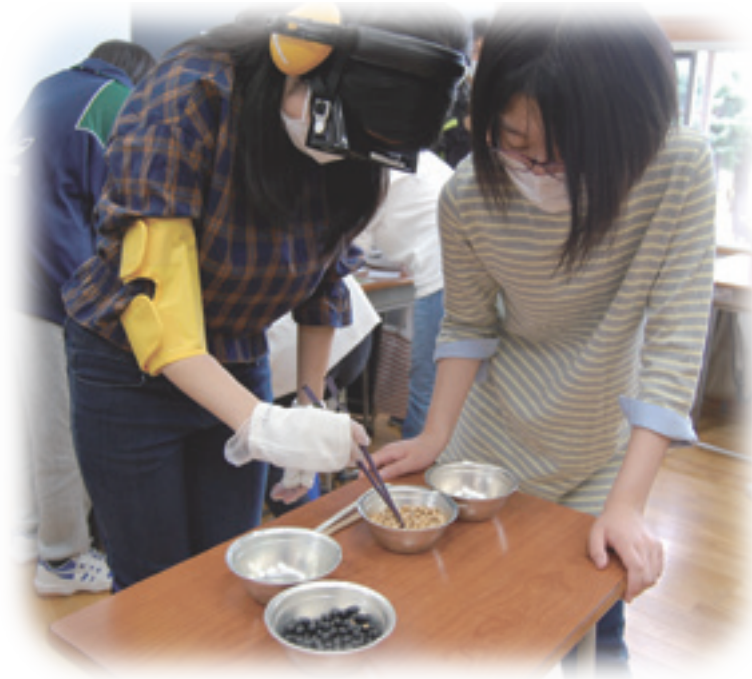


# 社協うえだ

No.91 令和3年(2021年)10月号




## 今号の表紙

さくら国際高等学校 疑似体験

「身体障がい者との共生社会」をテーマにした学習の一環として、疑似体験を行いました。専用のゴーグルやサポーター、重り等を装着し、箸使いや色の判別、服の着脱等の体験を通して、障がいのある方への理解を深めました。

- 主な内容 ●赤い羽根共同募金…P2～5  
●自然災害に備えて知っておこう…P6～7  
●まいさぼ上田事業紹介…P8～9



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／(有)大和印刷



こんなときだからこそ、  
つながりをたやさない地域づくりのために

赤い羽根  
共同募金

## 赤い羽根共同募金にご協力お願いします

10月1日(金)から全国一斉に募金運動が始まりました。  
どうぞあたたかなご支援をお願い申し上げます。

### 今年の募金目標額

25,265,000円

赤い羽根共同募金は、市内の福祉活動を行う団体等からの助成申請にもとづき、配分計画を策定し、その計画額を「募金目標額」として募金運動を実施しています。

地域配分として  
15,344,000円  
上田市内で使われます。

募金の  
使いみち

広域配分として  
9,921,000円

長野県全域を対象に、福祉活動のほか、防災物品の整備や災害義援金等に使われます。

※今年度に皆さまからお寄せいただいた募金は、令和4年度の事業に使われます。

### 赤い羽根共同募金とは

赤い羽根共同募金は、戦後の1947年に市民が主体の民間運動として始まりました。当初は、戦争の打撃を受けた福祉施設の復旧を中心に助成活動を行い機能してきました。その後、法律に基づいて、民間の社会福祉の推進のために活用されてきました。そして、社会が大きく変化した現在、さまざまな地域福祉の課題解決に取り組む民間団体を支援する仕組みとして、運動が進められています。

赤い羽根共同募金は、社会福祉法に定められた募金であり、助成額を決めてから募金を集めるしくみとなっています。また、地域で集めた募金は、主に集めた地域で使われます。その他、全県的な活動や災害時の備えのためなどに使われます。

