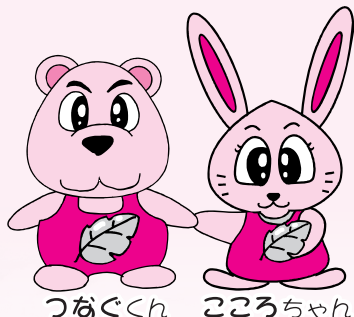




(版画、題字  
角田 正雄書  
春木町)



## いきいき外出で 飯山の菜の花を見に行ってきました～！

- P2 ・ ボランティア報告  
・ ヘそのこ報告、開催予告  
・ カッタカタ祭り募集
- P3 ・ 切手収集について  
・ 社会人ボラ講座募集
- P4 ・ 小中ボラ募集
- P5 ・ 介護者のつどい参加者募集  
・ サマーチャレンジボランティア募集

きれいな菜の花とその先に流れる雄大な千曲川をみながらゆったり散策できました。「なかなか外出できないので、こうやって自然の空気を吸ったり、買い物したり、みんなでお話できることが幸せです。」と喜びの声が聞こえました！

**いきいき外出とは** 介助がなければ外出できない身体に障がいのある方、介護が必要な高齢の方、なかなか外出機会のない方を、外出支援ボランティア協力のもとお出かける事業です。

# 2016 6

## 東日本大震災

### 復興支援活動

5月13日(金)、14日(土)に、福島県郡山市にある応急仮設住宅で開催されている、お茶のみサロンに参加してきました。

朗読ボランティア「あかりの会」の皆さんと個人ボランティアの皆さんで訪問し、大型紙芝居やマジックなどの披露や、二ラせんべいを振る舞いながら交流し、仮設住宅の自治会長さんや、代表の方から、近況を伺いました。

今回の交流が、少しでも復興の役に立てればと思います。



## へそのこリユース

新センターにて今年度も元気に活動します！

へそのこリユースは、もていくお着替え服がたくさう着なくなっただけどまだ着られる子ども服、もう使わなくなっただけどまだ使える子ども用品などをご提供いただき、これから必要という方に自由に持って行っていただく活動をしています。

「もったいない」を大事にし、みなでくるくる回すことで家計にも地球にも優しく、子育ても楽しくなることを願って始めたこの活動は4年目を迎え、毎回たくさんの方にお越しただけになりました。

今年度から会場を須坂市

社会福祉協議会2階の新すざか助け合い推進センターに移して、変わらず元気に活動していきます！

これから赤ちゃんを迎えるママさんや保育園へ持つ



主に受け入れているものはこちらです←

- ・子ども服、マタニティー服(状態のよいもの)
  - ・木製、布製のおもちゃ
  - ・絵本や紙芝居(キヤラクター、アニメもの等を除く)
- ※それ以外の物や大きな物はご相談ください。

ご提供のみでも、お持ち帰りのみでも、大歓迎です。どなたでも無料でご利用いただけますのでお気軽にお出かけください。

今後の開催スケジュールはこちらのとおりです←

### 開催スケジュール

6月15日(水)

7月5日(火)・20日(水)

8月24日(水)

9月6日(火)・21日(水)

いずれも10時～13時

詳細は社協ブログをご覧ください。

ください。

問い合わせ先

須坂市社会福祉協議会

助け合い推進係

026-214-2994

駐車場は『旧越家住宅駐

車場』をご利用ください。

## 参加者大募集!

須坂カタカタまつり!

『ふれあい連』に

一緒に参加しませんか?

須坂の夏祭りといえば、

カタカタまつり

心身にハンディのある方・

介護が必要な方とその介助

者の皆さん・協力できるボ

ランティアの皆さん・お祭

りが大好きという皆さん!

どなたでも参加OKです!

