

# 社協うえだ

No.84 令和2年(2020年)8月号



## 今号の表紙 / ふくふくひろば開所式にて

【写真】永井悠太さん、梨乃佳ちゃん

7月27日(月)、上田市社協の子ども服リユース事業「ふくふくひろば」開所式に来ていた永井さん親子。着られなくなった子ども服を、必要としている家庭で活用してもらえるよう開かれました。

ピンク色が好きだという梨乃佳ちゃん。お父さんと一緒にかわいい服を選んでいました。

※現在、ふくふくひろばは常設しています。詳細については、P9をご覧ください。

## 主な内容

- 福田自治会「寄ってこ会」 P2~3
- 会費納入依頼、用途について P4
- 令和元年度 上田市社協事業報告・決算報告 P5~7
- 車いす貸与事業 P10



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 ● <https://www.ueda-shakyo.or.jp>  
印刷 / (有)大和印刷

ホームページリニューアルのためURLが変更しています



# 171回目の寄ってこ会



～活動はやめません！

集まりの場は大切だから！～

## 15年続く憩いの場 新しい形式で再開

人とのつながりを奪ってきた新型コロナウイルス感染症。感染拡大防止のため、さまざまな活動が自粛されましたが、緊急事態宣言解除を受け、少しずつ活動が再開され始めています。大切なつながりの場を守る活動、また、形を変えて続く活動等、目に見えないウイルスに対する対策や工夫をしながら、行われている活動の一部をご紹介します。

### 福田自治会

### 「寄ってこ会」

「元気してたか？」と、参加者が来るたびに言葉が飛び交います。

福田自治会の「寄ってこ会」は、「お年寄りのおしゃべりする場所がない」との声から、平成17年に始まり、170回開催されています。参加者は月に一度の「寄ってこ会」を楽しみにしており、毎回会話に花を咲かせます。

そんな地域の大切な場が、新型コロナウイルスの影響で、今年2月の開催以降、休止されており、今回7月に再開となりました。

以前の寄ってこ会の様子▶



開催に当たっては、間隔をあけて座る、マスクの着用、持ち寄りの食べ物控えて小分けのお菓子を配る等、感染予防に配慮しました。

◀今回からは感染予防のため、十分な間隔を取り、マスクを着用して参加



## 人に伝える喜びを実感

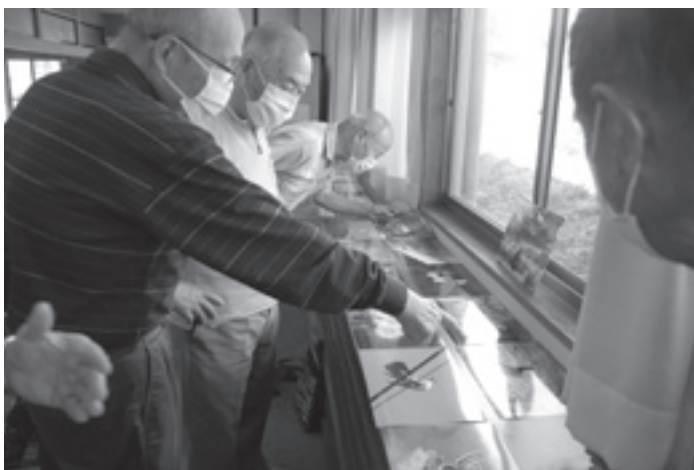
中心となる奥村浩久さんは、最初のあいさつで「今回のコロナウイルス感染症は、人に会ってはいけないという病気であり、人に会えないという事がどれほど大変なことか嫌というほど知らされた。会えることがどれだけ嬉しい事か実感して、言いたいことを大いにしゃべってほしい」と話し、参加者の近況等を聞いていました。

参加者は、この期間の過ごし方や、体調の変化、ラジオやテレビで聞いた健康に関する話等で盛り上がり、終始明るい表情で過ごし、名残惜しそつに終了時間を迎えていました。



「話だけでなく脳トレも」と参加者が新聞の切り抜き等で作った、脳トレプリント

参加者が撮ったプロ顔負けの写真に皆さん感動！春の桜から初夏の草花まで、休止の間撮りためた写真が並びます。



## 大切にしたいこと 迷いながらも決断

4か月ぶりとなる今回の「寄ってこ会」。奥村さんは、今回の開催に関して、「再開の判断は難しかった。どういった形ならいいのか、ずっと考えていた」と話していました。新型コロナウイルスの状況から、「決して安心できる状況ではないが、一番は皆さんが会えて、自由におしゃべりができる機会を大切にしたい」と話していました。