共同募金の使いみちについて、ご意見ご要望がありましたらお寄せください。  
「じぶんの町を良くするしくみ」を、市民の皆さまと一緒に考えてまいります。



### 募金の目安額について

チラシや戸別募金の封筒に記載されている「目安額」は、募金目標額に対して、世帯数などから算出した、目標額達成のための「目安」となる額です。

# 募金箱は市内各所に設置されています

募金運動は上田市全域で行い、市内の店舗や施設等に募金箱を設置し協力をお願いしています。  
募金箱の設置箇所は以下のとおりです。

## 募金箱設置協力店など

|                        |                      |                      |   |      |  |
|------------------------|----------------------|----------------------|---|------|--|
| 上田地区                   | イオンスタイル上田店           | 味楽亭                  | かじかや手打ちラーメン   |      |  |
|                        | 上田市マルチメディア情報センター     | 満点とんかつ丸勝             | カフェなかはら   |      |  |
|                        | 上田商工会議所              | 室賀温泉ささらの湯            | 食い処 倅家  |      |  |
|                        | 上田情報ビジネス専門学校         | やおふく古里店              | グリーンフォーラムとびうお   |      |  |
|                        | 上田女子短期大学             | 弥助寿し                 | 旬彩処 鳥羽  |      |  |
|                        | 上田創造館                | やまぎわ薬局               | 信州うえだ農業協同組合 武石支所  |      |  |
|                        | Aコープコアしおだ店           | 上田市観光会館              | 武石温泉うつくしの湯  |      |  |
|                        | Aコープファーマーズうえだ店       | 上田市役所                | 武石観光センター  |      |  |
|                        | カインズホーム上田店           | 上田市鹿教湯健康センタークアハウスかけゆ | 武石ともしび博物館   |      |  |
|                        | 元祖ニュータantanメン本舗上田住吉店 | 上田市国民宿舎鹿月荘           | 武石郵便局   |      |  |
|                        | 元祖ニュータantanメン本舗上田店   | 信州国際音楽村              | ノリ薬局たけし   |      |  |
|                        | キング会館上田店             | 社会福祉法人 まるこ福祉会        | バラエティショップパステル2  |      |  |
|                        | ザ・ビッグ上田中央店           | 上田市丸子物産館「花風里」        | ファミリーレストランあさひ   |      |  |
|                        | ザ・ビッグしおだ野店           | セブンイレブン上田中丸子店        | ほろほろ  |      |  |
|                        | JA信州うえだ食彩館ゆとりの里      | セブンイレブン上田下丸子店        | ラーメンフロンティアCAMO-ME   |      |  |
|                        | 四川や                  | セブンイレブン丸子長瀬店         | まめ家   |      |  |
|                        | 信州大学繊維学部 生協          | セブンイレブン丸子和子店         | つなぐ家  |      |  |
|                        | セブンイレブン上田中央北店        | エキスパート珈琲真田店          | 下村歯科医院  |      |  |
|                        | セブンイレブン上田長池店         | kimik                | 上田市社協 募金箱設置箇所<br>上田市ふれあい福祉センター(社協事務所)<br>上田市高齢者福祉センター<br>丸子ふれあいステーション<br>(社協事務所・ボランティア地域活動センター)<br>丸子老人福祉センター<br>真田総合福祉センター(社協事務所)<br>真田老人福祉センター<br>武石地域総合センター(社協事務所) |      |  |
| (医)友愛会 千曲荘病院           | 真田やまぎわ薬局             |                      |   |      |  |
| 蔦屋書店上田大屋店              | 十福の湯                 |                      |   |      |  |
| 長野県工科短期大学校             | 新鮮市真田                |                      |   |      |  |
| 長野大学                   | 西友真田店                |                      |   |      |  |
| 中村屋                    | ふれあいさなだ館             |                      |   |      |  |
| ニューアサヒ上田インター店          | ゆきむら夢工房              |                      |   |      |  |
| ふれあいサロンhinataboccoとよさと | さあん                  |                      |   |      |  |
| 平安堂上田しおだ野店             | NPO法人 やまぼうし自然学校      |                      |   |      |  |
| 別所温泉あいそめの湯             |                      |                      |   |      |  |
| 上田地区                   | 丸子地区                 | 武石地区                 |   |      |  |
|                        |                      |                      |   | 丸田地区 |  |

### 令和3年度共同募金

## 安心・安全なまちづくり活動公募分配事業のご案内

地域の安心・安全の暮らしを住民とともに作る活動の資金面での支援

**対象団体**：会則等を有する非営利の住民組織団体（自治会、町内会及び自主防災会等）

**対象事業**：防災・防犯に係る啓発活動、訓練・研修、講座等の開催、物品の整備

**助成の対象となる活動の期限**：令和4年4月から1年以内の間に行う事業

**助成額**：1団体20万円以内

**申請方法**：申請書を上田市共同募金委員会（上田市社協）に提出

※申請書は上田市社協各地区センター窓口、長野県共同募金会のホームページからも取得できます。

**問い合わせ**：各地区共同募金委員会（上田市社協各地区センター ※12ページ参照）

受付期限

令和3年  
11月30日(火)



