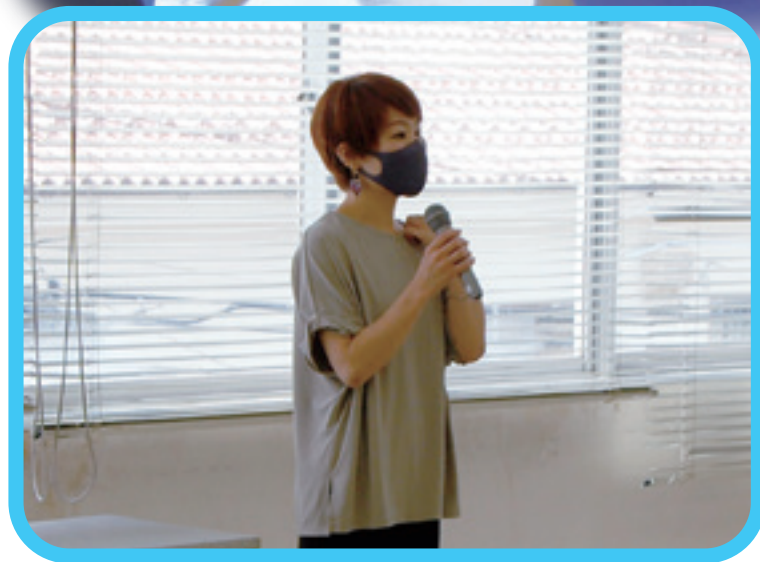


# 社協うえだ

No.90 令和3年(2021年)8月号



## 今号の表紙 / 体操くらぶ

【写真】ヨガインストラクター 内田 久美子氏

7月13日(火)から、赤い羽根共同募金助成金を活用した「体操くらぶ」が上田市社協で始まりました。

連続9回の開催予定で、月1回、体ほぐし体操、体幹トレーニング、ヨガ等を行います。音楽に合わせてじっくりと体をほぐし、心と体をリフレッシュすることができます。

参加者から「体が柔らかくなった」「気持ちよかった」といった声が聞かれました。

- 主な内容
- フードドライブの仕組みについて … P2~3
  - コロナ禍の地域づくりについて … P4
  - 新役員紹介 … P5
  - 令和2年度 上田市社協事業報告・決算報告 … P6~8



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3-5-1

●<https://www.ueda-shakyo.or.jp>

印刷 / 宥大和印刷



# ～「もったいない」を「ありがとう」に～

ただき、支援を必要とする福祉施設や団体、個人の方へ届ける活動です。

## 仕組みについて

＼家庭等で眠っている食品をお持ちください。／



この機会に  
災害備蓄品の賞味期限を  
チェックしませんか？



ご家庭に  
眠っている食品は  
ありませんか？

### ○ お持ちいただきたい食品

- ・お米（白米、玄米、アルファ米）  
※前年度産までのもの
- ・パスタ、素麺などの乾麺
- ・缶詰、レトルト、インスタント食品
- ・海苔、お茶漬け、ふりかけ
- ・粉ミルク、離乳食、お菓子
- ・調味料（しょう油、食用油）など

1か月以上賞味期限が残っている  
常温保存可能なもの

### × 受付けできない食品

- ・賞味期限が1か月を切っているもの
- ・前年度産より古いお米
- ・開封されているもの
- ・生鮮食品（生肉、魚介類、生野菜）
- ・アルコール（みりん、料理酒除く。）

上記食品は、お持ちいただいても  
受付けできません。  
ご理解・ご協力をお願いいたします。

食品の寄附

うさたまの耳に入ってくる情報をお届け

うさたま情報局



## 食品ロスの原因について

食品ロスの原因は大きく分けて2つあります。

- ①スーパーやコンビニ等の売れ残り、飲食店での食べ残しといった事業系食品ロス(年間 約328万トン)
  - ②家庭での食べ残しや買ったのに使われず捨ててしまう家庭系食品ロス(年間 約284万トン)
- 2つの原因を合計すると約612万トンにも及びます。

