

# 社協うえだ

No.83 令和2年(2020年)6月号



## 今号の表紙 / 手作りマスクの寄付 上田西高等学校JRC部

ボランティアや福祉活動に取り組む上田西高等学校JRC部。  
(JRCは「Junior Red Cross」青少年赤十字の意味です。)

学校の休校を利用してマスクを手作りしたという土屋明日香さん。作ったマスクを必要な所で活用してほしいとの思いに賛同した、JRC部でもマスク作成の活動が広がり、皆さんで作成したマスクを寄付していただきました。

社協善意銀行では、市民からの善意を必要などころへお届けする橋渡しをします。

【写真右から】上田西高等学校 湯本末侑さん(3年)、土屋明日香さん(1年)  
上田市社協 宮之上孝司会長、上田西高校JRC部顧問 山浦さゆり先生

## マスクの支援にご協力ください

未使用・未開封のマスクがありましたら、社協までご寄付ください。いただいたマスクは、市内の介護施設等へ、順次配布予定です。事前に社協へ電話かメールにて、マスクの種類、枚数をご連絡ください。  
問い合わせ／上田市社会福祉協議会各地区センター P12参照 メール：ueda.shakyo@ueda-shakyo.or.jp

### 主な内容

- 新型コロナウイルス感染症に関わる上田市社協の取り組み P2～3
- 工作や体操の紹介 P4～5
- 令和2年度 上田市社協事業計画・予算 P6～7
- 今できるボランティア P9



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  
●上田市中心三丁目5番1号 ●www.ueda-shakyo.com  
印刷／(有)大和印刷



# 一人でも多く笑顔になれる まちを目指して



上田市社会福祉協議会(社協)は、誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくりを目指して、幅広く事業を展開しています。

人それぞれ困りごとや悩みごとはさまざまで、今ある事業や制度では解決できない事もあります。共に助けあい、支え合うことで解決できることも少なくありません。社協の目指す「誰もが安心して暮らせるまち」の根本には、住民同士がつながり、互いに手を取り合って課題を解決していく、思いやりの精神が欠かせません。

今回の新型コロナウイルス感染症では、人との接触を控えることが必要とされるようになり、社会的なつながりの制限を余儀なくされています。これは、つながりを必要としている社会的弱者にとって、深刻な問題となっています。しかし、オンラインといった新しいコミュニケーションの技法が広がり、このような時だからこそ、思いやりの気持ちや助け合いの輪が広がっていることも事実です。

社協でも、さまざまな事業や催しを中止することとなりましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため事業の形態を変更したり、サービスの利用要件を緩和したりと、今できることを考え、取り組んでいます。

これからも社協は、刻一刻と変化していく時代に、柔軟に対応できるよう、地域のニーズや福祉課題に対応し、あくまで住民の住民による住民のための福祉団体であることを原点とし、誰もが明るい笑顔で、安心して暮らせるまちづくりを、住民の皆さまと共に進めていきます。

社会福祉法人 上田市社会福祉協議会

# 社協が窓口の生活支援

## 生活福祉資金貸付制度

問い合わせ／各地区センター P12参照

資金の貸付と援助指導により、低所得者や高齢者、障がい者の生活を経済的に支えるとともに、その在宅福祉及び社会参加の促進を図ることを目的とした貸付制度です。

今回の新型コロナウイルス感染症の影響により生活資金でお悩みの方へ、特例貸付を実施しています。

**緊急小口資金** …休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯

- 限度額**／原則10万円以内 ※一定の要件に該当する場合は、20万円以内
- 据置期間**／1年以内
- 償還期限**／据置期間経過後2年以内
- 貸付利子・保証人**／無利子・不要