# 地域配分金は上田市内での 福祉活動に活用されます。

市民の皆様からご協力いただいた募金は、上田市内での福祉活動に活用されます。



世代間交流

## 地域での支え合い活動 等

自治会単位での世代間交流や、サロン活動（地域ふれあい事業）、住民支え合いマップの作成等に活用されます。



環境美化活動

## 学校での福祉教育

小・中・高校生が体験学習を通じて福祉への理解を深める活動に活用されます。



親子でパネルシアター

## 子育て支援の活動、各種相談事業、 広報紙発行 等

子育て世代を対象とした講座の開催や、結婚相談、法律相談等の事業に活用されます。

## 高齢者を対象とした福祉活動

紙おむつの贈呈、みまもり（声かけ）訪問事業等の活動に活用されます。

## 障がい者を対象とした福祉活動

在宅の重度障がいがある方と介護者を対象にした旅行（希望の旅事業）に活用されます。

# 助成予定団体

## 申請のあった団体への助成

上田市内の社会福祉施設や団体の活動に活用されます。

|      |                   |                         |                     |      |              |
|------|-------------------|-------------------------|---------------------|------|--------------|
| 上田地区 | 上田地域福寿クラブ連合会      | 丸子地区                    | 丸子地域高齢者クラブ連合会       | 真田地区 | グリュックの会      |
|      | NPO法人上田市身体障害者福祉協会 |                         | 丸子身体障害者福祉協会         |      | さなだ支え合い会議    |
|      | 上田市赤十字奉仕団         |                         | 上田市丸子地区赤十字奉仕団       |      | 大福会          |
|      | 上田ボランティア連絡協議会     |                         | 丸子ボランティア連絡協議会       |      | ふれあい広場実行委員会  |
|      | 上田地区更生保護女性会上田支部   |                         | 上田地区更生保護女性会丸子支部     |      | ミミールの会       |
|      | モチーフの会            |                         | 上田市食生活改善推進協議会丸子ブロック |      | NPO法人ほこほコネクト |
|      | 上田市子ども会育成連絡協議会    | 丸子モチーフの会                | NPO法人やまぼうし自然学校      |      |              |
|      | 上田市視覚障害者福祉協会      | 傾聴ボランティア・まるこ            | 武石高齢者クラブ            |      |              |
|      | 上田市肢体不自由児者父母の会    | Eーキャップの会                | 武石身体障害者福祉協会         |      |              |
|      | 上田地区保護司会          | NPO法人子育て応援団ばれっと         | 武石ボランティア連絡協議会       |      |              |
|      | 上田市聴覚障害者協会        | 真田地域長寿会                 | 上田地区更生保護女性会武石支部     |      |              |
|      | うえだ市民ふれあい広場実行委員会  | 上田市真田地区赤十字奉仕団           | 武石えん結びの会            |      |              |
|      | 上田千曲高等学校生活福祉科     | 真田地域ボランティア連絡協議会         | 武石地区社会福祉協議会         |      |              |
|      | 上小手話サークル          | 上田地区更生保護女性会真田支部         | 武石もみじ会(一人暮らし高齢者の会)  |      |              |
|      | チャイルドラインうえだ運営委員会  | 上田市真田地域食生活改善推進協議会真田ブロック | ふれあいカフェ武石           |      |              |
|      | 豊殿地区循環バス運営委員会     | おとぎの会                   | 全地区                 |      |              |
|      | 〇〇カフェやすらぎ         | おもちゃ図書館くるくるさなだ          | 上田市自治会連合会(全市)       |      |              |
|      |                   |                         | 上田市民生委員・児童委員協議会(全市) |      |              |

## 地域配分金を活用した団体の活動



### 上田市聴覚障害者協会「手話ハンドブック」

市民に聴覚障がい者や手話について理解してもらおうと作成したものです。「手話を学んで楽しく話そう」と、聞こえない人についてのQ&Aや手話のあいさつ、日常コミュニケーションで使える単語などを、イラスト付きで分かりやすく掲載しています。