# 上田市社協が行うフードドライブ

フードドライブとは、家庭や事業所で使われていない食品を提供してい

フードドライブの



## 上田市社会福祉協議会

毎月第1土曜日にひとまちげんき・健康プラザで開催のフードドライブや、上田市社会福祉協議会各地区センター窓口で食品を受付けています。



7月3日(土)に開催されたフードドライブの様子



次回開催日は  
ひとまちげんき・健康プラザにて  
**9月4日(土) 10時~11時30分**です。  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、  
変更となる場合があります。

### 協力機関

- ・上田市
- ・上田明照会
- ・上小労働者福祉協議会
- ・東御市
- ・東御市社会福祉協議会
- ・フードバンク信州
- ・ワーカーズコープ
- ・ボランティア

## 食品の提供

皆さまから提供いただいた食品は、市内の子ども食堂や困窮世帯の支援、学生等への配布会で利用されます。



配布会の様子



子ども食堂の様子

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)

# コロナ禍の地域づくりについて

## 福祉推進委員の全体研修会を開催しました

【講師】

NPO 法人  
ハンズオン埼玉  
常務理事  
にし かわ ただし  
**西川 正** 氏



7月21日(水)、サントミュージゼにおいて、地域福祉の推進役である福祉推進委員の全体研修会を開催し、さまざまな市民参加型のまちづくりをプロデュースされている、NPO 法人ハンズオン埼玉の西川正氏を講師にお招きしました。

西川氏は高齢者が相手の顔を見て会話を楽しめるよう、オンラインサロンの開催や屋外で書道を企画し、世代を問わずさまざまな方の交流の場を創るなど、工夫しながら人と人のつながりを保つ活動をされているとのことでした。



人と人との関係は、放っておくと自然にバラバラになってしまうため、「前例がないから何もしない、何もできないではなく、前例がないからこそ答えはなく、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮しつつ、挑戦することが大切」と話されました。

コロナ禍での地域活動に向け、今までと違った視点から考えるきっかけとなる研修会となりました。

## ………… コロナ禍でも工夫して開催 ……………

### 福田自治会『健康教室』

福田自治会では、福祉推進委員とお結びサポーターが協力して、新型コロナウイルス感染拡大防止対策（換気、消毒、間隔を空けた椅子の配置等）のもと、室賀デイサービスセンター音楽療法士の柳澤美夏子氏を講師にお招きし、音楽療法を用いた健康教室が開催されました。



**コロナで外出できない  
退屈を吹き飛ばす!**

音楽療法は、子どもの頃や青春時代などの記憶に残る曲を歌うことで、心の安定につながります。また、会話やコミュニケーション、楽器の演奏や体操、脳トレを行うことで、脳機能や日常生活動作の維持など介護予防に効果が期待できます。

昨年は、コロナ禍で中止となりましたが、自治会長を始め役員の皆様のご尽力により、無事開催されました。終了後参加者から「楽しかった。もう少しやって欲しかった。」「気持ちがすっきりした感じ。またやって欲しい。」といった声が聞かれました。