**総合支援資金** …収入の減少や失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯

- 限度額**／(1)2人以上：月20万円以内 (2)単身：月15万円以内
  - 貸付期間**／原則3か月以内(分割交付1か月ごと)
  - 据置期間**／1年以内
  - 償還期限**／据置期間経過後10年以内
  - 貸付利子・保証人**／無利子・不要
- ※原則、自立相談支援機関(まいさぼ)による継続的な支援を受けることが要件となります。

★申請には必要書類を上田市社協へ郵送する方法(申請書類は長野県社協のホームページからダウンロード)と窓口にて必要書類の記入等の手続きを行う方法(電話にて申請受け付けの予約をし、身分証明書等の必要書類を持参する)があります。

## たすけあい資金

問い合わせ／各地区センター P12参照

上田市社会福祉協議会独自の貸付。要保護世帯またはこれに準ずる世帯に対し、生業、就労及び応急援護のための貸付を行います。新型コロナウイルス感染症の影響等により、緊急の場合は条件を緩和して貸付を行っています。

- 限度額**／5万円以内
- 据置期間**／1年以内
- 償還期限**／据置期間経過後2年以内
- 貸付利子・保証人**／無利子・不要

## 住居確保給付金

問い合わせ／まいさぼ上田 TEL0268-71-5552/FAX0268-27-2500

離職等により経済的に困窮し、住居を喪失している方または喪失する恐れのある方を対象として、住居費を支給するとともに、上田市生活就労支援センター“まいさぼ上田”による就労支援等を実施し、住居及び就労機会の確保に向けた支援を行います。

申請には要件がありますが、現在新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、一部変更しております。詳しくは、まいさぼ上田まで問い合わせいただくか社協ホームページにてご確認ください。

- 支給額(月単位)**／単身世帯：35,000円、2人世帯：42,000円、3人～5人世帯：46,000円を上限として、収入に応じて調整された額
- ※支給額は定められた基準額や世帯収入等から算出して決定します。収入状況や現在お住いの家賃額によっては一部自己負担が発生する場合があります。
- 支給期間**／原則3か月(一定の条件により延長できる場合があります。)

## 社協傾聴電話 お話しお聴きします

誰にも言わずに抱えていませんか？  
人に話を聴いてもらうことで心が軽くなり、元気や勇気が湧いてきます。

「誰かに話したい」「話を聴いてほしい」と思っているあなたの気持ちに寄り添って、お話を聴きします。

お気軽に「傾聴電話」へお電話ください。

- 電話番号**／0268-27-8080
- 利用時間**／月曜日～金曜日の9時～16時
- 対象者**／市内在住70歳以上の一人暮らし高齢者  
お聴きする時間は30分です。  
担当の職員が電話で傾聴します。



## 身近な材料でできる キラキラ工作

作ってみよう！  
キラキラ輝く絵！



- ★適当な大きさの段ボール
- ★アルミはく
- ★ラップ
- ★油性ペン、カラー油性ペン
- ★テープ

準備する物

(参考にしたい絵があれば用意する)



- 1** 絵が描けるくらいの適当な大きさに切った段ボールをアルミはくで包む。

**ポイント** アルミはくは、最初に少しシワを付けるようにすると、よりキラキラします。付けすぎると絵が描きにくくなったり、破れたりするので注意！

オモテ面



ウラ面



- 2** アルミはくを包んだ段ボールの上に参考にしたい絵やあらかじめ下書きした絵などを入れ、その上にやや大きめになるようラップを切り、表面にかける。



- 3** 下絵に合わせてラップに絵を描く。描いたら下絵を引き抜き、裏面をテープ等で留める。



**ポイント** 絵を描く前に、テープなどでラップを仮留めしておくと絵が描きやすい。

- 4** カラー油性ペンで色を塗ってできあがり！キラキラした絵の完成！



インクが乾くまで  
触らずに！

最後に裏面はテープなどでしっかり留める。



身近な材料を使って、一味違った自分だけの作品を作ってみましょう！

# 毎日の食事の際に ご飯どき体操

神科地区 社協お結びサポーター  
六川京子さん指導

やってみよう  
ご飯どき体操!

