ページの法人募金にご協力いただいた企業様の名称に誤りがありました。

- 【誤】長野精機株 【正】長野精器株
- 【誤】宮川電設株 【正】宮川電線株

／広がるボランティアの輪／

ボランティア連絡協議会の活動

ボランティア
連絡協議会
って何??

ボランティア連絡協議会は、各地域で活動するボランティアグループと個人ボランティアで運営されている団体です。ボランティア同士が交流や連携を図り、ボランティア活動の啓発、研修会の開催、交流イベントの開催等を行います。

上田市には、4地区それぞれにボランティア連絡協議会があり、地域の特色に合わせた活動を行っています。

活動の一例をご紹介します!

上田地区

視野を広げるための
視察研修



東日本大震災の復興支援を学ぶために福島県へ視察研修に行きました。地域の方の集まりの場として、悩みの共有や協働の活動ができる「みんなの家」を見学し、被災地の結束力を感じることができました。

丸子地区

異なる文化を互いに理解し、
日本で暮らす方々を支える活動



外国籍の家族を迎え、食を囲みながら交流する「ワールドランチ交流会」が和やかに開催されました。母国との子育ての違いに戸惑った事の発表があり、地域での生活支援が大切だと会場全体で共感しました。

真田地区

お互いの活動を披露し、交流



交流会として、長野県北部地震の災害体験や復興について、当時栄村で小学校の先生をしていた方の講演を聞きました。その後、会員となっている各ボランティアグループの活動を見たり、一緒に行ったりして充実した交流会となりました。

武石地区

他団体と共催で研修会



上田武石地区赤十字奉仕団と共催で、武石防災研修会が開催され「ひなた-避難所体験ゲーム」を行いました。

机上の避難所運営の模擬体験でしたが、参加者はより良い避難所運営を目指して知恵を絞っていました。

ボランティア
連絡協議会に
加入しませんか?

1つのグループ、1人のボランティアではできないことも他のボランティアと連携することで、今までとは違う活動が可能になります。社協にボランティア登録しているグループ・個人でしたらどなたでも加入できます。ボランティア連絡協議会に加入して一緒に思いを形にしませんか?

ボランティア登録、ボランティア連絡協議会加入に関しては、P11記載の各地区ボランティア地域活動センターまでお問い合わせください。

もしもの時の為の

ボランティア保険



ボランティア保険には、ボランティア自身が加入する「ボランティア活動保険」と、ボランティア活動に関わる行事で、参加者のケガや主催者の責任を補償する「ボランティア行事用保険」の2種類があります。