## こんな形もイェモンだ！

「活動自粛」「催し物の中止」そんな時だからこそ実施された「助け合い」「つながり」があります。

## 必要などころに届けたい おイモの贈りもの

美し信州建設株式会社では、毎年7月に夏祭りを行い、そこでの収益金を福祉事業所や団体に役立ててもらいたいと、寄付活動が続けています。今回、新型コロナウイルス感染症の影響で、夏祭りが中止となってしまうましたが、そこで使用するために育てていたジャガイモを、市内の子ども食堂へと寄付しました。



美し信州建設中嶋社長を囲んで  
みんなの居場所おじりこどもカフェ(左)とおけまる食堂(右)の皆さん



一緒にジャガイモ掘りで汗を流し、企業と地域・団体との新たなつながりが生まれました。



子ども食堂の運営には、食材の確保が課題の一つです。また、食中毒の予防のため、生ものは提供ができませんという縛りの中で、食材の寄付は大変貴重なものとなっています。寄付を受けた団体は、「ジャガイモは保存がきくので、ただで嬉し」と、喜んでいました。

# 会費納入のお願い

本会の取り組みにご理解とご賛同をいただき、今年度の社協会費の納入にご協力をお願いします。

## 社協会員 とは

社協は、住民主体の理念に基づき、支え合い、助け合いながら誰もが住みやすい地域の実現を目指して事業を行う、社会福祉法に定められた民間の非営利団体です。

社協の会員制度は、住民一人ひとりが福祉に関心を持ち、積極的に地域の福祉活動に参加していただくことを目的としています。会員になること（会費を納めること）が、福祉活動に参加することと同じ意味を持っており、財政面だけでなく、地域福祉を支える大きな力になります。地域福祉の主役である住民と、それを推進する社協が一体となり、福祉のまちづくりを行うために欠かせない仕組みとして、会員会費制度を取り入れています。

## …… 会費は以下の4種類があります ……

### 普通会費

市内の全世帯が対象です。  
※ご賛同いただける方は、  
2口1,000円をお願いします。

【年額】

一口 … 500円

### 特別会費

個人で社協事業に賛同し  
てくださる方が対象です。

【年額】

一口 … 1,000円

### 法人会費

企業・事業所で社協事業  
に賛同してくださる方が  
対象です。

【年額】

一口 … 5,000円

### 団体会費

団体や施設で社協事業に  
賛同してくださる方が対  
象です。

【年額】

一口 … 1,000円

## 会費が使われている事業

- 地域ふれあい事業
- 有償在宅福祉サービス事業
- 車いす・特殊寝台貸与事業
- 企画・広報事業
- 住民支え合いマップ事業
- 各種相談事業
- ボランティア活動の推進事業



地域ふれあい事業  
(世代間交流)



有償在宅福祉サービス事業  
(福祉移送サービス)



ボランティア活動の推進事業  
(出前福祉体験)

今年度も普通会費、特別会費は支部社会福祉協議会(自治会)を通じて会費納入をお願いしています。皆さまからの会費が社協の事業を進める貴重な財源になります。社協の趣旨をご理解いただき、一人でも多くの方にご協力いただきますよう、お願いします。



# 令和元年度 事業報告

(概要)



## 地域福祉を推進するための事業

### ◆地域ふれあい事業 (市補助事業)

福祉推進委員が中心となり、住民の連帯感を高め、近隣のつながりを目的として、市内241自治会で延べ794事業が行われました。

#### ●生きがいづくり事業

事業実施自治会数 195自治会  
(茶話会、会食会、健康体操等)

#### ●世代間交流事業

実施自治会数168自治会

その他、学習講座、環境整備、訪問活動、子育て支援、施設視察、ボランティア活動などが行われました。

### ◆住民支え合いマップ作り

災害時要援護者登録制度に申込みをした自治会に対し、上田市と協働し、制度の説明会や支援班会議、マップの更新作業を行いました。

#### ●協定書締結自治会数

3自治会 (累計171自治会)

#### ●住民支え合いマップ完成自治会数

3自治会 (累計207自治会)