普段毎日行うことといえば食事!その食事の際に思い出して続けられる「ご飯どき体操」を紹介します。

ぜひ皆さんも、楽しみながら、体や頭の体操を毎日続けてみませんか?

※無理はせずに!いすに座った状態でも楽しめます。



① 両足つま先立ち・両手は開いてパー



② 両足のかかと下す・両手は握ってグー

③④ 大きく手を振り足踏み  
③と④はどちらが先でもOK



自分なりのリズムで楽しく声を出しながら(童謡のうさぎとかめや桃太郎のリズムに合わせて)①②の動きを行う。

ポイント



つま先立ちでふくらはぎの筋肉を鍛え、かかとをストンと落とすことで骨に刺激を与えて強くします。

その場で足踏みしながら、食べたものを思い出して、大きな声で言う。



ポイント

太ももを高く上げ、脚の運動。腕も大きく振って足踏みしましょう。

♪ 昨日の 朝食 何 食べた?  
① ② ① ②  
♪ あのね えーっとね あのね のね~  
① ② ① ②

更に!

「昨日の朝食」の部分で「昨日の夕食」に替えたり、「明日の朝食」に替えて、食べたいものを言ったりすることで、長く続けられます。

簡単な動きに隠された  
ご飯どき体操の効果

- ☆単純な動きを、楽しみながら続けられる(声を出すことも大切)
- ☆食生活も見直す機会に(同じものばかり食べていないか?バランスの確認にも!)
- ☆「動く」と「考える」を同時に行うことで脳トレにもなる!

毎日動くことが大切です!食事の前か後に行いましょう!

うさたまの耳に入ってくる福祉の情報をお届け

うさたま情報局



## 健康と要介護状態の間 フレイル

フレイルとは一般に、「加齢により心身の活力が低下した虚弱状態」のことを言い、筋力の衰えなどの身体的なことだけでなく、認知機能やうつなどの精神・心理的問題、独居や経済的困窮などの社会的問題も含まれる、多面的な概念です。

フレイルの原因は身体機能の低下、低栄養、活動量の低下や社会交流機会の減少等が合わさることにより起こります。

フレイルの予防の一つとして、日常生活で運動習慣を取り入れることが大切です。日常生活の行動に、少し運動を取り入れたたり、歩く時間や距離を伸ばすなどして、毎日続けられる方法を、少しずつ始めましょう。

# 事業計画・予算

上田市社協では、住民の皆さまと共に、地域課題の解決を目指し、今年度も重点目標を掲げ、幅広い事業を展開してまいります。

## 行動指針

「あったかい 心あふれる 協働のまち」

コンセプト 笑顔 花咲く 上田市社協

## 重点目標

- 1 社協運営の経営基盤強化を図る
- 2 住民参加と協働による地域福祉活動の推進
- 3 様々な福祉ニーズに対応できる福祉サービスの推進
- 4 ボランティア地域活動センターの充実とボランティア活動及び福祉教育の推進
- 5 介護保険事業の見直しと経営改善の推進
- 6 地域で安心して生活できる環境づくりのための子育て支援事業の推進

### 幅広い生活課題に対応する生活支援事業

- 「まいさば上田」生活困窮者自立相談支援事業、生活困窮者家計改善支援事業、生活困窮者就労準備支援事業の実施
- 成年後見制度の普及・啓発
- 市民後見人の育成と活動支援
- 法人後見業務の運営
- 日常生活自立支援事業の推進
- 心配ごと相談、法律相談、結婚相談の各種相談事業の実施
- 生活福祉資金、たすけあい資金等の各種資金の貸付事業の実施



### 福祉教育・ボランティア活動

- ボランティア地域活動センター機能の充実と環境整備
- 地域、学校、企業と連携した福祉教育の推進によるボランティア活動への参加促進
- 地域で活躍するボランティアの育成・活動支援
- ボランティア活動者と協働し、より実践的な講座の開催
- 災害救援ボランティアセンター機能の充実・強化
- ボランティア地域活動センター運営委員会の開催
- ボランティア連絡協議会組織の拡大・充実

