



助け合い、 起し すざが

(村山町
上原ます子書)

いざという時に！

▲高山村チャオルの森（今回は小布施町、高山村社協合同）

社協では災害ボランティア講座を行っています。今回は災害時の帰宅難民を想定したウォーキングとサバ飯作りを行いました。

サバ飯といつてもサバ缶のご飯ではありません。非常時でも手に入りやすいアルミ缶2個と牛乳パック3枚を使ってご飯を炊くサバイバル飯です。「けむーい」「火が消えた」と大騒ぎしながらも、とてもおいしいご飯が炊けました。作り方をご希望の方は社協まで。

P2~P3 ・助けられ大賞大募集

P4 ・50周年記念炊き出し

・義援金報告

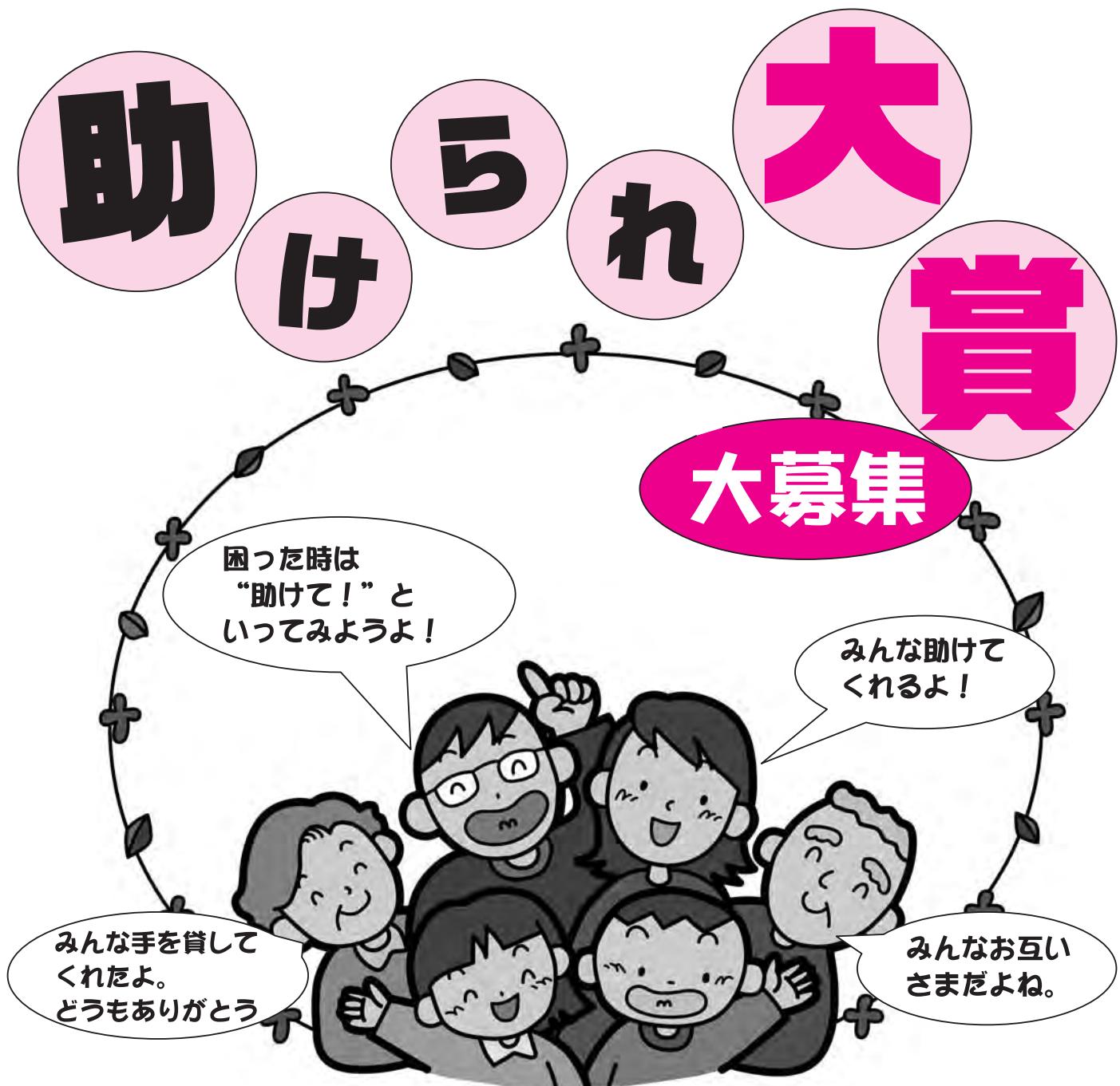
P5 ・東日本大震災報告

2011 8

社協は社会福祉法第109条に規定された地域福祉を推進する団体です。

社協が実施する様々な福祉事業は、皆さまからの社協会費と共同募金が主な財源です。

再生紙を利用しています。



勇気を出して“助けて！”といつてみましょう。
みんな必ず手を貸してくれます。
そして、そこから助け合いは始まります。

主催 助け合い推進会議

後援 須坂市・須坂市教育委員会・信濃毎日新聞社・須坂新聞社

須高ケーブルテレビ株式会社 事務局：須坂市社会福祉協議会

須坂市では人と人とのつながりを見直す「助け合い起こし」の活動を進めています。

あなたはなにかに困った時、「助けて」といふとができるのか。

「助け合ひ」「手を貸してほし」など、なかなか言えない言葉でも勇気を出しごとに言えば必ず誰かが助けてくれます。そこから助け合ひは広がって行きます。

わあ、勇氣をだして「助け合い」と聞いてみたくなりました。「なぜ」「なぜ」「なんなんなんなん」という感想の気持ちや、体験談をお寄せください。

■ 応募先

- ・ 助け合い推進会議
助けられ大賞事務局
(須坂市社会福祉協議会内)

〒382-10074

須坂市春木町476-1

電話245-11619

会長賞 一編

(賞状・副賞二万円相当)

須坂市特産品の詰合せ)

■ 応募資格

問い合わせません。

- ・ 応募方法等

800×1000程度。



- ・ 表紙に題名・氏名・住所・電話番号・年齢・職業を明記して下さい。
- ・ 本人が体験したいこと、身近に起きたことなどを未発表のものに限りね。
- ・ 応募は一名一点のみです。