### ◆社協お結びサポーター事業

地域の福祉ニーズは何か、どんな福祉サービスが必要かを一緒に考え、人と人・人と地域・人と機関を結びつけ、住民同士によるふれあい、支え合いの仕組みづくりをお手伝いする「社協お結びサポーター」を配置しました。

#### ●配置地区/城下、神科、豊殿、丸子、

真田、武石

令和元年度新たに川辺・泉田に配置  
●地区内の自治会への訪問 39自治会  
●活動回数 延べ148回

### ◆その他各種教室

サロン活動につながることや、赤い羽根共同募金の配分金を地域に還元できるように、講座を開催しました。

#### ●輝く男性のためのそば打ち実践講座

(全3回) 参加者延べ22人



そば打ち実践講座

## 生活支援のための地域福祉事業

### ◆ご用聞きサービス事業

ご近所の助け合いや支え合いによって、日常生活の困りごとを支援することを目的とした有償の福祉サービスです。

●協力会員46人 ●利用会員103人  
●サービス利用回数 延べ187件  
●主な内容/ゴミ出し、買い物代行、草取り、修繕等

### ◆福祉移送サービス事業

福祉車両による通院や買い物等の有償移送サービスを行いました。

●協力会員29人 ●利用会員188人  
●利用回数 延べ1,467回  
(上田、丸子、真田3地区合計)

## 各種相談・生活支援事業

### ◆結婚相談事業

上田地区と丸子地区の2か所で相談を行いました。

## 令和元年度 重点目標

- 住民参加と協働による地域福祉活動の推進
- 地域の福祉ニーズに基づくサービスや先駆的な取り組み
- 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
- 総合的な福祉サービスの推進と介護保険事業の安定した経営
- 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
- 働き方改革等の制度に合わせ労務管理の体制強化や環境整備への取り組み



地域ふれあい事業

- 相談件数 延べ1,903件
- お見合い76組 ● 結婚12組
- ながの結婚マッチングシステム  
インターネットで検索し紹介するシステム
- お見合い5組 ● 結婚0組
- お見合い企画  
2回開催/カップル成立 計8組

### ◆法律相談

- 上田地区と丸子地区の2か所で弁護士による無料相談を行いました。
- 相談件数73件（開設日数17日）

### ◆心配ごと相談事業

- 職員による無料相談を行いました。
- 相談件数 160件（家族問題等）

### ◆たすけあい資金貸付事業

低所得者・高齢者・障がい者世帯の自立と更生を目指して資金の貸付と必要な援助指導を行いました。

- 生活福祉資金（県社協受託事業）  
貸付件数26件
- たすけあい資金 貸付件数 1件

### ◆上小圏域成年後見支援センター事業

（4市町村受託事業）

住民の権利を守る「成年後見制度」の紹介と啓発、市民後見人の養成に努めました。

- 相談件数 延べ987件
- 説明会、講師依頼 10件
- 参加者 延べ304人
- 成年後見人第三者後見人（弁護士・司法書士・社会福祉士）の紹介と支援 23件

- 法人後見の受任  
新規 8件（累計63件受任）
- 市民後見人養成講座  
参加者 延べ192人
- 令和元年度 市民後見人2人誕生

### ◆日常生活自立支援事業

（県社協受託事業）

判断能力が不十分な方に対し、安心して生活が送れるよう、福祉サービスの利用などに関わる相談や援助、日常的な金銭管理のお手伝いなど自立生活の支援をしました。

- 専門員訪問調査回数 延べ69回
- 生活支援員援助回数 延べ1,656回
- 現在の利用者数 79件

### ◆まいごぼ上田

### ◆上田市生活就労支援センター事業

（市受託事業）

生活困窮者に対する包括的な相談・支援を行いました。

令和元年度は、就労準備支援事業を受託し、支援対象者に対し、一般就労の従事に向けた支援を行いました。

本人や家族を対象とした講座に加え、コミュニケーション・トレーニングやボランティア活動の実施等、支援メニューの拡大、相談のきこかけづくりに取り組みました。

- 新規相談者数 265人
- 相談者数 延べ1,386人

### ◆福祉教育・ボランティア地域活動事業

### ◆ボランティア地域活動センター事業

ボランティアの育成援助、ボランティア

活動の推進に努めました。

また、令和元年東日本台風（台風19号）の被害を受け、上田市社協として初の上田市災害救援ボランティアセンターを立ち上げ、被災地区でのボランティア活動を支援しました。