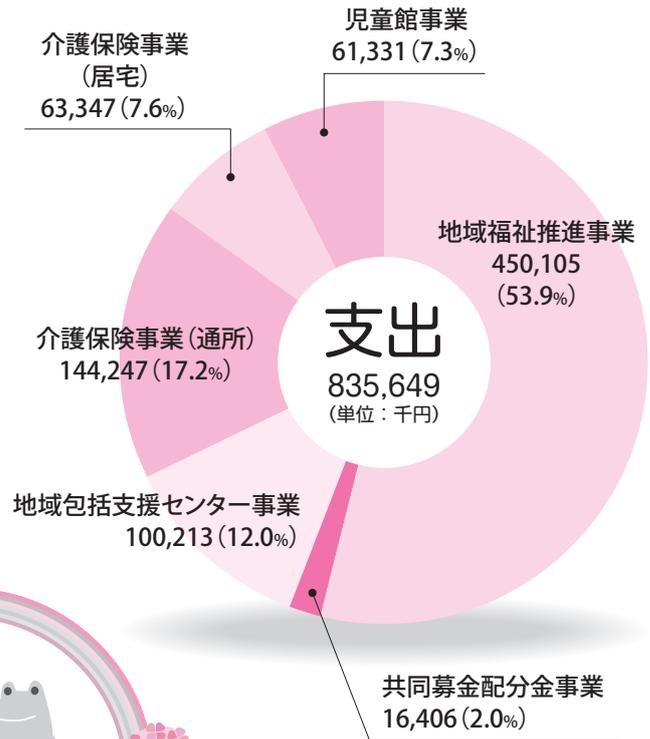
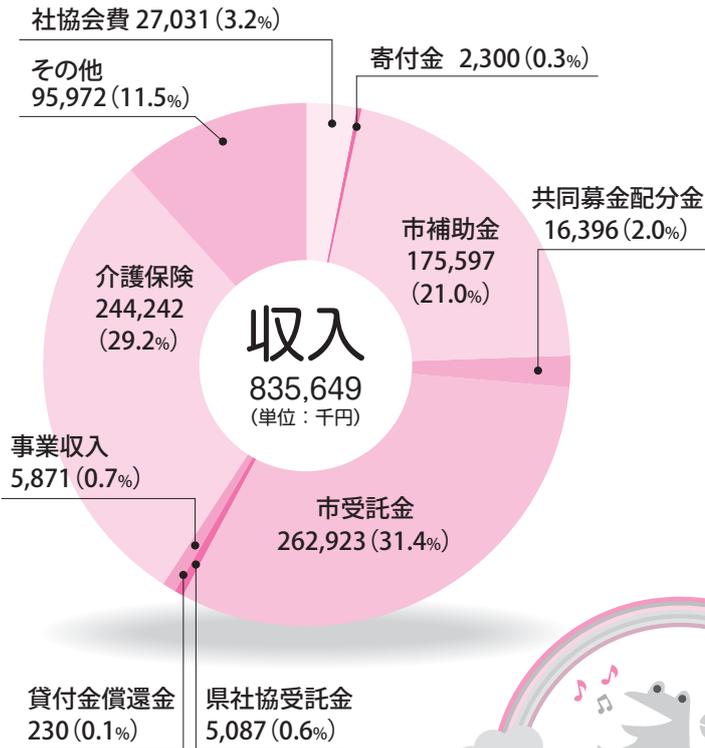


