



# 助け合い 起こし すざか

(版画、題字  
角田 正雄書  
春木町)



## 今年も始まりました！ 中小学生ボランティア体験教室 ^ ^

P2 ・一日赤十字

P3 ・防災特集

P4 ・支援学級ボランティア  
・カッタカタまつり

P5 ・職場体験  
・親子の集い募集

第1回目はレクリエーション&牛乳パックで貯金箱作り。新しい友達もオリジナル貯金箱を作ることができました！今後が楽しくなりそうです♪

本事業は、市内の小学5年生～中学3年生が様々なボランティア体験を通して、社会とのつながりや連帯することのできる人間性を育むことを目的とした事業です！（今後は保育園体験やふれあい広場出店、障がい者スポーツ体験などを予定しています。）

2014 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。

## 「一日赤十字」が開催されました



### ハイゼックスを使った炊出し訓練

※ハイゼックスで作った非常食の特徴は、出来上がりが真空のため、普通のご飯より傷みが少なく、持ち運びが便利で衛生的。冷えてしまったものを再度温めるとふっくらします。

社協にハイゼックスの備蓄があるので、ご興味のある方は是非お試し下さい！

- ・社協で管理している日赤の釜や市総務課で管理している釜は無料で貸していただけるのか？ → 無料でお貸ししますので、ご活用ください。
- ・クロスロードゲームでは、災害時におけるどうぞの判断や声掛けによる協調が大切などと改めて感じました。

区では、各町で組織されていいる赤十字奉仕団員を対象に日赤長野県支部須坂市地区では、名町で組織されて開催しました。

当日は、好天のなか160名の参加をいただき、炊出し訓練やクロスロードゲームを体験しました。

炊出し訓練では、「ハイゼックス」という強化ポリエチレン製のナイロン袋を使つた非常食べぐりを、ま

た、クロスロードゲームを体験しました。須坂市でも、いつ大きな災害が起ころうか分かりません。

また、近隣市町村で災害救援要請があった際は、須坂市から応援にいつでも行けるよう訓練を怠らず、毎年繰り返し行っていきた

- ・ハイゼックスで作った非常食は、今まであまり美味しいなかつたが、今日は美味しくなっていると思いました。
- ・社協で管理している日赤の釜や市総務課で管理している釜は無料で貸していただけるのか？ → 無料でお貸ししますので、ご活用ください。

に日赤地域公民館で研修会を開催しました。

区では、名町で組織されて開催しました。

た、クロスロードゲームでの選択をゲーム形式で学びました。

須坂市でも、いつ大きな災害が起ころうか分かりません。

- ・良い体験ができました。もつと多くの方に知つてもらうため、参加者を募つたらどうかと思いました。
- ・ハイゼックスで作った非常食は、今まであまり美味しいなかつたが、今日は美味しくなっていると思いました。

止、手当の基本、人工呼吸や心臓マッサージの方法、AED（自動体外式除細動器）を用いた講習会、止血の仕方、包帯の使い方、骨折などの場合の固定、搬送、災害時の心得などについての知識と技術を習得できます。

誰もが迎える高齢期をすこやかに迎えるために、必要な健康増進の知識や高齢者の支援・自立に向け役立つ介護技術を習得できます。

《炊出し訓練》

《健康生活支援講習》

日赤須坂市地区では、各区や団体などで各種講習会を開催する際に、講師の手配等をしてあります。講習内容は左記のとおりです。

やあい事故の予防との手当、かかりやすい病気と発熱・けいれんなどの症状に対する手当などの知識と技術を習得できます。

N

### ～ 参加者の感想 ～

・今回、初めて参加しましたが、非常に良かつたですが、非常に良かつたです。災害緊急時を再確認するいい機会ができ良い体验でした。

《救急法》 日常生活における事故防止、手当の基本、人工呼吸や心臓マッサージの方法、AED（自動体外式除細動器）を用いた講習会、止血の仕方、包帯の使い方、骨

折などの場合の固定、搬送、災害時の心得などについての知識と技術を習得できます。

《炊出し訓練》

《健康生活支援講習》

止、手当の基本、人工呼吸や心臓マッサージの方法、AED（自動体外式除細動器）を用いた講習会、止血の仕方、包帯の使い方、骨折などの場合の固定、搬送、災害時の心得などについての知識と技術を習得できます。