- ボランティアアニアーズ件数  
4地区合計 408件
- 各種講座の開催 4地区合計21回  
参加者延べ353人
- 出前福祉体験  
小学校12件 中学校5件  
大学 1件 PTA2件  
その他団体1件

- 令和元年東日本台風災害支援  
アニアーズ受付件数 延べ82件  
活動件数 延べ97件  
活動ボランティア数 延べ452人  
長野市北部災害ボランティアセンターへのバスパック 2回実施  
参加者 延べ38人



災害支援活動

### ◆介護保険事業

### ◆居宅介護支援事業

（ケアマネジメント）

可能な限り居宅での自立した日常生活を営むことができるよう、一人ひとりの状況等に応じた支援に努めました。

- 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3事業所合計
- 利用者件数 延べ4,426件
- ケアプランの作成 延べ4,193件
- 認定調査状況 延べ72件

### ◆通所介護事業（指定管理事業）

在宅で生活している要介護・要支援の高齢者に対し、心身機能の維持向上を目指したサービスの提供を行いました。

また、実習生の受け入れ等、福祉の担い手の育成にも協力しました。

- 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3事業所合計
- 利用者人数 延べ17,013人
- ボランティア数 延べ361人

### ◆介護予防・高齢者の生きがいと健康増進のための事業

### ◆地域包括支援センター事業

（市受託事業）

保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等の専門職を配置し、介護予防マネジメント、権利擁護を含む総合的

な相談・支援を行いました。

新規事業の生活支援体制整備事業において、生活支援コーディネーターを配置し、第2層協議体の設置・連携を図りながら、住民主体の介護予防・生活支援サービス等の実施に向けた啓発や調査等に取り組みました。

● 神川、丸子、真田、武石地域包括支援センター4事業所合計

● 相談件数 延べ20,775人  
● 介護予防支援・介護予防ケアマネジメント支援計画件数

延べ9,652件

● 健康、介護保険、体操等、講座の開催  
● 認知症サポーター養成講座の開催

### ◆高齢者福祉・老人福祉センター事業

(市受託・補助事業)

高齢者が主体的に社会との関わりを保ちながら、生きがいを持つ健康増進や趣味活動を行える拠点として、多くの方に利用していただきました。

● 上田市高齢者福祉センター、上田市丸子老人福祉センター、上田市真田老人福祉センター、上田市武石老人福祉センター管理事業

● 利用者件数 延べ122,203人  
● 高齢者学園事業  
学生数 1年生46人、2年生45人、3年生30人

● 上田地域福寿クラブ連合会、丸子地域高齢者クラブ連合会、真田地域長寿会、武石高齢者クラブ  
クラブ数 100クラブ  
会員数 5,218人

## 子育て支援事業

### ◆児童館事業 (指定管理事業)

地域子どもたちが安心して遊べる場を提供し、健康で情緒豊かな子どもたちを育てることを目的に、年間を通じてスポーツや工作など様々な活動を実施しました。

● 3児童館・6児童センター 全9館  
● 年間利用者数 延べ139,452人

### ◆地域子育て支援拠点事業

「子育てひろば」(市受託事業)