音楽療法は年齢、性別や障がいの有無にかかわらず楽しめるため、皆様の自治会の活動に取り入れてみてはいかがでしょうか。

# 上田市社会福祉協議会

## 新役員について

任期満了に伴う役員改選により  
理事・監事・評議員が選任されました。

会長 宮之上 孝司たかし



令和3年6月24日に開催された  
した理事会において、会長に再任  
されました宮之上孝司です。

新型コロナウイルス感染症に伴  
い、私たちを取り巻く福祉課題は  
更に複雑・多様化しています。

市民の皆様が、一人でも多く笑  
顔になれるよう、より一層努めて  
まいりますので、どうぞよろしく  
お願い申し上げます。

副会長 中村 彰



副会長 増田 宗彦



副会長 古川 友枝



常務理事 中村 栄孝ひでたか



### 理事

学識経験を有する者

宮之上孝司  
中村 栄孝

地域の代表者

中村 彰

○芦田 良一

○飯島 光彦

○岡村 正徳

地域の福祉関係者

増田 宗彦

古川 友枝

山口三千夫

北沢 武

社会福祉事業を経営する団体の役職員

○佐藤永寿子

ボランティア活動を行う団体の代表者

○上原より子

関係行政機関の職員

堀内由紀夫

社会福祉事業に熟意と理解を有する者

大久保文雄

○斎藤 陽子

理事・監事の任期は2年間です。  
○は新任の方です。

### 評議員

学識経験を有する者

○橋本 至永

金子 義幸

鈴木 忠義

○石川 武

○酒巻 杏里

竹田 裕美

竹内 茂

地域の代表者

○横山 和男

○橋詰 和夫

○荒川 光広

○永井 静江

金子 幸恵

地域の福祉関係者

小林 廣実

樋村 正弘

社会福祉事業を経営する団体の役職員

○花見 聡

○中村 聖美

ボランティア活動を行う団体の代表者

○大日向 悟

社会福祉事業に熟意と理解を有する者

○宮本 徳夫

○上平 征男

○吾妻 博夫

○久保田美知子

評議員の任期は4年間です。  
○は新任の方です。

### 顧問

丸山 正明

### 監事

財務諸表等を監視し得る者

小池 晃雄

社会福祉事業について学識を有する者

○中澤 照夫



# 令和2年度 事業報告

(概要)

上田市社会福祉協議会は、地域福祉を推進する中核的な団体として、さまざまな福祉団体や関係機関と連携しながら住民参加による地域福祉活動を展開しています。

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症拡大により、さまざまなイベントや集まりが自粛となる中、住民の皆様が誰もが安心して暮らせる社会を目指して、取り組んでまいりました。主な事業について報告します。

## 令和2年度 重点目標

- 社協運営の経営基盤強化を図る。
- 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対応できる福祉サービスの推進
- 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
- 介護保険事業の見直しと経営改善の推進
- 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

## 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568事業が行われました。

- 生きがいづくり事業 114自治会 (茶話会、会食会、健康体操含む。)
- 世代間交流事業 80自治会

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



茶話会

### ◆住民支え合いマップ作り

上田市災害時要援護者登録制度に申込みをした自治会、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 5自治会 (累計176自治会)

- 住民支え合いマップ完成自治会数 6自治会 (累計212自治会)
- 住民支え合いマップ更新自治会数 90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いっしょに考え、人と人と地域・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活動を行いました。

- 7地区に配置
- 活動回数 延べ72回 (各地区のサロン訪問、養成講座へ参加)

### ◆出前講座

社協職員が講師として行う出前講座を開催しました。自治会や団体等から依頼を受け、体操、小物づくり等を行いました。

- 実施回数 7回

### ◆その他各種教室

赤い羽根共同募金の配分金を利用し、サロン活動や、各種教室を開催しました。

- 今だから体を動かそう教室 (全3回) 参加者延べ33人



セラバンド教室

## 生活支援のための地域福祉事業

### ◆ご利用聞きサービス事業

「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を行いました。」

- 協力会員47人 ● 利用会員98人
- サービス利用回数 延べ199件
- 主な内容／ゴミ出し、買い物代行、草取り、雪かき等

### ◆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送迎サービスを行いました。

- 協力会員28人 ● 利用会員145人
- 利用回数 延べ1,186回

## 各種相談・生活支援事業

### ◆結婚相談事業

独身男女の出会いを提供するお手伝いとして、結婚相談を行いました。

- 相談件数 延べ1,466件
- お見合い60組 ● 結婚4組
- お見合い企画

コロナ禍のため中止  
 ながの結婚マッチングシステム (長野県内)でマッチングシステムに登録している男女をインターネットで検索し紹介するシステムを利用した相談を行いました。

