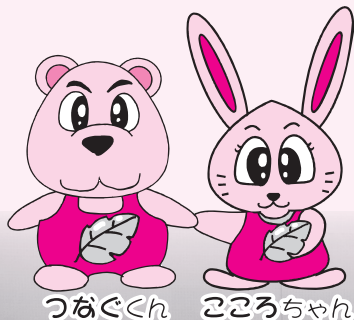




つなぐくん

こころちゃん



助け合い 起こし すざが

(版画、題字
角田 正雄書
春木町)

講師の
中沢コーチです！

ガイド(コーラー)が
ゴールの位置や角度
シュートのタイミングを
声で伝えます!!

アイマスク
着用中！

声をたよりにゴールに向かってシュート!! ～第5回小中ボランティア体験教室～

- P2 ・ 社協この一年
- P3 ・ 在宅介護者のつどい
・ センター祭り
・ モニター通信
- P4 ・ 希望の旅
・ 親子のつどい
・ 郡山復興支援ボランティア
- P5 ・ 講演会
・ サンタクロースがやってくる
・ 重度障がい者料理教室

今回は視覚障がいのサッカーチーム「F.C.長野RAINBOW」の皆さんご指導のもと、ブラインドサッカー体験をしました。アイマスクをしたまま同じ血液型でわかれたり、ボールを蹴ったり、視覚以外の感覚を使った初めての体験に戸惑いながらも、コミュニケーションの大切さを強く感じました。

※ブラインドサッカー：視覚障がい者のプレイする
パラリンピックの公式種目。

2016 12

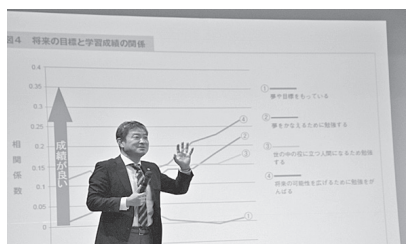
社協の一年

平成28年も残すところあと僅かとなりました。今年は熊本や鳥取、海外でも地震などの自然災害の多い年であった反面、リオ夏季オリンピック、パラリンピックの開催では感動、喜びなど夢や希望を持てる年でもあったのではないのでしょうか。皆さんにとってどのような1年だったでしょうか。

この1年の社協の出来事を写真で振り返ってみました。

2月

「助け合い推進大会」



地域総ぐるみで、皆で努力し合って地域を作っていくことが必ず力になります！

(長田徹氏 講演会より)

3月

生活支援ボランティア講座



昔のことを思いめぐらすことで、相互に交流しやすくなるような援助方法を学びました。

4月

いきいき外出



日頃外出の機会が少ない皆さんとボランティアさんの協力によりお出かけをして楽しい時間を過ごしました。(飯山菜の花畑)

6月

東日本大震災復興支援活動



震災から5年。今後も「おでつて(おてつだい)活動」を継続していきます。(宮城県南三陸町)

7月

赤十字奉仕団「1日赤十字」



「身近なところから防災を」炊き出し訓練と家屋の災害対策について研修をしました。(消防署)

8月

共働き支援事業



竹巻きパン作りやクラフト体験などアルプスの大自然を満喫しました。(国営アルプスあづみの公園)

そのほかに

- ・介護者のつどい開催(全2回)
- ・須坂カッタカタまつりに参加(たくさんのボランティアさんたちと参加しました)
- ・社協支部事業(ひとり暮らし高齢者の方々と交流会食会を支援)
- ・ふれあいサロン活動
- ・サマーチャレンジボランティア
- ・夜間ボランティア講座

9月

小中ボランティア体験



保育園の先生を体験をしました。「目線」や「声かけ」などのコミュニケーションの大切さを学びました。(市内各保育園)

10月

第35回ふれあい広場開催



たくさんの人の笑顔があふれました。(メセナホール)

在宅介護者のつどい

月岡温泉ゆったり旅

この事業は在宅で介護する介護者の心身リフレッシュを目的として、10月19・20日に開催しました。ガイドさんつきの観光バスで、車内では和気あいあいと会話が弾みました。車窓の景色に季節の移ろいを感じながら、高速道路で3時間あまり。目的地の、新潟県新発田市にある月岡温泉に到着しました。