他の行事・イベントと併せて実施していただべると沢山の方に体験していただけます。

《水上安全法》 水と親しみ、水の事故から人命を守るため、泳ぎの基本と自己保全、事故防止、溺れた人の救助、応急手当の方法などの知識と技術を習得できます。

《幼児安全法》 子どもを大切に育てるた

めに、乳・幼児期に起こり相談ください。

### 申込方法

実施日2ヶ月前までに

社協まで申込みください。

### 費用

実費を負担いたします。  
場合がありますので、ご相談ください。

# そのとき備えは？

## 風水害

台風や豪雨などは、その到達時期や規模などが、ある程度予想することができるので、気象予報に注意しながら、十分な備えができます。

しかし、ゲリラ豪雨は突然的に発生するため例外ですが、その場合は危険な場所には近づかず、身の安全を図りましょう。

**台風の大きさと強さは？**  
気象庁は台風の勢力を示す目安として大きさと強さを発表します。

猛烈な
非常に強い
強い

超大型
大型

「大型で強い台風」とか「超大型で非常に強い台風」など組合せ発表します

- 懐中電灯、ラジオ、非常持出品を準備
- 危険と感じたり、避難指示等があつた場合は、速やかに避難場所へ逃げる
- 高齢者や障がい者に声をかけ、ご近所と協力しあつて逃げの
- ブレーカーを落としてから避難所に逃げの
- 家の中で揺れを感じたらあわてずに、まず、座布団などで頭を守り机の下などに隠れ身を守る
- 使用中のガス器具、ストーブなどを切る
- 懐中電灯、ラジオ、非常持出品を準備
- 台風が接近してきた時の緊急時に備えた対策とは？
- むやみに外出をしない
- 雨水を流れやすくなれば内に取り込む
- 側溝のゴミや土砂を取り、雨水を流れやすくなれば内に取り込む
- 家の周りの植木や鉢植えなどを飛散しないよう室内に取り込む
- 家具家電の転倒防止策を講じる
- 寝室の近くや玄関などに転倒しやすいものを置かないようになります
- スリッパや懐中電灯、ラジオなどは手近などいふに用意しておく
- 家の中でも揺れを感じたらあわてずに、まず、座布団などで頭を守り机の下などに隠れ身を守る
- 使用中のガス器具、ストーブなどを切る
- ブレーカーを落としてから避難所に逃げの

- 【台風の大きさ】
  - 【台風の強さ】
  - 超大型
  - 大型
  - 猛烈な
  - 非常に強い
  - 強い
- 【その他の生活用品】若干の衣類・軍手・タオル・道具・ライター・紙皿・はし・缶切り・ろつねん・笛など
- 【貴重品】現金（10円硬貨も公衆電話使用に便利）預貯金通帳・印鑑・保険証・権利証など

地震は「じつけ」「じけい」起きるか科学が進歩した現代でも正確に予知できません。

非常持出品は定期的に点検し直しましょう。  
【携帯ラジオ】火を使わずに食べられるもの【懐中電灯】【乾電池】【ヘルメット・頭巾】  
【救急医薬品・常備薬】毎日服薬が必要な薬は必ず入れておきましょう。

【非常食・水】火を使わずに食べられるもの袋の確認など、出来る事をやっておきましょう。

【震災ボランティア】講座を行います。今回は、須坂市防災訓練に参加し、ボランティアセンターの受付窓口設置訓練を行います。



非常持出品は定期的に点検し直しましょう。

第2回震災ボランティア講座を行います。

日時 8月24日(日)  
午前6時～  
場所 市民体育館、須坂小、常盤中学校グラウンド  
締切り 8月18日(月)

