

助け合い 起こし すざが



「助け合い」ってなんでしょう?!

- P2 ・「助けて!」と試してみよう!!
- P3 ・助けられ大賞 決定される
- P4 ・あなたもボランティアしているんです
- P5 ・いきいき外出事業
・おばあちゃんおじいちゃん料理教室

人にできるだけ迷惑をかけないで生活したいと思いつつも、でも、誰かから『お願いします』って頼りにされると嬉しい気持ちになります。

勇気を奮って言った「ちょっと手を貸してください」「お願いします」の一言で、人が動いてくれます。

「ありがとう、今度は私ができることをやりますよ」助け合いが広がっていきます。

助け合い推進大会(1/27)寸劇より

2008 3

テーマ 「助けて！」と言ってみよう!!

・・・ちょっとお願いするには・・・

主催 “助け合い推進会議” 助け合い推進大会

(1/27 メセナ小ホール)

地域福祉に貢献された方々の表彰が行われました (敬称略)

■助け合い推進貢献者 3名・3団体

地域で地道な社会貢献をし、助け合いのあるまちづくりのため活躍を続け、その功績が顕著であり、他の模範であると認められるもの。

坂田 武【南原町】・永田 みつ【境沢町】・佐藤 とみ江【立町】・大谷町老人会・趣味の会・須坂市ふれあいボランティア結の会

■社会福祉事業功労者 3名

民生児童委員として、地域で福祉活動を9年以上実践してこられ、その功績が特に顕著であり、他の模範であると認められるもの。

西沢 五郎【沼目町】・横山 芳美【井上町】・坂田 一子【豊丘町】

■社会福祉事業協助者

○ ボランティア活動 3名・1団体

社会福祉事業のボランティアとして10年以上従事し、その功績が特に顕著であり、他の模範であると認められるもの。

花岡 君江【北旭ヶ丘町】・鈴木 栄【南原町】・岡村 軍治【塩川町】・さざんかの会

○ 高額寄付者 2名・2団体

社会福祉のために須坂市社会福祉協議会へ個人にあっては20万円、団体にあっては30万円相当額以上の金品を寄付したものの。

滝澤 一二三【北旭ヶ丘町】・山崎 友江【北横町】・須坂市消防団・フレッシュソシアルテン

■模範介護者 6名

在宅で、寝たきり老人、認知症老人及び重度身体障害児者等の介護を10年以上（施設入所等で中絶されている場合も含める。）従事し、その介護が献身的かつ他の模範であるもの。

佐藤 和代【中島町】・牧 加代子【井上町】・竹前 佐枝子【井上町】・吾妻 ユリ子【米持町】・高木 けい【亀倉町】・高木 重行【穀町】

大会の内容も盛りだくさんでした

- ☆助け合いソング“愛の詩”披露
- ☆助けられ大賞の発表
- ☆助け合いってなに？を寸劇で表現
- ☆助け合い宣言パンフレット配布
- ☆参加者全員に手づくりティッシュボックス入れを贈呈



☆シンポジウム
世話焼きさん・助けられ上手
さんによる事例発表

大勢の皆様のご参加をいただき、誠にありがとうございました!!

助けられ大賞 決定される

○助け合い推進会議会長賞

心地よい場所

須坂市高橋町

高橋美香さん

昨年5月に第一子を出産し子育てを始めたのは、須坂市に引っ越してきたばかりの時でした。心細い思いの中で、チラシを見て子育てサークルに出かけ、お母さんたちに温かく迎え入れられ心地よく感じられました。特にありがたかったのは、自分が体調を崩したときです。私が入院したときに、お母さん数名が毎日見舞いに来てくれて、「必要なものない？」と声をかけてくれました。そのような人達の存在が私に元気と勇気を与えてくれました。

多くの皆さんに支えられ、この出会いに心から感謝しています。『子どもがいなかったらこんな経験もできなかった』と育児の苦労もありがたく感じられるようになりました。今までだったらこんな風に人に甘えることができなかったからです。