未就園児の親子を対象に、交流や相談の場として、様々な遊具や遊びのほか親子で楽しめる講座を毎月実施しました。

● 4会場 各会場 週3日開設  
● 年間利用者数 述べ8,816人

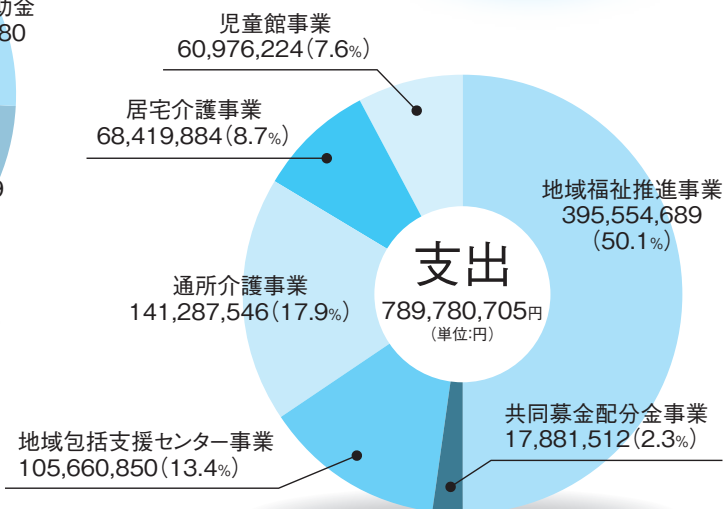
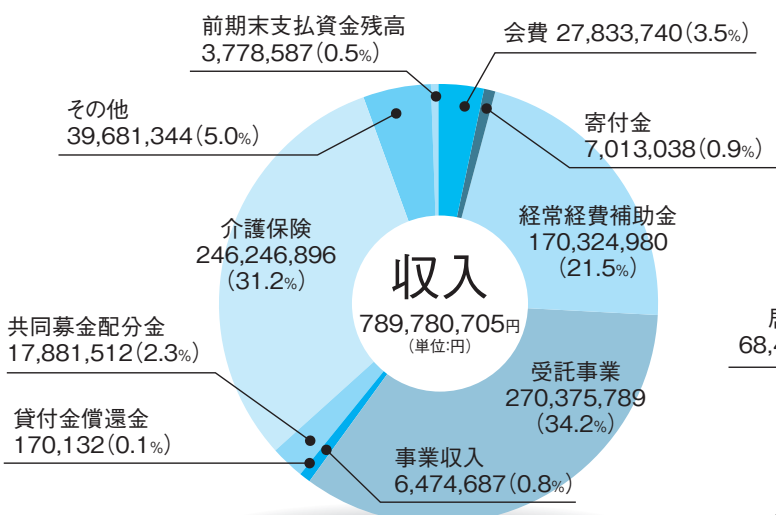
### ◆上田市ファミリー・サポート・センター事業 (市受託事業)

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)に会員として登録していただき、有償による支援活動のサポートを行いました。

また、年間を通して会員同士の交流会や子育てに関する研修会を開催しました。

● 依頼会員数 435人  
● 提供会員数 280人  
● 両方(依頼と提供)会員数 58人  
● 年間活動回数 延べ1,744回

## 令和元年度 決算報告 (概要)



※事業報告、決算報告について、詳しくは上田市社協ホームページをご覧ください。



## 評議員交代のお知らせ

選出団体の役員改選により、評議員が交代となりましたのでご紹介します。

選出区分及び選出団体	新任者氏名	退任者氏名	地区
学識経験者（上田市校長会）	甘利 尚之	滝沢 克子	全域
地域の代表者（上田市自治会連合会）	吉池 正敏	田畑 裕康	上田
	小島 幸一	永井 三男	丸子
	高寺 宣安	甲田 忠夫	真田
	樋沢 智弘	滝沢 誠一	武石



## コミュニケーション・トレーニング講座

～生きづらさを和らげるためのグループワークに参加しませんか？～

参加費  
無料

人と関わるのが苦手だったり、コミュニケーションがうまくいかなかったり…  
これらの対人技能やコミュニケーション技術は少しの工夫により上達が可能です。  
生きづらさを和らげるためのグループワークに参加しませんか？

令和2年9月3日（木）～令和3年1月21日（木）の毎週木曜 全20回の講座

※全20回参加可能な方対象

自分の気持ちを伝える、相手の気持ちを考える、自身の感情のコントロールやストレスの和らげ方等、自分や相手と上手に付き合うための方法を学びます。

●場 所／上田市ふれあい福祉センター

●時 間／13時30分～15時30分

※参加希望の方は、事前にまいさぼ上田までご連絡ください。

申し込み・問い合わせ／まいさぼ上田 TEL71-5552



## 親子で参加♪「健康な足を育てよう」講座

参加費  
無料

この講座では、足や靴についての正しい知識を身に付け、  
トラブルのない健康的な足や身体の育て方を学びます。  
一緒に足のことを知って健康になりましょう。

- 内 容／・子どもの足の成長について
    - ・足のトラブルについて
    - ・靴の履き方と選び方について
    - ・足の計測体験と足のお悩みアドバイス
- 足や靴についての基礎知識を学びます。

※時間の都合で、内容が一部変更になる可能性もあります。

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。

●日 時／9月13日（日）

13時30分～15時30分

●場 所／上田市ふれあい福祉センター  
2階 大会議室

●講 師／株式会社シューマート様

●定 員／12人

●持ち物／普段よく履く靴（運動靴等）

●託 児／無料 先着3人（要予約）

申し込み・問い合わせ／上田地区センター TEL 27-2025



3地域包括支援センター合同  
（神科・真田・神川）

## 生活支援体制整備事業「地域づくり講座」

受講料  
無料 定員  
50人

住み慣れた地域で、安心して健康に暮らし続けるために必要な、身近な支え合い活動や居場所づくりについて、地域にあるさまざまな社会資源の発見や実践活動に触れながら学んでいきます。