### ◆法律相談

弁護士によるさまざまな法的な悩みを解決する無料の法律相談を行いました。

- 開設日数 12日
- 相談件数 42件

### ◆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 35件
- 主な相談内容／家族関係、近隣トラブル、生活困窮

### ◆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「生活福祉資金」「たすけあい資金」、新型コロナ感染症に伴う「生活福祉資金特別貸付」を行いました。

- 生活福祉資金（県社協受託事業）  
貸付件数 1, 231件
- たすけあい資金  
貸付件数 90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）

認知症や知的・精神障がいなどにより、判断能力が不十分な方が安心して地域で生活できるように、個人の権利を守る「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611件
- 説明会、相談会 7件
- 参加者 延べ222人
- 法人後見の受任  
新規 16件（累計79件受任）
- 市民後見人  
新規受任2人（累計5人）

### ◆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287回
- 生活支援員援助回数 延べ1, 643回
- 現在の利用者数 77人

### ◆まいやば上田

### 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。

コロナ禍のため、相談者数、相談件数が増加し、離職や就業機会の減少に伴う収入減少があり、住居を失うおそれのある方に対して、先を見据えた相談対応を行いました。

- 新規相談者数 948人
- 相談者数 延べ2, 056人
- フードドライブ

### 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

地域住民のボランティア活動に関する理解を深めるとともに、あらゆるボランティアとの協働による育成援助、ボランティア活動の推進に努めました。

コロナ禍のため、例年行っているイベ

ントや会議等を中止、また、多くのボランティア活動が制限されたことから、その中でも行える活動、形式を模索しながら実施しました。

- 各種講座の開催 合計16回
- 参加者延べ157人

### ●出前福祉体験

小学校1件 中学校3件  
対象者 延べ419人

### ●社協傾聴電話

傾聴件数 延べ85件  
子ども食堂への協力支援



ボランティア養成講座

### 介護保険事業

### ◆居宅介護支援事業

（ケアマネジメント）

可能な限り在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・丸子介護

相談センター

- 利用者件数 延べ4, 338件
- ケアプランの作成 延べ3, 932件
- 認定調査状況 延べ55件

### ◆通所介護事業

（デイサービスセンター）

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、武石デイサービスセンターは指定管理期間満了に伴い、令和3年4月1日から社会福祉法人依田窪福祉会へ移管されました。

- 中央神川・武石デイサービスセンター
- 利用者人数 延べ15, 758人
- ボランティア数 延べ31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）

看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員等の専門職を配置し、住民の健康保持や生活の安定のために、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。

生活支援体制整備事業においては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

● 相談件数 延べ20,935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9,781件

● 健康へ介護保険、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

(市受託事業・市補助事業)

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

● 上田市高齢者福祉センター、丸子・真田・武石老人福祉センター管理事業

● 利用者件数 延べ55,390人

● 高齢者学園事業

● コロナ禍のため、クラブ活動は中止し、授業のみ行いました。

● 学生数 1年生43人、2年生46人、3年生43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 97クラブ

● 会員数 4,948人

### ◆児童館事業 (市受託事業)

地域の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、さまざまな活動をしました。

● 朝日が丘・緑が丘・下丸子児童館

● 川辺町・秋和・東塩田・大星・神科・神川児童センター

● 年間利用者数 延べ84,873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、他の親子と交流したり、子育ての悩みなどを相談できる場として、さまざま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。

● 大星・神科・東塩田・清明子育てひろば各会場 週3日開設

● 年間利用者数 延べ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)が会員として登録していただき、有償による支援を行いました。