やさしく声をかけてもらうこと、助けてもらえることのありがたさを知ったからこそ、自分から手助けする声掛けができるようになりました。そういう手助けをどんどんしながら、『次の子が生まれたらもっとみんなに助けてもらおう』と思っています。

(要約)

○須坂市社会福祉協議会会長賞

行ってやるで、待っておいなよ

駒ヶ根市中沢原

唐沢 泉さん

うちのおばあちゃんは、介護度2の認知症です。近所の中田やのおばちゃんは親友であり、ほぼ毎日、何か頼みごとを言ってうちのおばあちゃんを呼んでくれます。うちのおばあちゃんは、『おばさんに頼まれれば断れん』と言いながら出かけ、本当は自分が見守られに行くなんて微塵も思わずにいます。中田やのおばちゃんは、見守るだけではなく、お昼ご飯を食べさせてくれたり、取れた野菜や煮物を下さり、『おばあちゃんがきてくれると嬉しいでない』と言ってくれます。私たちがお礼にお菓子や果物を持って行こうとすると、うちのあばあちゃんは、「わしだって持っていったるぜ。だし、わしがよっぽど手伝ってやってるもんでいいのえ」と言います。うちのおばあちゃんもプライドを失くしていない。そしてなによりも、そんな風におばあちゃんを生かして下さっている中田やのおばさんに感謝しています。



近所の人に、「認知症になったうちのおばあちゃんをどうか見守ってください」と話すと、『言ってもらってよかった。頼まれれば行くでね、見るでね』と言ってくれました。ありがたいことです。このまま家で暮らしていこうね！おばあちゃん！と思わずにはいられません。

(要約)

■ 「入賞作品集」をご希望の方は社協まで。

あなたもボランティアしているんです！

はじめてボランティア講座はじまる

2月13日(水)からはじまったこの講座は、定員を上回る46名のお申込みをいただき、第1回「ボランティアって？」では今までのボランティアのイメージが変わるような木原孝久先生の楽しいお話に笑い声のたえない講座となりましたので、内容の一部をご紹介します。



銭形平次はボランティアだった ～住民統「ボランティア」入門～より

1. 余暇にするのがボランティア！？

余暇に自由意志でグループに入って活動するのがボランティアだと思いませんか？仕事を通じてボランティアはできるのです！たとえば企業が会社だけでなく地域の除雪を一緒にしたり、お店の人がお客さんにお茶をサービスしたり、営業活動の中にボランティアはまぎれているんです。

2. ボランティアは「自分のため」から入って、やがて「おすそわけ」へ

初めは「自分の仕事のため」「学校の成績のため」でも、それがやがて「他人のために」になればOK！

3. 「身内」に対してだって「ボランティア」

ボランティアは「アカの他人」に対してするもので、「身内」は別って考えていませんか？お母さんがご飯を家族に作るの「食事サービスボランティア」、「おいしい」と食べるのも「おいしく食べるボランティア」。ボランティアは日常の中にすでにあるのです。

4. あなたが見込まれたことが「特技」だ

誰かに「手伝ってもらえない？」「お願い」といわれてしたこと、もちろんボランティアです。見込まれたことはあなたの「特技」です。新しくはじめなくてもこれなら誰でもやったことありますね。
※銭形平次は、本業の悪人を捕らえるだけでなく、悪人の妻子の面倒もみるなど「本業の中でのボランティア」を実践していた。

ボランティアはネットワークだ！素晴らしい出会いが待っている！ 高校生・学生ボランティアの集いINすざか開催

れと手→
ばをな歌
いボどや
！ラン自
！ン分ど
！テのも
！ィでの
！アき遊
！るび
！すこ相



2月16日(土)に第1回 高校生・学生ボランティアの集いINすざかを開催しました。

当日は市内4高等学校及び専門学校等から25人の高校生・学生の参加があり、学生主体ボランティアサークル「ピンクのぞうさん」坂田浩美さん(須坂市)、Free Project liyama渡辺侑華さん(飯山市)からボランティアを通していろんな人と友だちになるとネットワークができ、