開催日	講座内容	講師・パネリスト
第1回 9月 4日（金）	講義：「生活支援体制整備事業を活用した 支え合いの仕組みづくり」	まねきねこ喜多 浦野 千絵さん
第2回 9月25日（金）	パネルディスカッション：「私たちの地域で 元気に暮らしていくための取り組み」	まねきねこ喜多 浦野 千絵さん 各地域での活動実践者

●時 間／13時30分～15時30分

●場 所／真田中央公民館 大ホール

申し込み・問い合わせ／神科地域包括支援センター TEL 27-2881 真田地域包括支援センター TEL 72-8055  
神川地域包括支援センター TEL 29-2266

※講座開催の際には、新型コロナウイルス感染予防対策を行います。参加者の皆さまにもマスク着用等、感染予防のご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染防止のため、講座が中止になる場合もあります。





「まだ着られる服を捨ててしまうのはもったいない」「必要としている方に届けてほしい」そんな声を受けて、ふく(服)とふく(福)がつながって、皆さまが笑顔になれるお手伝いができたらと考え、子ども服の無料リユース事業「ふくふくひろば」を上田市ふれあい福祉センターに設けました。



常時開設していますので、どなたでもお気軽にお出かけください。

**子ども服が欲しい方に…**

- 「ふくふくひろば」に設置してある子ども服はご自由にお持ちいただけます。
- ※1回につき10点まで
- ※お持ち帰りにマイバッグをご持参ください。
- ◆**開設時間** / 月～金曜日の9時～17時  
(土、日、祝日、年末年始はお休みです)
- ◆**場所** / 上田市ふれあい福祉センター 2階  
(上田市中心3-5-1)

**子ども服を提供して下さる方に…**

- 「ふくふくひろば」に提供していただける子ども服がありましたら、社協窓口までお寄せください。
- ◆80cm～120cmの子ども服  
(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
- ◆サイズごとに分けていただくようお願いします。
- ◆1回の持ち込みは20点までとさせていただきます。

問い合わせ / 上田市社会福祉協議会 総務課 TEL 27-2025

**ご近所からご近助へ ご用聞きサービス事業**

**協力員募集**

ご用聞きサービス事業とは…

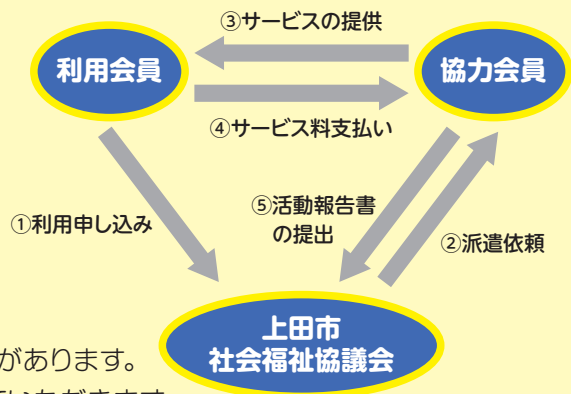
上田市にお住まいの高齢者世帯などを対象に、日ごろの生活の中で感じている困りごとを、住民の助け合いにより支援する有償の福祉サービスです。  
※この事業を利用するには利用会員、協力者は協力会員の登録をしていただきます。

**\*活動について**

「ゴミ出し」「草取り」「照明の交換」「雪かき」など、軽易な日常生活のお手伝いをします。  
※利用会員から社協に依頼があります。作業内容および日程調整後、社協から協力会員に連絡をします。

**\*活動料金について**

**30分あたり200円**です。  
その他、自動車を使用した場合、1kmにつき20円の交通費があります。  
※活動料金及び交通費は、活動日に利用会員から受領していただきます。



現在協力会員が不足しております。事業の趣旨をご理解いただき、ご協力いただける方は、社協各地区センターへご連絡ください。

ご用聞きサービスに関するお問い合わせは、上田市社会福祉協議会各地区センターをお願いします。

…………… 連絡先は、本紙裏面をご覧ください ……………

車いす  
貸与事業

無料

# 車いす お貸しします！



上田市在住の高齢の方や身体に障がいのある方、または一時的に歩行や日常生活を営むことが困難になった方に対し、受診、外出等に必要な車いすを一定期間お貸しします。

料金は無料です。必要な方に貸出しをしていますので、ご相談ください



## 対象の方

- 上田市にお住まいの方
  - 病気やけがで一時的に車いすが必要な方
  - 身体障がいのある方で補装具の交付対象外の方
  - 介護保険での福祉用具貸与対象外の方
  - 難病患者等日常生活用具給付の対象外の方
- 【各制度の申請手続き中は対象となります。】