### 地域福祉推進事業

- 地域ふれあい事業の推進と充実
- 福祉推進委員・福祉委員制度の充実
- 日常の支え合い活動に向けた住民支え合いマップづくりの活用
- 「社協お結びサポーター」の配置地区の拡大と普及・啓発
- 社協及び他地域の生活支援コーディネーターや地域福祉活動関係者との連携
- 日常の困りごとを支援するご用聞きサービス事業の推進と協力員の確保
- 福祉移送サービス事業の推進と協力員の加入増進（高齢者及び障がい者の移動手段の確保）
- 希望の旅事業及び在宅介護者リフレッシュ事業の実施
- 福祉用具（車いす、特殊寝台）短期貸出事業（無償）の実施
- 点訳や音訳による視覚障がい者への情報提供
- ふれあいバス運行事業の実施



# 令和2年度 予算概要



## 組織の基礎強化と組織活動の充実

- 行政機関をはじめ自治会長、民生委員・児童委員、福祉推進委員との連携強化
- 社協活動のPRと会員数の維持
- 上田市社会福祉大会の開催
- 広報紙『社協うえだ』の発行、ホームページ等による、市民に分かりやすくタイムリーな福祉情報の提供

## 施設の管理運営

- 高齢者福祉センター管理運営（高齢者学園事業）
- 老人福祉センター管理運営（丸子老人福祉センター、真田老人福祉センター、武石老人福祉センター）
- ふれあい福祉センター、真田総合福祉センター、長瀬市民センター、真田地域活動支援センターの管理運営

## 共同募金配分金事業

- 共同募金の配分による各種福祉施設や団体等の福祉活動の支援
- 募金の趣旨や使途の周知のためのPR
- 街頭募金運動の実施

## 健全育成のための子育て支援事業

- 児童館・児童センター管理運営（朝日が丘児童館、緑が丘児童館、川辺町児童センター、秋和児童センター、東塩田児童センター、大星児童センター、神科児童センター、神川児童センター、下丸子児童館）
- 要支援児童の受入と援助
- 地域子育て支援拠点事業の運営（大星子育てひろば、東塩田子育てひろば、神科子育てひろば、清明子育てひろば）
- ファミリー・サポート・センター事業の推進
- 子ども服の再使用（リユース）事業の実施

## 総合的な介護予防相談・介護保険事業

- 地域包括支援センター事業の充実（神川地域包括支援センター、丸子地域包括支援センター、真田地域包括支援センター、武石地域包括支援センター）
- 通所介護事業の充実（中央デイサービスセンター、神川デイサービスセンター、武石デイサービスセンター）
- 居宅介護支援事業（ケアマネジメント）の充実（介護相談センター、神川介護相談センター、丸子介護相談センター）

# 理事交代のお知らせ

選出団体の役員改選により、理事が交代となりましたのでご紹介します。

選出区分及び役職名	退任者氏名	新任者氏名	地区
地域の代表者 (上田市自治会連合会副会長)	内堀 敏高	丸山 登志一	丸子
	柳澤 治男	吉池 正博	真田
地域の代表者 (武石地域自治会連合会副会長)	掛川 晴一	池内 万雄	武石



## 新事業

## 子ども服のリユース事業について

子どもの成長に合わせて、着なくなった衣類はありませんか？  
社協では今後、着なくなった子ども服を、必要としている家庭につなげるためのリユース事業を計画中です。

ご家庭でねむっている子ども服がありましたら、上田市社協総務課までお寄せください。

お寄せいただき  
たいもの

子ども服  
(120cmまで)

- 洗濯済みでシミ、汚れ、毛玉等が無く、他の人に気持ち良く着ていただけるもの
- 肌着等、直接肌に触れるものは新品未使用品のみ
- 1回20点までとし、サイズ毎に分けていただくようご協力をお願いします。



問い合わせ／総務課 TEL0268-27-2025 FAX0268-27-2500

## 善意銀行

～あたたかな善意ありがとうございます～

(令和2年3月1日～4月30日 寄付受付順)