市内だけでなく、全県に、世界に広がって情報や活動がより広がりをもっていく、そこにはすばらしい出会いが待っていると熱く語っていただきました。

お話の後は、参加者全員でちゃんこ鍋と災害時の非常食をつくり美味しく食べながら、名刺交換会と携帯電話でネットワークを作り合いました！

次回は君の参加をまってるよ！



友
ち
だ
ち
ん
こ
鍋
を
つ
く
り
な
が
ら

参加者募集!!

い・き・い・き 外出事業



～ どこかで、春の足音が聞こえて・・・きました。～

介護者、ボランティアと一緒に、助けられたり、助けたりしながら
行きたいところにお出かけしませんか？

- ◆ なかなか外出の機会のない方
- ◆ 介護が必要な高齢の方
- ◆ 介護がなければ外出できない身体に障害をお持ちの方

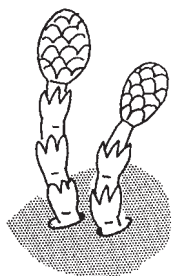
開催期間 春から秋（4月～11月）

外出場所 臥竜山のお花見、菜の花まつり、市内めぐり（版画美術館・人形博物館・博物館）ほか

参加費 500円（介護者無料）

申し込み 民生児童委員および社協へ
行き先や日程については、お申し込み
いただいた後にお知らせいたします。
詳細については、

社協 245-1619まで



生徒・ボランティア募集!

おじいちゃん・おばあちゃん料理教室

社会の第一線で活躍できたのは食事と健康を支えてくれた奥さんのおかげです。今度は旦那さんが料理を作ってみませんか？お父さんの存在が見直されること請負です！

介護世代を生きる私たちの食生活をもっと楽しく、美味しく、健康に送りたいものですね。先生の優しい指導のもと賑やかに料理実習を楽しんでいます。夫婦そろってまた、お友達と一緒に料理教室にお出かけください。

記

料理教室開催：年6回

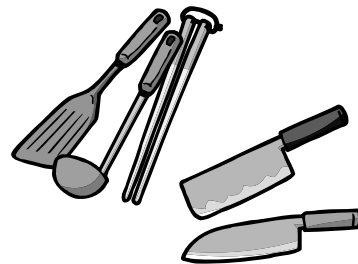
会場：須坂市公民館（調理室）

年会費：3,200円（1回500円と通信費ほか200円）

研修旅行：年1回

（料理教室のお手伝いをしていただくボランティアスタッフも募集しています）

連絡先：代表 竹前 政則 246-0845

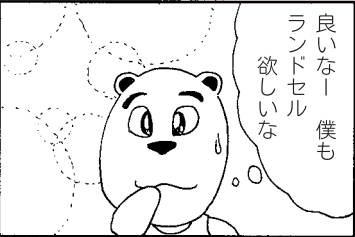


平成20年3月1日第268号(毎月1回1日発行)

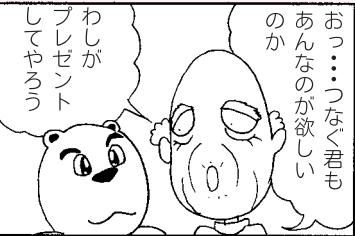
きょうちゃん
じいちゃん…違う!…の巻 K. HOSODA



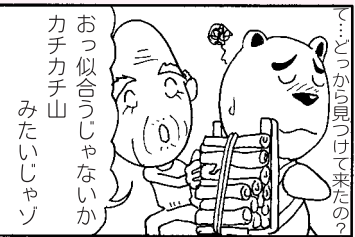
来月からきょうちゃんも小学生です。ランドセルを買ってもらいました。



良いなー僕も欲しいな。ランドセル。



おっ…つなぐ君もあんなのが欲しいのか。



おっ…(おっ)似たような椅子か。カチカチ山みたじやん。

あたたかなご厚志に感謝いたします。

- 匿名 未使用はがき 多数
- 黒沢 征男様 牛乳パック 他 100,000円
- 匿名 100,000円
- 永田 みつ子様 15,000円
- 匿名 清拭布
- 石田 豊子様 手芸品(かめ)多数