## 貸出期間

- 病気やけがの回復まで等、約1か月間です。必要により延長可能です。

少しの間だけ  
借りたい

急なけがで  
お困りでは  
ありませんか？

## 車いす貸出し



Q どのような手続きが必要ですか？

A 窓口にて申請書にご記入いただくだけで大丈夫です。

Q 車いす貸出しに利用料金はかかりますか？

A 無料です。

Q 現在、介護保険の申請中です。結果が出るまでの間、車いすを借りることはできますか？

A 介護保険の要介護度認定の結果ができるまでのつなぎとしてのご利用は可能です。ただし、要介護度2～5の認定結果が出た場合には、介護保険での車いす貸与をご利用ください。

Q 遠方に住んでいる親がしばらく上田市に滞在するが、その間だけ車いすを借りられますか？

A お使いになられる方が市内在住でない場合も、申請される方が上田市内在住であれば利用できます。

問い合わせ／● 上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629

● 真田地区センター

TEL72-2998

● 丸子地区センター TEL42-0033

● 武石地区センター TEL85-2466

うさたまの耳に入ってくる福祉の情報をお届け



## 車いす使用時の注意点



乗る時はフットサポートを上げ、乗ったらフットサポートの上にしっかりと足を乗せます。

乗り降りする際は、しっかりとブレーキをかけましょう。かけないと車いすが動いてしまい、転倒の危険があります。



## うさたま情報局

### 車いすのたたみ方、開き方



座シートの中央部を持ち上げるようにしてたたみます。



座シートを押すようにして広げます。手を挟まないように注意！



## 各種ボランティア講座

### 【体験とコミュニケーション】 ステンドグラス講座

ステンドグラスの作製を体験し、楽しみながらコミュニケーションを深める活動を学んで、地域のイベント等に取り入れてみませんか？

- 日 時／9月6日（日）13時30分～15時30分
- 場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階 大会議室
- 講 師／ステンドグラスアーツプロデュース 代表 山崎 一彦さん
- 対 象／小学校5年生以上（小学生は保護者同伴）
- 定 員／15人（定員になり次第締め切ります）
- 参加費／500円（材料費）
- 持ち物／エプロンまたは、よごれても良い 服装、軍手  
※大人用軍手は用意します。
- 申込締切／8月31日（月）

#### ★作製のおおまかな流れ★

カット済みのパーツ（ガラス）を選び、銅箔テープを貼り、はんだ付けをして、磨いて完成！



申し込み・問い合わせ  
上田ボランティア地域活動センター

※講座開催の際には、新型コロナウイルス感染予防対策を行います。参加者の皆さまにもマスク着用等、感染予防のご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染防止のため、講座が中止になる場合もあります。

### ボランティア地域活動センター問い合わせ

- 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

### ボランティア基礎講座

ボランティアという言葉は知っているけど、何をすればいいの？

今回は、伊那市社会福祉協議会の活動事例をもとに、ボランティアについて一緒に考えてみましょう。

- 日 時／10月7日（水）13時30分～16時
- 講 師／伊那市社会福祉協議会 地域福祉課 ボランティアコーディネーター 中山咲子さん  
地域福祉コーディネーター 原智美さん
- 対 象／ボランティアに興味のある方、活動をしている方

### 傾聴講座

相手の話を聴き、心を受け止める「傾聴」。相手が気持ちよく話することができる聴き方、はじめの一步を学びます。

- 日 時／10月27日（火）13時30分～16時
- 講 師／長野県長寿社会開発センター 理事長 内山 二郎さん
- 対 象／傾聴ボランティアに興味のある方

いずれも

- 場 所／丸子ふれあいステーション 3階 会議室
- 定 員／20人
- 申込締切／10月5日（月）

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  
丸子ボランティア地域活動センター

### 私にも書ける絵手紙講座！

～絵手紙の基礎を学び作品づくり～

講座で学んだことを活用して、大切な方や一人暮らしの高齢者に絵手紙を送る活動にも広がります。

材料はすべて用意しますので手ぶらで参加できます！！

まずは、筆を持って体験しましょう。



- 日 時／9月24日（木）10時～12時
- 場 所／真田総合福祉センター 2階 大会議室
- 講 師／日本絵手紙協会公認講師 小林みのりさん
- 定 員／10人（定員になり次第締め切ります）
- 参加費／300円（材料費）