月岡温泉は、海から離れた田園風景の中にあり、ひと際高い建物、宿泊先の旅館「華鳳」でした。懇親会では、自己紹介をしていただき、お互い、介護について質問し合い、交流を深めていらしやいました。

温泉は美人の湯と言われ肌がすべすべになったとか・広い温泉で、のんびり手足を伸ばして、日頃の疲れを洗い流されたのではないだろうか。



白玉の湯 華鳳の前で1枚♪

参加者さんの声

- ・介護は大変だけど、同じ境遇の人とゆつくりお話が出来て良かった。
- ・初めて参加したが、本当に楽しかった！また行きたい。

センター祭りを開催しました！

小春日和の11月5日(土)、すざが助け合い推進センター祭りを開催しました。今年もお隣の須坂ひだまり作業所さんの「ひだまり祭」と合同開催で、多くの皆様にご来場いただき、賑やかなお祭りとなりました。

毎年恒例のクリスマスリース作りには、小さなお子さんも参加し、松ぼっくりやどんぐりなど思い思いに飾り、素敵なオリジナルリースができました。



他にも掘り出し物バザーや子ども服のリユース、野菜が高騰の中、家計にやさしい新鮮野菜の販売などなど。また、懐メロ歌謡ショーや、今年初の長野医療生協さんによる健康チェックも行いました。ご来場の皆様、バザー品や子ども服等のご提供にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。



モニター通信②



市民モニターの皆様からの疑問・質問にお答えします。

問「〇〇祭開催」などのイベントの広告には駐車場の案内も記載があるありがたい。

答「知っているだろう」で記事を書くのではなく、わかりやすく丁寧な記事を掲載するように改善します。

問最終ページは文章が多いので、絵や写真、作品を載せても良いのではないだろうか。

答最終ページは「情報掲示板」ということでイベントのご案内などで文章が多めになってしまします。今後は、レイアウトも含め、絵や写真、作品紹介などを掲載するなど工夫をしていくように努めます。



重度障がい者希望の旅

氷見と金沢近江町市場に

行ってきました



快晴の日本海を背景に写真

お花の型紙で金箔を貼って、世界に一つだけのお土産を持ち帰りました。また夜は初対面のボランティアさんとお酒を飲んだりと旅を楽しみました。

11月5・6日に重度障がい者希望の旅を開催しました。この事業は重度障がい者の外出の機会と交流を目的としています。

今回の旅は、リフト付き大型バスで社協の看護師が同乗し、電動車いすの方、車いすの方、松葉杖の方、重度の知的障害のある方、内臓障害のある方13名、障がい者の家族・ボランティア14名の計27名の参加がありました。氷見では、お刺身を食べたり、近江町市場では各自好きなお店でお寿司を食べたり、最後の見学地今井金箔では、小皿やコンパクトミラーに新幹線や



真剣な表情で金箔貼(^_^)

参加者さんの声

・気さくな人達ばかりで自然体で打ち解けて会話もできてよかったです。見学地宿泊いうことないです。(障がい者)
・金箔体験があり、ボランティアしながら楽しめました。(ボランティア)
・夫が障害になって7年ぶりの泊りの旅行です、昔を思い出しました。(障がい者の家族)

親子のつどい

東京デイズニーシーに行ってきました

11月12日(土)に母子・

父子の家庭の皆さん30世帯78人で、15周年を迎えた東京デイズニーシーへ行ってきました。

とても良い天気恵まれ、15周年を飾るショーやクリスマスデコレーションなどを、それぞれの家族で楽しんでいました。



今年だけの特別な夢のような世界で、親子の愛情や絆が深まっていただけではないでしょうか。

東日本大震災復興支援 ボランティア活動報告

福島県郡山市のサロンに

訪問してきました



「大型紙芝居」子供や高齢者も楽しめました

11月11・12日に原発事故の影響で、避難されている仮設住宅・復興公営住宅の皆さんが集まるサロン2箇所へ、朗読ボランティアグループ須坂あかりの会の皆さんによる大型紙芝居や、個人ボランティアさんのマジックの披露、また、日赤奉仕団と個人ボランティアさんが調理した須坂の郷土食「こねつけ」を味わいながら楽しく交流をしてきました。