行き先 宮城県南三陸町  
活動内容 農漁業支援  
詳細は、次号にてお知らせ致します。皆様のご参加をお待ちしております。



東日本大震災復興支援ボランティアを募集します。詳しくは、次号にてお知らせ致します。皆様のご参加をお待ちしております。

問い合わせ先  
電話 245-1619  
助け合い起こし推進係まで

# 支援学級と高齢者の交流

小山小学校支援学級の子ども達が、地域の高齢者の方との交流を目的に、宅老年所「わくさん家」へ訪問しました。



- ・わくさん家に行つたよ。さかなつりやボールでそんどうよ。あばあさんとあそんだよ。みんな二コ二コして、やさしかつたよ。まだ行きたいな。
- ・あじいちゃんやお兄ちゃんといつしょにキャッチボールをしました。けん玉もやりました。みんな



わくさん家のミッキー

- ・わくさん家に行つたよ。さかなつりやボールでそんどうよ。あばあさんとあそんだよ。みんな二コ二コして、やさしかつたよ。まだ行きたいな。
- ・あじいちゃんやお兄ちゃんといつしょにキャッチボールをしました。けん玉もやりました。みんな

・**子ども達の感想**  
わくさん家は、友達の家の近くなので前から知っていました。みんな知らない人たちばかりではずかしかったけど、遊んでいるうちに慣れてきました。あじいちゃんあばあちゃん7人で魚つりをしました。全部で52点となりました。わくいさんと積み木をしたり、犬のこと教えてもらつたりしました。とても楽しかったです。

・**自己紹介**  
玉で、「もしやめ」と「ろうそく」をやつたり、マイクで声を出して歌つたりしました。

にはく手してもらつて、すゞくうれしかつた。

・**自己紹介**  
自己紹介をした時は、きちんとちようしました。けん

玉で、「もしやめ」と「ろ

うそく」をやつたり、マ

イクで声を出して歌つた

りしました。

## 一各藤先生の感想一

## 「わくさん家」の方々には

子ども達を温かく受け入れて頂き、本当に有り難かったです。色々と経験が不足している子ども達ですので、まだまだ直接スタッフさんや利用者の方とのコミュニケーションには足りない部分も多いのですが、初めての交流にしては、皆よく動けていたな…という素直な感想です。皆さん温かな雰囲気を、子ども達なりに感じられたのが大きかったと思います。これからも回を重ねて行く事でどんな交流になつていくのか楽しみです。



- ・**参加者の感想**  
・絶対、雨だと思つていた天候も何とかもち、心地よい中、踊りに参加できました。来年も参加したいです。
- ・**参加者の感想**  
・お揃いのTシャツで楽しく参加できました。踊つたあとのビールは格別においしかつたです。



# 須坂カツタカタまつり

7月19日、『須坂カツタカタまつり』に参加してきました。

力タまつり』に参加してきました。皆さん頑張りました。

「踊りコンテスト」では「がんばったで賞」をいただきました。

## 盛り上がりました

ました。皆さん頑張りました。皆さん頑張りで踊りコンテストでは「がんばったで賞」をいただきました。

# 福祉の職場体験記

先月、信州大学教育学部付属長野中学校3年生1名が、本会各事業所の見学や職員と一緒に汗を流したり、利用者と過ごしました。

体験の目的は、『自分の将来の進路とのかかわりから、自分と社会とのかわりを大切にした生き方を探る』でしたので、可能な限り趣旨に沿った体験をしていただきましたが、どこの施設でも、あいさつがハキハキとしていて、目的意識をしっかりと持った生徒さんと好評でした。

△本人の感想△  
『様々な体験させていたただき、本当に学びの多い2日間でした。配食サービス事業では、配達員さんに行し、自分から率先してコミュニケーションをとることの大さを学びました。



利用者さんとの作業風景「ぶどうの家」にて



△本人の感想△  
『様々な体験させていたただき、本当に学びの多い2日間でした。配食サービス事業では、配達員さんに行し、自分から率先してコミュニケーションをとることの大さを学びました。