申し込み・問い合わせ  
真田ボランティア地域活動センター

(令和2年5月1日～令和2年6月30日 寄付受付順)

- (株)知足堂様 ..... マスク3,350枚  
(指定寄付/ (福) カルディア会様、(福) ちいさがた福祉会様、NPO法人シャイン様、(福) かりがね福祉会様、社協へ)
- (宗) 世界平和統一家庭連合 上田家庭教会様  
.....手作りマスク150枚
- NPO法人 エリスン様 ..... 桑の葉飴170袋
- 寿徳堂秋和鍼灸整骨院様 ..... 7,200円
- 久野まさい様 ..... 座布団17枚
- 創生ワールド(株)様 ..... マスク2,400枚  
(指定寄付/市内障がい児者施設・事業所へ)
- からだ元気治療院上田店様  
..... 飲料10点、菓子10点、食料品15点
- 上田ライオンズクラブ様 ..... 車いす1台
- (有)伸和印刷様 ..... 端紙  
(指定寄付/ワーカースコープ上田事業所様、学校教育課様、社協児童館、児童センターへ)
- NPO法人 健康サポートまごの手様  
..... マスク125枚、シトラスリボン15個※
- アトリエめろん様 ..... マスク525枚、手作りマスク18枚
- 朝倉万幸様 ..... 200,000円
- 樋沢こう様 ..... 100,000円 (指定寄付/武石地域へ)
- 匿名様 ..... コピー用紙2,200枚 (指定寄付/丸子地域へ)
- 大熊英徳様 ..... 食料品77点
- 第一商工株式会社様 ..... フェイスシールド100枚
- 匿名様 ..... 671円
- 匿名様 ..... 紙おむつ1袋
- 匿名様 ..... 5,000円
- 丸山勝正様 ..... 福祉体験用資料
- 八十二銀行神科支店様 ..... 食料品20点
- (有)新妻モーターズ様 ..... 手作りマスク23枚
- 国際ソロプチミスト上田様 ..... 使用済み切手
- 匿名様 ..... ハンドソープ1本、ビニール手袋3枚、使い捨てマスク30枚、布マスク1枚
- 匿名様 ..... 手作りマスク30枚
- おいでよ上田様... 布マスク29枚、使い捨てマスク9枚
- 豊殿まちづくり協議会様 ..... 使用済み切手
- 匿名様 ..... 20,000円 (指定寄付/丸子地域へ)
- 幸福の科学 上田支部様... 食品1点、布団カバー2点、衣類4点、アクリルたわし3個、手作り紙マスク20枚、テレホンカード4枚、使用済み切手
- 匿名様 ..... 手作りマスク(子ども用) 50枚  
(指定寄付/神科児童センターへ)
- 山邊忠廣様 ..... カーペット4枚
- (株)バリューブックス様 ..... 児童書・絵本・コミック139冊  
(指定寄付/東塩田児童センターへ)

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。

※ .....シトラスリボンについて.....



松山大学の教員らが、新型コロナウイルスをめぐり誹謗中傷や偏見をなくそうと始めたのが「シトラスリボン運動」。リボンはかんきつ王国愛媛にちなんだシトラスカラー・黄緑色で、「地域」「家庭」「職場(または学校)」を象徴する3つの輪を作っています。

## 新型コロナウイルス感染拡大防止のための、事業の中止・変更のお知らせ

- 第14回上田市社会福祉大会...10月26日(月) **縮小開催(式典のみ)** ※式典関係者のみでの開催
- 令和2年度高齢者学園、上田市高齢者文化祭...**中止**
- 希望の旅・在宅介護者リフレッシュ事業...**中止**

## 社協の無料相談 〈8月・9月〉

※相談日は、都合により変更になる場合がありますので事前にお問い合わせください

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時は 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	毎月第3土曜日 10時～12時 8月21日(金) 13時30分～15時30分	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