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

■ 締め切り
作品は、郵送又はメール。
「どうもなごとおもしろいね」といふたいとも助けてもらひたいとも思ひます。

昨年の受賞作品より（抜粋）
Beautiful Days
「どうもなごとおもしろいね」といふたいとも助けてもらひたいとも思ひます。

■ 選考方法
本事業選考委員会にて選考。

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

■ 中学生活一年最大の行事、乗鞍登山。頂上に立てるか、とても心配だった。でも頂上に行きました。でも頂上に行きました。たくさんの人に支えられて、生まれて初めて山の頂上に行くことができた。クラスのみんなと行くことができた。とてもうれしかった。私は助けてもらったぶん、困っている人を自分のできる限りのことをして助けたい。明るい未来。ビューティフルデイズ！

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募作品は、必ず「メセージ性がある事を選考基準とします。

■ 賞および賞品

- ・ 必要に応じ、聞き取りによる作品も可能です。
- ・ ご相談ください。

■ 受賞作品について
「うれしい」たる温まる体験談として作品集を作成します。

須坂市

中学生・先生

- ・ 応募方法

FAX246-0054
E-mail
cocoro@suzaka-shakyo.jp
FAXで
平成23年10月31日

(消印有効)

■ 発表
結果は、助け合い推進大会（平成24年2月18日開催予定）において発表・表彰その他、本会ホームページ・社協広報誌に掲載します。

■ 選考基準

- ・ 入選作品の著作権は主催者に属します。
- ・ 入選作品は多方面に広報していきましょう。匿名など
- ・ 応募

「がんばれ 東日本！」

須坂市のボランティアも応援しています

災害ボランティア活動実績

ボランティア登録者

113名

災害派遣職員・ボラン
ティア延べ活動数
323名

第4次派遣隊
一時高台へ避難する



これまでに社協で募集して
いるボランティア派遣は
5回にわたり行われ、岩手

県大槌町、山田町へ派遣し
ています。
6月23日朝、震度5弱の
地震が発生、津波注意報が
発令され、宿泊場所から
近くの高台に避難しました。
1時間ほどで解除され、通
常通り活動ができました。