私も、実際に接していく中で、話せば話すほど相手とのつながりが深くなっています。そこで次のデイサービスセンターへすえひろでは、利用者さんは?』の答えは、自分からコミュニケーションをとること意識しました。実際に話してみたら、相手の方も話しかけてくれ、単純なことですが、人とのつながりを作れるうえで、とても大切なことになりました。

これからは、自分の出来る事から実行し、人とのかわりで幸せを作つていけるような人を目指していくたいと思いました。』

ことじだと改めて実感しました。自分から気を配つて接すると、その分疲れを感じましたが、笑顔になつてくれる嬉しさと満足感で心が満たされたように思いました。

私の問いである「人を幸せにするために必要なことは?』の答えは、自分からコミュニケーションをとること、笑顔でいること、相手を思いやつた行動をすること、この3つが必要だと思いました。



## 母子・父子家庭のみなさんへ 親子の集い参加者募集

**と き** 10月25日（土）※午前5時 須坂市役所集合  
午後9時 現地出発

**と こ ろ** 東京ディズニーランド  
**応法資格** 須坂市在住の母子・父子家庭  
**参 加 費** ▼大人 ..... 8,500円  
▼高校生・中学生 ..... 5,500円  
▼4歳～小学生 ..... 4,500円  
(バス代、チケット代含む)

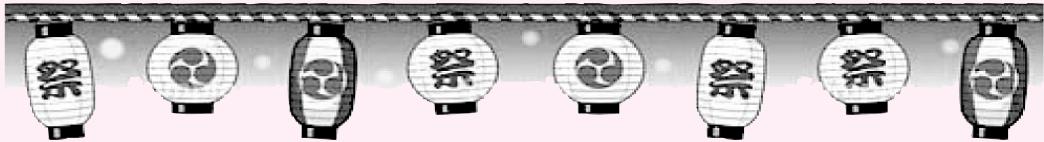
**申込期限** 9月24日（水）  
**募集人員** 84名（バス2台）

※申込者多数の場合は受付順とします。

**申込み・問合せ** 須坂市役所 福祉課（本庁舎1階 248-9003）

# 社協情報掲示板

平成26年8月1日第345号（毎月1回1日発行）



## みんな集まれ！育豊の夏祭り

- <日 時> 8月16日（土）18:30～20:30（雨天中止）  
 <場 所>さくらの杜育豊 グランド（須坂市下八町前山2366-1）  
 <内 容>盆踊り・豪華花火  
 <屋 台>無料品：おでん・きゅうりの漬物・アメリカンドッグ・  
 ジュース・お酒  
 有料品：から揚げ・お好み焼き

<問合せ先> 026-245-8108（担当：奥原）

※たくさんの方のご来場をお待ちしておりますので、  
 お誘い合わせの上、お気軽にお越し下さい★



### あたたかなご厚志に 感謝いたします。

- (一財)須坂市身体障害者福祉協会様  
 古切手多数  
 ○ガールスカウト日本連盟  
 長野県第1団 熊井理恵団委員長様  
 清拭布多数

- 匿名様  
 ポータブルトイレ・収納ボックス 30,000円  
 ○川瀬 美枝様  
 アクリルたわし多数  
 ○匿名様  
 タオル100枚・バスタオル11枚他多数  
 ○匿名様  
 電子レンジ1台  
 … 6月15日～7月14日 受付分です…

このほど、(株)キタモリ様より、床走行式電動介護リフト2台（100万円相当）をご寄付いただきました。

ご寄贈いただいた同リフトは、5月にオープンした地域密着型特別養護老人ホームぬくもり園において、寝たきりの利用者をベッドから車いすに移乗する際や、入浴時に浴槽に入っている際の補助として効果的に使わせていただきます。



## 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（専門相談員）

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	7日(木) 28日(木)	午前9時～正午
--------------------------	-----------------	---------

### 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	7日(木) 28日(木)	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 026-248-9977または026-245-1619

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>)

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 026-246-0054

印刷 佐藤印刷株式会社