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。

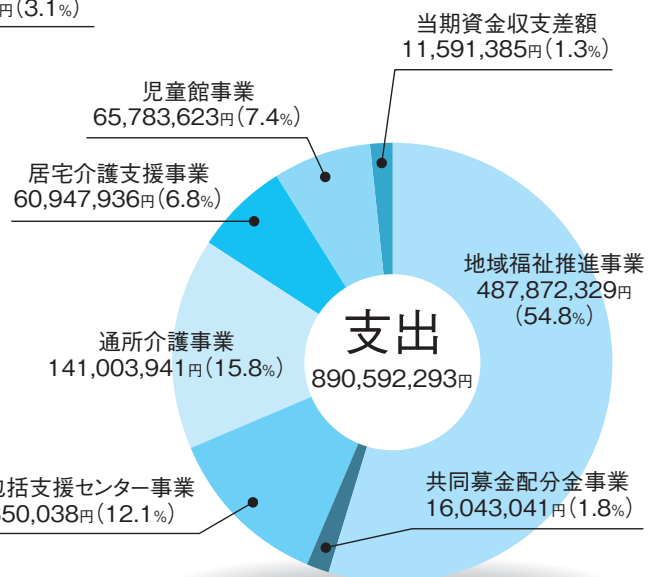
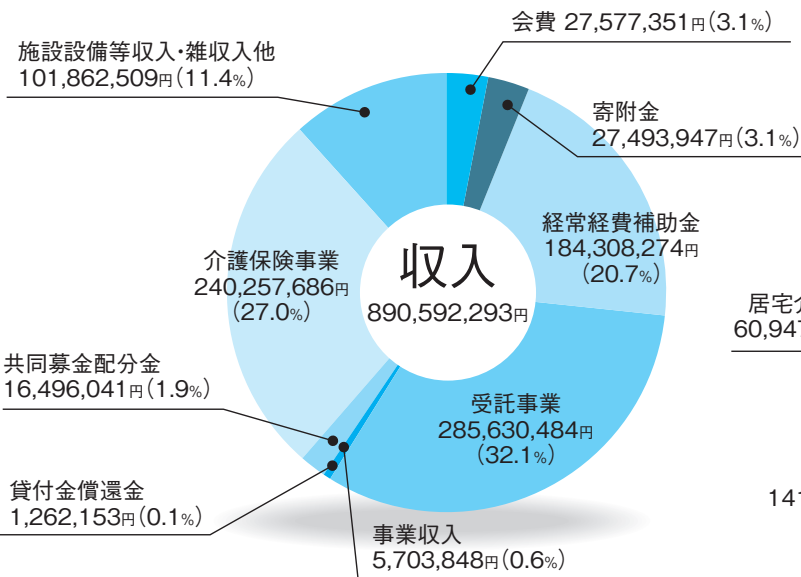
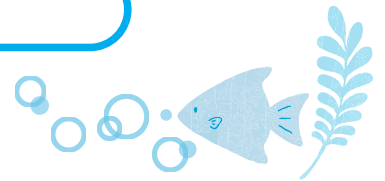
● 依頼会員数 435人

● 提供会員数 285人

● 両方(依頼と提供)会員数 54人

● 年間活動回数 延べ1,331回

## 令和2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。





# おゆずりください

【毛糸・タオル・使用済み切手】

## 毛糸

(毛混ウール30%以上  
で未使用品)



毛糸で作ったひざ掛けを、独り暮らしの高齢者や障がいのある方にお配りする活動につながります。

## タオル (未使用品)



タオルを縫って作成した雑巾を、福祉施設等で活用していただきます。

## 使用済み切手



海外の医療支援団体等の活動資金の一部になります。

お寄せいただいた物品は、たくさんのボランティアの方に関わっていただきながら、大切な資源として活用いたします。  
各ボランティア地域活動センターで受け付けております。

# 仲間を募集しています

E-キャップの会 (やさしい帽子の会)

E-キャップの会では、闘病生活をおくるがん患者の方にタオルで作った帽子をお届けしています。タオルの帽子は吸水性や肌触りが良く洗濯も手軽で、多くの方に喜んでいただいています。

ボランティアの方を募集していますので、いっしょに活動してみませんか？

また、帽子が必要な方にお譲りしますので、ご連絡ください。



申込み・問い合わせ／丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566

## ボランティア養成講座開催

# 手軽にできる「ハンドとリンパトリートメント」

真田地域ボランティア養成講座では「ハンドとリンパトリートメント」の基礎講座を開催します。

トリートメントには「手入れ」「手当」といった意味があり、ハンドとリンパトリートメントでは、リラクゼーション効果と、肌の健康の維持が期待できます。地域のサロンや家族のために基本を学び、活動しませんか？