### NPO法人ほこほコネクト「青パト活動」

青パト活動とは、青色の回転灯を装備した自動車を用いて行われる防犯パトロールのことです。平日、小中学校の下校時間を中心に、旧真田町全域を巡回しています。「青ライトは安心の色。子どもの安全だけでなく地域全体の抑止力になれば」と、約20人の会員が交代で活動しています。〔写真左から〕NPO法人ほこほコネクトの町田さん、中島さん、宮下さん

## 広域配分金は長野県内の福祉活動・防災活動等に活用されます。



市民の皆様からご協力いただいた募金は、広域配分金として長野県内の福祉活動・防災活動等に活用されています。

広域配分金は県内全域を対象に、福祉活動だけでなく防災・防犯に係る活動や、防災物品(ヘルメット・投光器等)の購入等に活用されます。



# 自然災害に備え 知っておこう!!

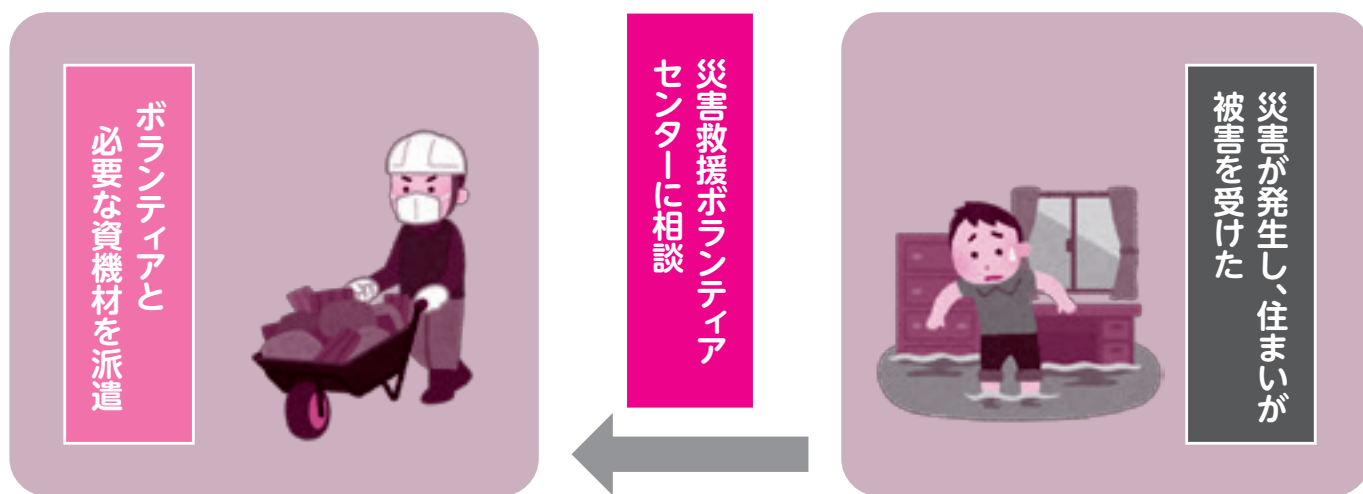
異常気象に見舞われることの多くなった現在、令和元年度東日本台風や今年8月・9月の集中豪雨など、各地で災害が多数発生しています。

日頃から災害が発生した場合に備えて、準備や対策などを行うことが大切です。

## 災害救援ボランティアセンター

災害が発生した際、被災地において復旧活動や復興支援に当たるボランティアの受け入れや、復興支援活動を円滑に進めるための拠点を「災害救援ボランティアセンター」といいます。

上田市で災害が起こった場合、上田市社協が主体となり、災害救援ボランティアセンターを立ち上げます。各地の被災状況に応じて、運営し、復旧・復興支援活動を進めます。



### ボランティア活動時の感染症対策

常時換気をする。

マスクを着用する。

2m程度の  
身体的距離を確保する。

手洗い、  
手指消毒をする。

※コロナ禍のため、募集条件を設ける場合があります。



### 市民の皆さまの力をお貸しください

上田市社協では、災害発生時に市内でボランティアとしてご協力いただける方に、事前に登録をお願いしています。台風や地震等の災害時には、ぜひ、力をお貸しください。

※登録は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。

- 上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629
- 真田ボランティア地域活動センター TEL72-2998
- 丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566
- 武石ボランティア地域活動センター TEL85-2466