一緒に楽しい夜を過ごし

ましょう♪

【日程】

7月16日(土)

【集合時間】

午後4時30分

【集合場所】

須坂市社会福祉協議会

【募集人数】

100名

【参加費】

500円

【申込期限】

6月24日(金)





# 古切手を集めています。

須坂市ボランティア連絡協議会では、古切手の収集活動に取り組んでいます。須坂市役所、地域公民館、図書館などに古切手回収ボックスを設置しています。



回収ボックス

収集していただく上での注意事項があります。

皆様のご協力をお願いいたします。

ご協力いただいた古切手は、「公益財団法人ジョイセフ」【発展途上国の妊産婦と女性の命と健康を守るために活動している日本生まれの国際協力NGO】へ送付いたします。

## OK例（受け付けられるもの）

### 記念切手

（通常切手以外で、何かを記念して限定的に発行される切手）



切手の目打ち（ざざざ）を切り取らないようご注意ください。

◇記念切手は消印がなくても構いません。

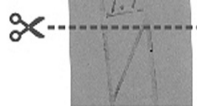
### 通常切手

（よく見かける切手）



◇切手と消印のまわりを1cm程度残してお切りください。消印の部分も残っている通常切手は対象となります。

◇長い消印の場合は、日付と地名が1つずつ残るように切ってください。



## NG例（受け付けられないもの）

### 例1）官製はがきの切手部分など



◇官製はがきや航空書簡などの、あらかじめ印刷された切手部分は収集していません。

⚠ 未使用のはがきについて  
消印の押されていない未使用はがきは、書き損じはがきとして集めていますので、切手部分を切り取らないまま送付してください。

### 例2）メータースタンプやメール便のシールなど



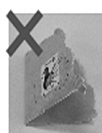
◇切手の代わりに押されたスタンプや、メール便のシールは収集していません。

### 例3）消印が切り取られている



◇消印の部分も収集の対象ですので、これから集める場合は、必ず消印の部分を含めて切り取ってください。

### 例4）封筒の裏側も合わせて切り取られている



◇切手は重量で取引されるため、封筒の裏側も合わせた状態ではなく、表面だけを切り取ってください。

## 夜間ボランティア講座を開催します!!

ボランティア活動に興味があっても、昼間はお仕事でなかなかボランティアに参加できないという方やいろんな人と関わりたいという方必見！夜間のボランティア交流会を開催します。

日時 7月1日（金）午後7時～8時30分

場所 日野地域公民館 1階多目的ホール

内容 聴覚障がいの方と交流（～♪

～手話体験 & バスケットボール交流～

対象 ボランティアに関心があり、平日夜間の講座に参加できるおおむね40歳までの方

お申込み 須坂市社会福祉協議会（担当：藤沢） ☎ 6 / 22（水）

☎ 026-214-2994 / ✉ tasukeai@suzaka-shakyo.jp

※今回の講座以降の活動につきましては、参加者の皆さんと相談しながら決めていきたいと思います。



楽しく活動したい！  
バスケットがしたい！  
交流したい！  
参加理由は何でも構いません😊  
バスケットができないという方も大歓迎！

# 小中学生ボランティア体験♪

## 心の輪を広げよう！！

### 第1回目 ゲームをしながら仲間を作ろう！

と き：7月9日（土）

ところ：須坂市社会福祉協議会（春木町）



### 第2回目 食について考えよう！

（おやきやパン作りにも挑戦～🍡）

と き：8月3日（水）～4日（木）

ところ：老人福祉センター永楽荘



### 第3回目 保育園の先生になってみよう！

と き：8月9日（火）・10日（水）・17日（水）・18日（木）

ところ：市内保育園



### 第4回目 ふれあい広場で駄菓子屋さん出店！！

と き：10月15日（土）

ところ：須坂メセナホール



### 第5回目 ブラインドサッカー・体験！

と き：11月20日（日）

ところ：日野地域公民館 1階多目的ホール

### 第6回目 今までの教室のまとめ&クリスマス会

と き：12月17日（土）

ところ：仁礼コミュニティセンター

参加者対象：小学5・6年生／中学生

申込〆切り：7月1日（金）

主 催：須坂市社会福祉協議会

後 援：須坂市教育委員会／須坂市ボランティア連絡協議会

## たくさんのご参加をお待ちしています！！



# 介護者のつどい

参加者募集のお知らせ！

日々の介護疲れを癒し、  
心身ともにリフレッシュし  
ませんか？

期 日 7月13日(水)