開催日●9月13日(月)、27日(月)

場所●真田総合福祉センター2階 大会議室

開催時間●13時30分～15時

定員●15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(現在活動中の方も参加できます。)

参加費●300円(2回分、ハンドクリーム費用)

持ち物●フェイスタオル1枚、バスタオル1枚

申込締切●9月8日(水)



申込み・問い合わせ／真田ボランティア地域活動センター TEL72-2998

ボランティア  
地域活動センター  
問い合わせ

【上田】〒386-0012 上田市中央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742 TEL 85-2466 FAX 85-2471



## ファミリー・サポート・センター 9月交流会

参加費  
無料

### 第1回交流会 体組成測定と免疫力UP体操

測定器で体脂肪率や筋肉量、左右の筋肉のバランスなどを測った後、免疫力アップを目指して体操をします。みんなで気持ちいい汗をかきましょう！



日時●9月10日(金) 10時～11時30分  
場所●ひとまちげんき健康プラザ2階  
定員●先着15人 \*託児はありません。  
持ち物●運動できる服装、靴、タオル、飲み物  
申込締切●8月31日(火)

※定員になり次第締め切ります。

申込み・問い合わせ／上田市ファミリー・サポート・センター TEL21-3016



## ペアトレ\*ぷらす講座 ～悩みを抱える若者に家族ができること～

参加費  
無料

ひきこもりやニートの若者を抱える家族向けの講座内容ですが、どなたでも参加が可能です。興味のある講座のみの参加も大歓迎！精神疾患、発達障がい、社会保障制度などについて、一緒に学びませんか？

時間●9時30分～11時30分 場所●上田市ふれあい福祉センター

	開催日	内容
第1回	9月27日(月)	ひきこもりのメカニズムと精神疾患について
第2回	10月25日(月)	発達障がい者サポーター養成講座と障害者手帳について
第3回	11月22日(月)	社会保障制度について ～使える制度は知って利用しよう～
第4回	12月27日(月)	将来的な自立に向けて様々な就労の形を知ろう
第5回	令和4年1月24日(月)	上手に相談機関を利用しよう！

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。

申込み・問い合わせ／まいさぼ上田 TEL71-5552



## 子育て支援事業 親子ピラティス

参加費  
無料

ピラティスとは、リハビリを行うために開発された体操です。体の深い部分にある筋肉を安全に効率よく鍛えることができ、体のゆがみを調整する効果もあります。子どもから大人まで気軽にできますので、お子さんと一緒に体をほぐしリフレッシュしませんか？

日時●10月1日(金) 10時～11時30分  
場所●丸子ふれあいステーション 3階  
講師●ピラティスインストラクター 青木 いつみ氏  
定員●先着10組(2～3歳位のお子さんと保護者)  
持ち物●タオル、親子の飲み物、マスク  
申込締切●9月17日(金) ※定員になり次第締め切ります。



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。



申込み・問い合わせ／丸子地区センター TEL42-0033



お知らせ

## 子育て支援事業 **親子 de ベビーダンス**

参加費  
無料

ベビーダンスは、赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて踊る体操です。日常的な歩く動作が中心でありながらも、本格的な社交ダンスの要素を含んでいるため、ダンス未経験者から経験者までが、楽しく一緒に無理なく参加できます。

- 日時 ●10月14日(木) 10時～11時30分
- 場所 ●丸子ふれあいステーション 3階
- 講師 ●うえだミックススポーツクラブ ベビーダンス協会インストラクター 山本 美枝 氏
- 定員 ●先着10組 (首がすわった頃から1歳位までの赤ちゃんと保護者)
- 持ち物 ●抱っこひも(スリング以外)、タオル、親子の飲み物、マスク
- 申込締切 ●10月1日(金) ※定員になり次第締め切ります。