# いざという時地域で助け合う 住民支え合いマップ

住民支え合いマップとは、地図上に支援が必要となる「要援護者」や、要援護者を支援する「支援者」、避難所などの地域の資源情報を記載した地図のことです。日頃から地域での見守りなどの住民の関心や意識を高めることにより、災害発生時には迅速に安否確認や避難誘導などに活用することができます。

上田市社協では行政、自治会、社協が協定を結んで作成しています。



## 災害に備えて 日頃からできること 準備しておくの良いもの

### 【非常食】



### 【防災グッズ】



### 【感染予防グッズ】



### 【ローリングストック法】

災害に備え最低3日分の備蓄が推奨されています。日頃から備蓄食料の消費・購入を繰り返すことで、賞味期限切れを防ぐことができます。これをローリングストック法といいます。

また、避難所で水道が使えない、物資が不足している場合があるので、マスク・消毒液・除菌シート・体温計を用意しておきましょう。



## 情報を事前にキャッチ

### 【キキクル】

災害の情報をメールやアプリでお知らせ



### 【ナウキャスト】

手軽に降水量を予測できる。



### 【上田市防災ポータルサイト】

災害時の各種情報やハザードマップ、通行規制情報等を確認できる。



### 【上田市メール配信サービス】

市内の気象情報や避難情報、指定緊急避難場所の開設情報などのメールが受け取ることができる。



空メールの送信はこちらから

出典：気象庁ホームページ  
上田市ホームページ

<https://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/kiki/46316.html>

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/uedapr/5397.html>

# 上田市生活就労支援センター “まいさぽ上田”

「まいさぽ」とは、「マイ サポート プラン」の略称で長野県内の自立相談支援機関で使われている愛称です。生活上の困りごとをお伺いし、一緒に困っていることを整理したり、解決策を考えたりするお手伝いをします。

## こんなお悩みありませんか？

### 仕事の悩み



- 仕事をしたくても見つからない
- 仕事を離れてからなかなか就職できない など

#### …………… 相談事例 ……………

失業をして再就職先が見つからずにいたが、「まいさぽ」に相談をし、ハローワークで専門の方に継続的に話を聞いてもらった。そこから再就職先が見つかり、生活を立て直すことができた。

### 家計の悩み



- 借金や家計のやりくりで困っている
- 子どもの就学費用が払えるか不安 など

#### …………… 相談事例 ……………

毎月、給料日前になると生活費が足りなくなることが続いていた。給料日の2週間前に生活費がなくなったため、「まいさぽ」に相談をした。自分では分からなかったが、収支状況を一緒に整理したらカードとスマホ決済で高額の支払いをしており、収支のバランスが取れていないことに気付くことができた。

### 生活の悩み



- 人と関わるのが不安
- 今の生活を変えたいが、どこに相談をすればいいか分からない など

#### …………… 相談事例 ……………

長い期間引きこもっており、他人と接することが怖かったが、「まいさぽ」での面談や講座に参加することで自分の苦手なことを理解し、他人と話す技術を学ぶことができた。

講座に参加することで外に出る機会も増え、講座以外でも外出する頻度が増えた。

困りごとは人それぞれです。  
一人で抱え込まず、まずは  
ご相談ください。



### 問い合わせ

電話：71-5552（お気軽にお問い合わせください。）

FAX：27-2500

mail：maisapo@ueda-shakyo.or.jp

住所：上田市中央3-5-1 上田市ふれあい福祉センター内

相談日時：月曜日から金曜日まで（祝日、年末年始を除く。）9時～17時



企業・事業主の  
皆様

コロナ禍の就労先の確保へのご協力をお願いします。

## 「緊急就労支援事業」

緊急就労支援事業は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて失業等をされた方と求人先のマッチングを行い、就労をサポートする事業です。「体験就労型」と「直接雇用型」の2つのメニューがあり、相談およびマッチングはまいさぼ上田が行います。