- 窪田建設(株) OCF研究会様 …… 93,635円  
(指定寄付/50,000円;長野県内台風19号災害義援金として 43,635円;上田市社協へ)
- 上田商工会議所 女性会様  
…… 使用済み切手、書き損じはがき20枚、タオル10枚  
(指定寄付/タオル:ハッピーシニアリビング様へ)
- 青木村ボランティアの会様 …… 使用済み切手
- 匿名様 … シーツ、布団類32点、電気ポット、食器類3点
- グループ何があるかな様 …… 5,010円
- (株)夢グループ様 …… マスク930枚  
(指定寄付/市内社会福祉法人へ)
- 宅老所おおら様 …… 雑巾16枚
- からだ元気治療院上田店様  
…… 飲料16点、菓子6点、インスタントラーメン10食
- 樋沢健一様 …… もち米20kg  
(指定寄付/武石デイサービスセンターへ)
- 美ヶ原燃料(有)様 …… マスク100枚  
(指定寄付/武石地区センターへ)
- 上田間税会様 …… 使用済み切手
- かがやき21様 …… 未使用はがき26枚、使用済み切手
- 豊田今朝明様 …… マスク1,250枚、消毒液36ℓ
- 別所郵便局様 …… 使用済み切手
- 新田長生会サロンこすもす様  
…… 未使用年賀はがき18枚、未使用切手6枚
- 幸福の科学 上田支部様  
…… 手作り紙マスク15枚、タオル24枚、使用済み切手
- (宗)世界平和統一家庭連合 上田家庭教会様  
…… 手作り布マスク163枚
- (有)東郷堂様 …… マスク1,000枚 (指定寄付/市内社会福祉法人へ)
- 上田西高等学校 JRC部様 …… 手作り布マスク91枚、ビニール手袋100枚、携帯用つまようじ17個、ガーゼマスク23枚
- 塩田郵便局様 …… 使用済み切手
- 眠りの専門店まるげん様 …… マスク500枚

指定寄付以外の寄付につきましては社協、または福祉施設等で活用します。

# 今できるボランティア活動

今、新型コロナウイルス感染症の影響からさまざまな制限の中で生活している皆さん!!

おうちにもできるボランティアをしてみませんか!!

イベントの中止や外出の制限等の中でも、「高齢者施設・障がい者施設」の皆さんが楽しく過ごしてもらえるよう、あなたの作品をお届けします。



## おうちでボランティア

### 用意するもの…あなたのアイデア



①はがき～A4サイズの大きさを作品を作る (壁に貼れるもの)

例：絵・メッセージ・折り紙 (おりがみ手紙)・習字 (半紙まで) 等

②お近くのボランティア地域活動センターに郵送

破損等無く施設へお渡しできるように、封筒に入れて各ボランティア地域活動センターへ郵送またはご持参ください。

※各ボランティア地域活動センターの場所はP10 下段参照

③コーディネーターが市内各施設に届ける

※届けてほしい施設がありましたら、お知らせください。



絵手紙

イラスト・メッセージ

作品例



折り紙

## 今後ボランティアをしてみたい方には、このような活動があります!

### 趣味や特技を活かしてボランティア



施設や自治会のイベントなどで活躍しています。  
音楽、手芸、ダンス、手品、舞踊、演芸、体操、レクリエーションなど、あなたの趣味や特技をボランティアで活かしてみませんか。



音楽のパフォーマンス

### 講座を受けてボランティア

勉強会を重ねながら、さらにスキルアップをして活躍している人たちが大勢います。

手話、手話ダンス、点訳、音訳、朗読、傾聴、絵手紙、パソコンなど、興味のある事を学んでボランティアとして活躍してみませんか。



ハンドマッサージ

## ボランティアのことならお任せください

ボランティアと聞いて皆さんはどのようなイメージを思い浮かべますか？  
ボランティアは誰にでもある自然な気持ちから始まる活動で、人や社会、環境などのために、自主的に行う活動です。



ボランティア活動をしたことがない

すでにやっている・やったことがある

どんなことをすればいいのかわからない

どんな団体があるのかわからない

ボランティア地域活動センターに相談!!