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。



申込み・問い合わせ／丸子地区センター TEL42-0033

## ボランティア募集しています

小規模多機能型居宅介護ささいの家きらめきで、9月の敬老会でのレクリエーション補助、話し相手のボランティアを募集しています。

- 日時 ●9月中旬 午後
- 場所 ●小規模多機能型居宅介護 ささいの家 きらめき 上田市古里1220

問い合わせ／上田ボランティア地域活動センター TEL27-2025

掲載の講座、催し等について、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、内容の変更や延期・中止をする場合がありますので、ご了承ください。

### 新型コロナウイルス感染拡大防止のための、事業中止・変更のお知らせ

- 第15回 上田市社会福祉大会 …… 10月29日(金) **縮小開催(式典のみ)**
- 第43回 うえだ市民ふれあい広場 …………… 中止
- 令和3年度 上田市高齢者文化祭 …………… 中止

## 美し信州建設様から 食材のご寄附をいただきました。



じゃがいもを収穫した社員の皆さん



寄附を受けた  
子ども食堂の皆さん

毎年行っている夏祭りが、昨年と今年は、新型コロナウイルスの影響で中止となってしまいました。夏祭りで使う予定であったじゃがいもを、昨年に引き続き、ご寄附いただき、社協を通して市内4か所の子ども食堂にお渡ししました。

(令和3年5月1日～6月30日 寄附受付順)

- 匿名 …………… 100万円 (指定寄附/学生、ひとり親の支援へ)
- かがやき21上田様 …………… はがき  
(未使用はがき175枚、書き損じはがき5枚)
- 山本裕己様 …………… 使用済みテレホンカード1箱
- 長瀬郵便局様 …………… 使用済み切手1.84kg  
(指定寄附/丸子地域へ)
- 匿名 …………… 13,343円
- (有)佐藤新聞店様 …………… 衣類81点
- からだ元気治療院上田店様  
…………… 飲料12点、菓子12点、食品2点
- 豊殿まちづくり協議会様 …………… 使用済み切手50枚
- 長村小学校S20年卒業生一同様…………… 2万円
- 長野大学同好会コアクション様  
…………… メッセージカード17枚
- 井澤みさ子様…………… おむつ3点
- 匿名 …………… 食品6点
- 郵便局 …………… 使用済み切手39.78kg  
上田駅前郵便局様、原町郵便局様、上田材木町郵便局様、信濃国分寺郵便局様、上田古里郵便局様、浦里郵便局様、上田三好町郵便局様、神科郵便局様、上本郷郵便局様、川辺郵便局様、上田郵便局様、青木郵便局(青木村)様、東塩田郵便局様、常入郵便局様、上塩尻郵便局様、上田市役所内郵便局様、真田郵便局様、豊里郵便局様、和郵便局(東御市)様、滋野郵便局(東御市)様、祢津郵便局(東御市)様、長瀬郵便局様、西内郵便局様、丸子郵便局様
- 幸福の科学上田支部様… フェイスタオル1点、使用済み切手・ベルマーク30g、CDケース2点、食品2点、飲料12点、テレホンカード19枚、未使用はがき126枚、切手2枚

指定寄附以外の寄附につきましては社協、または福祉施設等で活用します。

お詫び

社協うえだNo.89 (6月号) 12ページの善意銀行寄附者に誤りがありました。  
お詫びして訂正いたします。  
【誤】 上田市商工会議所 女性部                      【正】 上田商工会議所 女性部

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 武石地域総合センター 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	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
	毎月第4土曜日 10時～15時 ※受付 14時30分まで	丸子ふれあいステーション TEL 42-0033
法 律 相 談 ※要予約	8月21日(土)、9月18日(土) 10時～12時	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080
	8月24日(火) 13時30分～15時30分	丸子ふれあいステーション TEL 42-0033

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742(武石地域総合センター内) TEL 85-2466 FAX 85-2471

業務時間/8時30分～17時15分(月～金曜日 ※祝日、年末年始を除く。)