上田市社会福祉協議会では、万一の事故に備えて安心してボランティア活動に取り組んでいただけるよう、この保険の加入を進めています。

※保険を使う場合は社会福祉協議会にボランティア登録されていることが必要です。

	ボランティア活動保険	ボランティア行事用保険																																				
加入申込者 (加入できる方)	ボランティア個人またはボランティアグループ・団体	行事の主催者であるボランティア活動推進団体、ボランティアグループ、NPO法人等、常にボランティア活動を推進している民間団体																																				
対象となる活動	日本国内における自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動	上記団体が主催者となって行うボランティア活動に関わる行事活動。例:運動会、研修会、展示会、など(行事内容により区分があり、掛け金が異なります。)																																				
補償内容	ボランティア活動中、ボランティア自身がケガをした場合や、他人にケガをさせたり、物をこわしたりしたことにより損害賠償責任を負わされた場合に、保険金が支払われます。	参加者が行事中の事故によりケガをした場合や、主催者側が他人にケガをさせたり、物をこわしたりしたことにより損害賠償責任を負わされた場合に、保険金が支払われます。																																				
補償期間	平成30年4月1日から平成31年3月31日まで (中途加入の場合は加入手続き完了日の翌日から補償開始)	行事開催期間 (加入手続き完了日の翌日以降の行事開催日から補償開始)																																				
保険料	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">[ボランティア活動保険]</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Aプラン</th> <th>Bプラン</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>基本タイプ</td> <td>350円</td> <td>510円</td> </tr> <tr> <td>天災タイプ</td> <td>500円</td> <td>710円</td> </tr> </tbody> </table>	[ボランティア活動保険]				Aプラン	Bプラン	基本タイプ	350円	510円	天災タイプ	500円	710円	<p>ボランティア行事用保険 ※プランは一例です</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">[日帰行事 Aプラン]</th> <th colspan="2">[宿泊行事 Bプラン]</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A1</td> <td>1名28円</td> <td>最低保険料</td> <td>560円</td> <td>1泊2日</td> <td>239円</td> </tr> <tr> <td>A2</td> <td>1名126円</td> <td>最低保険料</td> <td>2,520円</td> <td>2泊3日</td> <td>293円</td> </tr> <tr> <td>A3</td> <td>1名248円</td> <td>最低保険料</td> <td>4,960円</td> <td>3泊4日</td> <td>298円</td> </tr> </tbody> </table>	[日帰行事 Aプラン]				[宿泊行事 Bプラン]		A1	1名28円	最低保険料	560円	1泊2日	239円	A2	1名126円	最低保険料	2,520円	2泊3日	293円	A3	1名248円	最低保険料	4,960円	3泊4日	298円
[ボランティア活動保険]																																						
	Aプラン	Bプラン																																				
基本タイプ	350円	510円																																				
天災タイプ	500円	710円																																				
[日帰行事 Aプラン]				[宿泊行事 Bプラン]																																		
A1	1名28円	最低保険料	560円	1泊2日	239円																																	
A2	1名126円	最低保険料	2,520円	2泊3日	293円																																	
A3	1名248円	最低保険料	4,960円	3泊4日	298円																																	

- ボランティア活動保険に関しては年度ごとの更新となっております。昨年度から引き続き加入希望の方は、平成30年度のボランティア活動保険の更新手続きをお願いします。
- 申し込み・問い合わせはP11記載の各地区ボランティア地域活動センターまで

音訳ボランティア養成講座

視覚障がい者の方を対象に、広報紙などをテープやCDに音訳するためのボランティア養成基礎講座を開催します。初心者向け講座なので興味のある方はご参加ください。

	日 時	内 容
1	5月28日(月) 13:30~15:30	発声(腹式による発声)と発音(明瞭な発音で)
2	6月11日(月) 13:30~15:00	読みの実践/文章を読む(話しの息で)
3	6月25日(月) 13:30~15:00	読みの実践/文章を読む(意味句を考え文章に添って)
4	7月9日(月) 13:30~15:00	読みの実践/文章を読む(間、緩急、プロミネンスを考えて自然に)

- 場 所/丸子ふれあいステーション
- 講 師/星野 照子さん
- 申込締切/5月14日(月)
- 申し込み・問い合わせ/丸子ボランティア地域活動センター TEL/FAX 43-2566
- 対象者/全講座参加できる方で、受講後はボランティアとして活動可能な方

参加費 無料
定員 15人

この活動は赤い羽根共同募金の助成金で行っています。

ボランティア養成講座

真田地域ボランティア養成講座では、「ハンドマッサージ」と「リンパマッサージ」の基礎講座を開催します。

指先は『第2の脳』と呼ばれており、指先を使う人はボケないと言われています。

この機会にぜひご参加ください。



	日 時	内 容
1	5月15日 (火) 13:30~15:30	ハンドマッサージの実践
2	5月29日 (火) 13:30~15:00	正しいスキンケアの指導
3	6月11日 (月) 13:30~15:00	リンパトリートメントの目的と効果
4	6月25日 (月) 13:30~15:00	リンパについて リンパってなに?どんな役割を担っているの?

●場 所／真田総合福祉センター 大会議室

●定 員／20人 (定員になり次第締め切ります。)

●対象者／全講座参加できる方で、
受講後はボランティアとして活動可能な方

●参加費／1,000円 (4回分で材料費込)

●持 ち 物／バスタオル・ハンドタオル 各1枚

●申込締切／5月1日 (火)

●申し込み・問い合わせ／

真田地区センター

TEL 72 - 2998 FAX 71 - 5740

募集しています

■SADサークル Nagano

「あがり症のサークル活動」

・内容／一緒にトークとカフェ巡り
を楽しんでくださる方

対象／10代から40代

日程／毎月第1土曜日

場所／上田市ふれあい福祉センター
月会費／500円 (学生免除)