あなたにピッタリな活動を見つけよう!

自分らしさを大切にしながら、あなたも一歩を踏みだしませんか

## ボランティアにおいて大切なこと

ボランティア活動は、相手がある活動です。自分の都合だけで行う気ままな活動ではありません。必ず、ルールや責任が伴います。ルールを守り、お互いに楽しい活動になるようにしましょう。

### ボランティア活動10の約束



- ❶ 自分が希望して活動する
- ❷ 無理のない活動をしよう！  
継続することが大事です
- ❸ 相手の気持ちに合わせた活動を！
- ❹ 約束を果たすのはすべての基本  
どんな小さい事でも守りましょう
- ❺ プライバシーを守る
- ❻ 相手と自分自身の安全に気配りを！  
ボランティア保険に加入して活動を
- ❼ 家族や周囲の理解を得ましょう
- ❽ 対等な関係を！  
「お互いさま」の気持ちで活動を
- ❾ ボランティアも地域社会の一員
- ❿ たえず学習し、自分を成長させよう

### 各ボランティア地域活動センター 問い合わせ先

#### 上田ボランティア地域活動センター

ふれあい福祉センター1階  
〒386-0012 上田市中央3丁目5-1  
TEL0268-25-2629 FAX0268-27-2500

#### 真田ボランティア地域活動センター

真田総合福祉センター1階  
〒386-2201 上田市真田町長7190  
TEL0268-72-2998 FAX0268-71-5740



#### 丸子ボランティア地域活動センター

丸子ふれあいステーション1階  
〒386-0404 上田市上丸子1600-1  
TEL0268-43-2566 FAX (TEL 兼用)

#### 武石ボランティア地域活動センター

武石デイサービスセンターやすらぎ内  
〒386-0503 上田市下武石771-1  
TEL0268-85-2466 FAX0268-85-2471

# みまもり (声かけ) 訪問事業

誰とも話を  
しない日がある

ほとんど  
外出しない

今は元気  
だけど先々の  
ことが心配...



こんなこと、  
思い当たりませんか？

丸子地域では、登録ボランティアが月2回程度ご自宅に訪問して、玄関先で様子をお伺いする「みまもり (声かけ) 訪問事業」を行っています。

### 対象者

丸子地域にお住いの65歳以上の方のみの世帯、または日中一人でいる方で、介護保険サービスを利用していない方

丸子地域で利用希望の方はご連絡ください。 ※新型コロナウイルス感染防止のため、現在は電話対応にて実施しております。

問い合わせ ▶ 丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566

## 募集しています

問い合わせは各ボランティア地域活動センターまで (P10参照)

※新型コロナウイルス感染拡大  
大防止対策等により、ボラ  
ンティアの受け入れや行事  
の日程が、変更または中止  
になる場合がありますので、  
ご了承ください。

### ■かわべちよう敬老園

・フロアで利用者の話し相手の  
他、個別レク(体操、カラオケ、  
ゲーム等)のボランティア

日時/随時 10時~11時30分

・楽器演奏や歌などの音楽レクリ  
エーション

日時/2~3か月に1度  
14時~15時

・道の駅「あおき」への付き添い、  
移動介助(車いすなど)

日時/7月(日にち未定)

11時30分~13時30分(予定)

場所/上田原854・2

### ■上田ついでのみ園

・職員の手伝い(洗濯、園内掃除)

・利用者との交流

・昼食の配膳、下膳

日時/毎週土曜日または日曜日

9時~12時30分

・七夕祭の会場準備(掃除、飾り  
付け、料理の盛り付け)終了後  
の後片付け、掃除

日時/7月上旬~中旬の土曜日  
8時30分~15時頃

場所/中之条8001

### ■ささいの家きりめき

・高齢者の話し相手、レクリエー  
ション補助

日時/随時 10時~15時30分

・買い物ツアーの利用者の付き添い

日時/7月中旬 13時~15時

・納涼祭にて軽度利用者の話し相手

日時/8月中旬 12時~14時

場所/古里1220

### ■しいのみ療護園

・納涼祭(利用者付添い、屋台の  
手伝い)