本事業へご協力いただける企業・事業主の皆様は下記までご連絡ください。

当事者や企業の状況に合わせて、2つのメニューがあります。

相談窓口担当者が状況を把握し、マッチングいたします。

### 体験研修型

ご本人に助成します。

〈助成内容〉

1か月以内の就労体験を事業所で行うことができます。1人当たり3回まで可能です。

- 1日6時間、計60時間までの体験可能
- 1時間あたり800円
- 1回の上限48,000円

を本人へ助成します。

### 直接雇用型

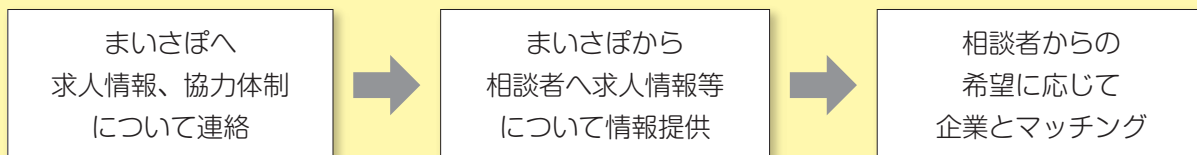
企業へ助成します。

〈助成内容〉

- 時給900円で  
2か月以上の雇用が対象です。
- 期限内の雇用者への賃金の2/3  
上限192,000円

を企業へ助成します。

### 事業の流れ



マッチング完了後、事業利用開始となります。

相談者とのマッチングに至らない場合もございますので、ご了承ください。

申込み・問い合わせ／まいさぼ上田 TEL71-5552

## 生活福祉資金特例貸付が延長となりました。

新型コロナウイルスの影響により減収や離職によって、生計維持のための貸付けを必要としている世帯を対象に「緊急小口資金」、「総合支援資金」の貸付け申込みの受付けを行っています。

受付期間が令和3年11月30日(火)まで延長となりました。(受付け終了日は予定です。)

- 窓口の混雑防止や感染予防のため、事前に電話での予約をお願いします。
- 貸付けの相談・申込み・詳しい内容は、上田市社協各地区センターへお問い合わせください。

(12ページ参照)



## 子ども服リユース事業 ふくふくひろば秋の頒布会

参加費  
無料

「ふくふくひろば」とは、着なくなった子ども服を、必要とされる方にお渡しする取り組みです。新生児から140cmまでの子ども服を、一家族10点まで無料でお持ち帰りいただけます。平日はなかなか都合がつかないという方等、どなたでもお気軽にお出かけください。

- ★日 時／11月20日(土) 10時～12時
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★持ち物／マイバックをお持ちください



※来場者の状況に応じて、入場制限をする場合があります。

※「ふくふくひろば」は、月～金曜日の9時～17時 上田市ふれあい福祉センター 2階にて常時開設しています。

問い合わせ／総務・企画係 TEL27-2025



## 希望の旅

定員  
20人  
(10組)

在宅の重度障がいの方と介護者を対象にした、外出の支援・余暇の充実を目的とした「希望の旅」。

車いすのまま乗り降りできるリフトバスを使用し、県内・日帰りの旅を実施します。

- ★日 程／11月26日(金)
- ★行き先／安曇野市
  - ワイナリー見学後、ホテルでの昼食、安曇野スイス村にて、お買い物をしていただく行程となっています。
- ★参加対象者／在宅の重度障がいがある方と介護者
- ★参加費／1人 3,000円
- ★受付期間／10月25日(月)～11月5日(金) ※応募多数の場合、抽選とさせていただきます。
- ★その他／介護者同伴でお申し込みください。(介護者は身体介護のできる方に限ります。)

 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／各地区センターへ (12ページ下部参照)



## 後見人交流会

参加費  
無料 定員  
20人

現在、上小圏域で成年後見人、保佐人、補助人として活動されている方が集い、情報交換ができる交流会を開催します。家庭裁判所の職員も参加しますので、日頃の悩みや疑問について気軽に相談してみませんか。

- ★日 時／11月12日(金) 10時～12時
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター 2階大会議室
- ★対 象／上田市、東御市、長和町、青木村で成年後見人、  
保佐人、補助人をされている方
- ★講 師／長野家庭裁判所  
上田支部職員
- ★申込締切／11月5日(金)

申込み・問い合わせ／上小圏域成年後見支援センター TEL27-2091



お知らせ

## ママのためのリンパケア

参加費 無料 定員 10人

リンパケアとは、リンパの流れがスムーズになるようにお手伝いをすることです。リラクゼーション効果がありますので、日頃子育てを頑張っているママの心と身体をリフレッシュしませんか。

- ★日 時／11月15日(月) 10時～11時30分
- ★持 ち 物／飲み物、フェイスタオル、動きやすい服装
- ★場 所／上田市丸子ふれあいステーション
- ★託 児／あり（事前の予約が必要です）
- 3階ふれあいグループ活動室
- ★申込締切／11月5日(金) ※定員になり次第締め切ります。
- ★対 象／子育て中のママ
- ★講 師／健康運動指導士 小林 明美 氏