問い合わせ／

TEL 090・6539・1363 (宮下)

メールアドレス

sad_nagano@yahoo.co.jp

■音訳ボランティアグループ

音の散歩道

音訳ボランティアグループ「音の散歩道」では、「上田市広報」を目的に自由な方のために音訳し、テープやCDに吹き込んでその内容を伝える活動を、月2回程行っています。現在、一緒に活動する仲間を募集しています。初めての方でも大歓迎です。音訳ボランティアに参加してみませんか。問い合わせ／

上田ボランティア地域活動センター

■武石風土つながり隊

・おさんぽギャラリーで、イベント等と一緒に手伝って下さる方

日時／4月28日、29日 10時~16時

※時間については応相談

場所／信州つえだ農協武石支所周辺

申し込み・問い合わせ／

TEL 090・5790・4508

(柳沢裕子)

お知らせ

傾聴・お話し相手

ボランティアを

ご存知ですか?

傾聴・お話し相手ボランティアは、話し相手を通じて孤独や不安をやわらげて、心豊かな生活を支援する活動をしています。

お話し相手を希望される方のご自宅、または施設にお伺いします。

詳しくはボランティア地域活動センターへお問い合わせください。

問い合わせ／

上田ボランティア地域活動センター
丸子ボランティア地域活動センター

ボランティア地域活動センター問い合わせ先

●上田／〒386-0012 上田中央3-5-1
TEL 25-2629 FAX 27-2500

●丸子／〒386-0404 上田市上丸子1600-1
TEL 43-2566 FAX (TEL兼用)

●真田／〒386-2201 上田市真田町長7190
TEL 72-2998 FAX 71-5740

●武石／〒386-0503 上田市下武石771-1
TEL 85-2466 FAX 85-2471

善意銀行

(平成30年1月1日～2月28日)

～あたたかな善意ありがとうございます～

- 下之条カラオケクラブ様 …………… 55,915円
- かがやき21様 …………… 使用済切手
- 日本基督教団 上田新参町教会様 …………… 20,000円
- 匿名様 …………… 60円 (指定寄付/台風21号義援金として)
- 匿名様 …………… 座布団15枚
- 匿名様 …………… 32型テレビ (指定寄付/高齢者福祉センターへ)
- イムマヌエル上田キリスト教会様 …………… 30,000円
- 新田長生会サロンこすもす様…未使用切手 (1,120円分)
(指定寄付/ボランティア地域活動センターへ)
- 匿名様 …………… 使用済切手
- 上田市赤十字奉仕団様 …………… 使用済切手
- 上田東ロータリークラブ様 …… 広報音訳のための機器
(パソコン、ソフト、マイク他) (指定寄付/音の散歩道様へ)
- トラスコ中山(株)上田支店様 …………… タオル48枚
- 上田菜園クラブ様 …………… 39,067円
(指定寄付/JA信州うえだ塩田デイサービスセンター様へ)
- 上田市丸子赤十字奉仕団・上田市連合婦人会(丸子)様
………… 40型液晶テレビ1台 (指定寄付/丸子老人福祉センター)、
高齢者疑似体験用備品 (イヤードیفエンダー5つ、
手首・足首ウェイト5セット)
(指定寄付/丸子ボランティア地域活動センター)
- 株式会社バリューブックス様 …… コミック、書籍173冊
(指定寄付/神科児童センターへ)
- 上田友の会様 …………… 17,153円

上田市社会福祉協議会発行

エンディングノート「絆」は、ご覧の書店でもお求めいただけます。

エンディングノート「絆」は、自身の人生を振り返りながら大事なことを書き留めて整理し、自身の思いや希望を伝えるためのものです。

年齢を問わず、いつからでも書き込める内容になっています。

普段は言い出しにくい思いを伝える手段として、エンディングノートを活用してみませんか？

【販売店】

平安堂上田店 様
平安堂しおだ野店 様
平林堂書店 様

B5版/全64ページ/定価1,000円



社協の無料相談 (4月・5月)

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 武石地区センター 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	4月21日(土) 10時～12時 4月18日(水) 13時30分～15時30分 5月19日(土) 10時～12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 上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080

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771-1(武石デイサービスセンター「やすらぎ」内) TEL 85-2466 FAX 85-2471