対象者 要介護高齢者・心  
身障がいの方の在  
宅介護をされてい  
る方。

内 容 イスにすわったま  
までも出来る健康  
体操の体験♪  
湯つ蔵んど

会 場

参加費 一、〇〇〇円

申込先 7月1日(金)まで  
に各町民生児童委  
員、担当ケアマネ  
ジャー、または社  
協まで

電 話 026-214-2994

多くの皆さまの参加を  
お待ちしております。

昨年の様子

高野辰之記念館で…☆



イスde  
エクササイズ♪

境遇を共にするもの同士  
語り合いましょう!!!!

秋頃は新潟にて  
ゆつたり1泊♪  
参加希望につきまして  
は、また改めて募集を致  
します。

参加者  
募集

## サマーチャレンジボランティア (ボランティア体験)

この夏にちよつと一歩踏  
み出して「何かはじめてみ  
よう!」・「自分の出来る  
ことないかな?」と思つて  
いるみなさん!あなたの力  
を待っています。一緒にボ  
ランティアはじめてみま  
せんか!

【体験期間】

7月25日(月)

～8月31日(水)

【参加対象】

高校生、専門学生、大  
学  
生、一般の方などでも。  
ボランティアに関心のあ  
る方、経験未経験問いません。

【主な体験】

高齢者施設や障がい者施  
設での行事の手伝いや軽作  
業・病院・保育園・児童セン  
ター・託児・手話・朗読ボ  
ランティアグループで体験  
など。

【参加費】

200円(資料代)

+

300円(ボランティア保険代)

【申し込み】

7月8日(金)までに電  
話または来社にてお申し込  
みください。

昨年の夏は38名の方が、  
福祉施設、団体グループな  
どで、ボランティア活動を  
しました。

「昨年の様子」

☆病院内ボランティア



☆施設ボランティア  
(高齢者とのふれあい)



今年度も多くのご参加を  
お待ちしております。

# 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 1,026,000円
  - 匿名様 5,000円
  - 宮入 辰子様
- テレビ・寝具他多数

…4月15日～5月14日 受付分です…

## 広報紙

モニター  
募集！ 「助け合い起こしすざか」

平成28年度の「助け合い起こしすざか」モニターを募集します。

活動内容 毎月のアンケートによる回答（郵送、メール可）

申し込み・詳細は214-2997までお問い合わせください。

秘密  
厳守

## 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（専門相談員）

| 相談会場                   | 相談日     | 相談時間              |
|------------------------|---------|-------------------|
| まいさぼ須坂<br>026-248-9977 | 月曜日～金曜日 | 午前9時～午後5時<br>（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    |
|--------------------------|-----------------|---------|
| すざか女性未来館<br>（中央公民館）1階相談室 | 9日（木）<br>23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

### ③結婚相談所（無料・完全予約制）

| 相談会場       | 相談日          | 相談時間     |
|------------|--------------|----------|
| 須坂市社会福祉協議会 | 5日（日）・19日（日） | 午前9時～12時 |

ありがとうございます

## 熊本地震災害 義援金報告

5月11日までの義援金受付状況をご報告いたします。

1, 052, 394円

多くの皆さまから温かいお気持ちをお寄せいただきありがとうございます。

お名前の公表が可能な方のみ掲載させていただいております。

小山小学校PTA  
 須坂市委託清掃協同組合  
 フォークダンス須坂こすもす  
 中山都代子 花岡昭男  
 （敬称略）

義援金は日本赤十字社に送金され、義援金配分委員会において個別の被災世帯ごとに分配されることになります。引き続き、義援金を受付ております。ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ：

須坂市社会福祉協議会  
 日赤長野県支部須坂市地区  
 須坂市春木町476-1  
 電話：026-214-2997



赤十字マスコットキャラクター  
ハートラちゃん

ご意見ご要望をお寄せ下さい。☎（026-214-2997）・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）