須高3市町村が協力



須坂青年会議所が
ドリームわん映画会

山口理事長の発案から、
全国のJC、社協のネット
ワークが協力し、被災地の
一大復興イベントに。
被災地の子供たちに、笑
顔と勇気を与えました。
会場の暗幕は、須坂市内
の高校から借用して行きました。



豊丘小学校PTA7年
組（おやじの会）の皆さん
は宮城県気仙沼市でガレキ
の撤去や避難所の高齢者の
肩もみボランティアをされ
ました。



震災から5ヶ月に

4月半ばに第一回の職員
派遣を行つてから、派遣も
回を重ねてきました。

作業も、個人宅の片付け
から、道路、側溝などの片
付けに変わつてきました。
ガレキもきれいになります
たが、まつたく何もない景
色を見て、この場所はこれから
どうなるのか、複雑な
思いがします。これから、
どんな町を作つていいくか、
被災地の新たなニーズの情
報収集につとめて参ります。

地域ぐるみの活動も
社協が支援

峰の原高原普入会の皆さん
は宮城県女川町で水産加工の復興の支援をされました。

思い出の写真を
須坂で洗浄





社協情報掲示板

• • • • • あたたかなご厚志に
感謝いたします。 • • • • •

○匿名様 19,793円
○匿名様 30,000円・あむつ多数
○匿名様 10,000円

… 6月15日～7月14日 受付分です…

東日本大震災被災者支援県民本部から「子どもリフレッシュ募金」について

東日本大震災被災者支援県民本部では被災地の子ども達を招待し、サマーキャンプ等でリフレッシュしてもらう企画に助成を行うため、「こどもリフレッシュ募金」のご寄付をお願いします。（募金箱を設置しての募金は行いません）

八十二銀行 県庁内支店

普通668317 東日本大震災支援県民本部

※八十二銀行本支店窓口からの振込の場合、手数料は無料
募金に関するお問合せ

026-266-0121

社協へご質問を
いただきました。

Q 送迎車のアイドリングをやめてください。

何度もお願いしているのですが、相変わらず送迎の際に車のエンジンを切らず、アイドリング状態でお年寄りを乗せたり降ろしたりしています。

エアコンをなるべくつけずに窓を開けて過ごしたいと思っているのに、暑さの和らぐ朝夕にエンジン音が結構うるさいし、排気ガスが流れてきて臭いし、とても窓なんて開けていません。

『節電、省エネ、節約』と全国的に叫ばれているのに、送迎車の燃料無駄使いも見過せません。

マスコミに投書しなければ改善は見込めませんか？

（原文を記載させていただきました。）

A 社協では、デイサービスセンターへの送迎、あ体の不自由な方の送迎を行ってあります。送迎車両の排気ガスやエンジン音で、ご近所にご迷惑をおかけしてありますこと大変申し訳ありません。

今年は、猛暑日が続き各地で熱中症の発症者がふえてあります。特に高齢者や障がいの方々は、体温調整機能の低下から体調を崩しやすいうことなどから、駐停車中も冷房を入れて、乗り降りをしていただき、利用者の健康管理を図っています。

省エネも重要と認識しておりますが、高齢者や障がい者の皆さんのが体調不良を防ぐため、ご理解をお願いいたします。

なお、ご迷惑を最小限にするため、安全を基本とした乗降時間短縮について検討実施し、また、送迎順路等による改善も行っていきたいと思いますので、ご質問等がありましたら、ご連絡先をお聞かせいただきたいと存じます。

日常生活の悩み・法律に関する 心配ごと相談所

相談
無料

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 来所・専用電話相談 248-9977	月曜日～金曜日	午前9時～午後4時 (随時)
すざか女性未来館 (中央公民館)1階相談室	11日(木)と 25日(木)です。	午前9時～12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
すざか女性未来館 (中央公民館)1階相談室	11日(木)と 25日(木)です。	午後1時～4時

※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 248-9977または245-1619

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>)