日時/8月1日(土) 16時~20時

場所/下室賀2826

### ■特別養護老人ホーム室賀の里

・施設周りの草取り、窓ふき

・布オムツたため、縫い物、話し相手

日時/随時 10時~11時30分

場所/上室賀19

### ■スペシャルオリンピックス日本

長野 上田支部

・ボウリングプログラム(一緒にプ  
レー、コーチ、受付や会計の手伝い)

日時/毎月第2、第4日曜日

8時10分~10時

場所/上田プラザボウル

国分1000

## ボランティア募集の記事を

「社協うえだ」に掲載しませんか。

ご希望の方はお気軽にご連絡ください。

ボランティア地域活動センターでは、ボランティアを  
したい方とボランティアを募集したい施設や自治  
会などとのマッチングを行っています。



●申し込み・問い合わせは

各地区ボランティア地域活動センターまで P10参照

・バスケットボールプログラム  
(パートナーとして一緒にプレー、  
トレーニングのコーチ、補助等)

日時/毎週日曜日 10時~12時

場所/上田東小学校体育館  
材木町1・10・13

■高齢者福祉センター  
・センター周辺の草取り、落葉片  
付け等

日時/随時

場所/常盤城3・3・18

# 社協の事業について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、休止等していた事業について、再開のお知らせをいたします。

なお、施設利用の際は、引き続き感染予防対応のご協力をお願いします。

- ふれあい福祉センター
- 長瀬市民センター
- 真田総合福祉センター

6月1日(月)～開館

- 貸館事業再開
- ※一部制限あり



- 高齢者福祉センター
- 老人福祉センター(丸子・真田・武石)
- 真田地域活動支援センター

6月1日(月)～開館

- ※一部制限あり



- 児童館・児童センター
- ・上田地区8館
- ・下丸子児童館

6月1日(月)～通常開館

月曜日～金曜日 13時～18時 / 土曜日 9時～18時

※下丸子児童館 月曜日～金曜日 15時30分～17時30分

なお、11月～4月は15時～17時

- 子育てひろば

6月1日(月)～開館 9時30分～12時30分

- 東塩田子育てひろば 月・火・水曜日
- 神科子育てひろば 火・水・木曜日

- 大星子育てひろば 火・木・金曜日
- 清明子育てひろば 月・水・金曜日

※清明子育てひろば(9時30分～14時30分)

当面の間、11時30分～12時30分は消毒のため利用できません。なお、飲食もできません。

- 相談事業

6月～再開

- |       |               |               |               |
|-------|---------------|---------------|---------------|
| ●結婚相談 | 毎週水曜日、毎月第2土曜日 | 10時～15時       | 上田市ふれあい福祉センター |
|       | 毎月第4土曜日       | 10時～15時       | 丸子ふれあいステーション  |
| ●法律相談 | 毎月第3土曜日       | 10時～12時       | 上田市ふれあい福祉センター |
|       | 6月26日(金)      | 13時30分～15時30分 | 丸子ふれあいステーション  |

…………… 善意銀行に関してはP8をご覧ください。……………

## 令和2年度 社協会費納入について

毎年、6月から依頼している社協会費について、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、納入時期を7月16日～8月末に変更となりました。今年度も社協会費の納入にご協力をお願いいたします。

## 新型コロナウイルス感染拡大防止 のため、例年開催されている 催しの中止のお知らせ

- サマーチャレンジボランティア
- うえだ市民ふれあい広場
- いきいきフェスティバル
- ふれあい広場inさなだ

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内) 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内) 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

業務時間/8時30分～17時15分