石田様よりご寄付いただいた毛糸で作った「かめ」です。社協のデイサービスセンターなどで活用させていただきました。

…1/15~2/14 受付分です…

訂正とお詫び

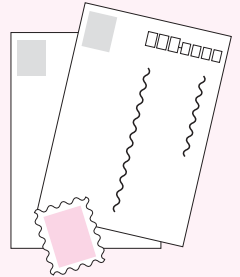
先月号の5頁に掲載した赤い羽根共同募金の記事中に、目標額が1,025,200円と記載されていますが、正しくは10,252,000円です。訂正しお詫び申し上げます。

集めています

社協では「書き損じハガキ」(官製はがき)を集めています。

頂戴したハガキは、郵便局で切手に変えていただき、活用させていただきます。

また、ご自宅などで不要になった官製はがきも集めております。ご協力くださいますようお願いいたします。



献血情報

日時 3月28日(金)
午前9時30分~11時30分
午後1時00分~3時30分
場所 日野農村環境改善センター(日野小学校西側)
献血の種類 400mlまたは200ml
持ち物 運転免許証または健康保険証

老人福祉センターだより

永楽荘(本郷町)
☎026-246-1746

健康相談日…11日・25日
午後1時~3時

かるた会	1日・15日	琴友会	第一	1日・15日
手芸クラブ	4日・18日	第二	5日・10日	
書道クラブ	4日・18日	楽陶会	3月まで休み	
楽詠会	4日・18日	俳画	26日	
童謡クラブ	6日・27日	俳句	19日	
折り紙	3月まで休み	民謡クラブ	14日	

くつろぎ荘(仁礼町)
☎026-246-2058

健康相談日…4日・18日
午後1時~3時

休館日 2・9・16・20・23・30日
(日曜・祝日) <両老人福祉センターともに>

介護相談

相談会場	相談日	相談時間
老人福祉センター 永楽荘	13日 木曜日	午前11時30分~午後2時30分
老人福祉センター くつろぎ荘	27日 木曜日	

日常生活の悩み・法律に関する心配ごと相談所

①日常的な悩み・心配ごとの相談

相談会場	相談日	相談時間
須坂市社会福祉協議会	月曜日~金曜日	午前9時~午後4時(随時)
来所・専用電話相談 026-248-9977	第1・3・5土曜日 1・15・29日	午前9時~午後4時(随時)
公民館 1階相談室 (常盤町747-2)	第2・4木曜日 13・27日	午前9時~12時(随時)

②法律に関する相談(無料・完全予約制)

相談会場	相談日	相談時間
公民館 1階相談室 (常盤町747-2)	第2・4木曜日 13・27日	午後1時~4時(予約制)

※弁護士がご相談に応じます。お一人20分以内です。
※完全予約制 電話 026-248-9977 または 026-245-1619

デイサービスセンター休園日

ぬくもり園 (村石町)	ことぶき (村石町)	すえひろ (馬場町)
☎026-246-8462	☎026-246-9822	☎026-246-6191
なし		

ご意見ご要望をお寄せ下さい。☎(026-245-1619)・FAX(026-246-0054)・メールアドレス(cocoro@suzaka-shakyo.jp)・ホームページURL(http://www.suzaka-shakyo.jp)

発行人 社会福祉法人須坂市社会福祉協議会 長野県須坂市大字須坂476-1 ☎026(245)1619 FAX(246)0054 印刷 佐藤印刷株式会社