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

## ボッチャ体験教室

参加費 無料 定員 (各回) 16人

「ボッチャ」は重度の障がいがある方のために考案されたスポーツで、老若男女、障がいの有無にかかわらず、すべての人が一緒に楽しむことができます。この講座で学んだことを、地域の活動に取り入れてみませんか。

- ★日 程／11月8日(月)、11月18日(木)
- ★講 師／上田市社会福祉協議会 職員
- ※両日とも同じ講座内容になります。
- ★持 ち 物／飲み物、運動のできる服装
- 上記日程のご都合の良い日にお申込みください。
- ★申込締切／11月2日(火)
- ★時 間／13時30分～15時30分 ※定員になり次第締め切ります。
- ★場 所／上田市丸子ふれあいステーション 3階会議室



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／丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566



お知らせ

## まいさぼ上田 ～コミュニケーション・トレーニング講座～

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。

- ★日 程／10月21日(木)から 全20回
- ★時 間／13時30分～15時30分
- ★場 所／上田市ふれあい福祉センター
- ★対 象／全20回参加可能な方
- ※参加希望の方は、事前にまいさぼ上田へご連絡ください。



申込み・問い合わせ／まいさぼ上田 TEL71-5552

## ボランティアを募集しています

小規模多機能型居宅介護ささいの家きらめきで、12月のクリスマス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●12月中旬 午後 ※詳細については上田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。
- 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

申込み・問い合わせ／上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629



(令和3年7月1日～8月31日 寄附受付順)

- 匿名 …………… 未使用切手2,270円分(指定寄附/丸子地域へ)
- 常磐町ボランティアグループ様…………… 福祉体験用ゴーグル袋30点、使用済み切手400g(指定寄附/上田地域ボランティア地域活動センターへ)
- 匿名 …………… 未使用はがき95枚(指定寄附/丸子地域へ)
- 長野県労働金庫丸子支店運営委員会様…………… 食品60点、衣類20点、靴1点、子ども用ジョイント(スポンジ)マット36点、雑貨7点
- 久田みずき様 …………… マスク196枚
- 長野大学同好会コアクション様…………… メッセージカード59枚
- 美し信州建設様…………… じゃがいも100kg、キャベツ20玉(指定寄附/市内子ども食堂へ)
- 上田西高等学校JRC部様…………… マスク438枚、メッセージカード17枚、使用済み切手180g
- 有料老人ホーム一期一会様…………… 50,000円(指定寄附/高齢者福祉センターへ)
- 中村毅様 …………… 紙おむつ
- 上田市聴覚障害者協会様…………… 手話ハンドブック400部
- ビューティーサロンさつき様…………… 14,628円、未使用はがき81枚、使用済はがき15枚、使用済み切手10g
- 福澤梅子様 …………… 手作りマスク170枚、メガネケース7枚、マスクケース5枚
- 匿名 …………… 毛糸1.45kg(指定寄附/丸子地域へ)
- からだ元気治療院上田店様…………… 食品11点
- 幸福の科学上田支部様…………… 食品2点

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。

10月は  
食品ロス  
削減月間

## 長野県フードドライブ統一キャンペーン

集中募集期間/10月1日(金)～10月31日(日)

ご家庭や会社等で使われていない食品がありましたら、社協各地区センターへお寄せください。

## 社協の無料相談

※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<br>9時～16時  | 上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080<br>丸子ふれあいステーション TEL 42-0033<br>真田総合福祉センター TEL 72-2998<br>武石地域総合センター TEL 85-2466 |
| 結 婚 相 談<br>※12時～13時<br>相談員の休憩時間と<br>させていただきます。 | 毎週水曜日 10時～15時<br>毎月第2土曜日 ※受付 14時30分まで<br>毎月第4土曜日 10時～15時<br>※受付 14時30分まで | 上田市ふれあい福祉センター TEL 22-3082<br>※相談日以外の問い合わせは TEL 27-2025<br>丸子ふれあいステーション TEL 42-0033                        |
| 法 律 相 談<br>※要予約                                | 11月20日(土)、12月18日(土) 10時～12時<br>10月21日(木) 13時30分～15時30分                   | 上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080<br>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。)