「こねつけ」の準備中

仮設住宅の閉鎖期限が迫る中、復興公営住宅への移住で、今まで築いてきた仲間とバラバラになってしまっている現状があり「今日は隣の復興公営住宅から来たの」「久しぶりの再会を楽しみにしていたんだ」と話をしてくださる参加者さんもいる中、「また来てね」と声を掛けていただいた方もあり、ボランティアの皆さんも再会の約束をしたサロンを後にしました。

参加無料

申込不要

障がいを理由とした差別の解消に向けた地域セミナーin 須坂

と き 平成28年12月15日（木） 13:00～16:30

ところ メセナホール小ホール

■講演 「障がいを理由とした差別の解消に向けて」

◇講師 尾上 浩二氏

（DPI日本会議副議長、前内閣府障害者制度改革担当室政策企画調査官）

■シンポジウム ともに生きる福祉の地域づくりをめざして

◇シンポジスト

尾上 浩二氏（前掲）

池田 純氏（特定相談支援事業所ジェイハート代表）

富岡 由紀子氏（須坂市手をつなぐ育成会副会長）

神屋 初枝氏（須坂市保健補導員会会長）

◇コーディネーター

三村 仁志氏（長野県社会福祉士会会長）

主催：長野県・長野県障がい者社会参加推進センター・
長野県社会福祉士会・須坂市社会福祉協議会

「障害者差別解消法」が平成28年4月に施行されました。

“ともに生きる福祉の地域づくり”を目的としたこのセミナーへ、皆様のご参加をお待ちしております。

福祉施設の販売あります!!

12:00～

皆様、ぜひご来場ください
(^)v

お好み焼き、クッキー、パン、
きらずあげ、豆腐、コーヒー、
皮製品、さをり織り、などなど



サンタクロースが
やってくる!

母子・父子世帯のお子
さんのもとへ、サンタク
ロースが会いに行きま
す!

お子さんへのクリスマス
スプレゼントをサンタク
ロースに扮したボラン
ティアさんが、クリスマ
スイヴの
特別な日
に夢のよ
うなサプ
ライズを
お届けし
ます。



【実施日時】

12月24日（土）夕方

【費用】

無料

（プレゼントは各家庭
で用意下さい）

【申込み】

12月15日（木）迄に
社協へお申込み下さい。

重度障がい者料理教室

第2回目の献立（11月1日）



かにたま・オーギョーチー
ちぐさ漬け

障がい者の社会参加、ボ
ランティアや仲間との交流
や料理の楽しさ、安全な調
理方法を発見し、生活の充
実を図ることを目的に、市
の障がい者生活訓練講座と
合同3回開催で、第1、2
回目と終了しました。

を作りました

参加者さんは、食生活改
善推進協議会の皆さんやボ
ランティアさんにアドバイ
スをいただきながら、各自
できることを、一生懸命に
集中して行っていました。



第1回目の献立（10月19日）
・蒸し鶏のねぎポンかけ・
根菜のつま煮・中華風みぞ

『沢山切る材料があつて大
変だったけど、自分で作っ
た料理は、一段と格別、と
ても美味しくできた!』と、
感想がありました。

ポコパン



熊本地震災害義援金報告

11月15日までの義援金受付状況をご報告いたします。
2, 524, 935円

鳥取県中部地震災害義援金報告

3, 140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。ご報告いたします。

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となります。引き続き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

+ 献 血 情 報 +

日 時	12月19日(月) 午前11時00分～12時00分
場 所	豊丘地域公民館
日 時	12月19日(月) 午後2時00分～3時00分
場 所	JA須高仁礼支所
日 時	1月23日(月) 午前9時30分～11時30分
場 所	須坂市防災活動センター
日 時	1月23日(月) 午後3時30分～4時30分
場 所	JA須高豊洲支所

“私の自慢の一品” 募集～!!

絵手紙や絵画、俳句などの自慢の作品を「助け合い起こしすざか」(毎月の社協の広報紙)で発表してみませんか?

ご本人、ご家族、ご近所など他推薦問いません。作品をつくるにあたって苦労した点、想い、自慢したいことなども教えて下さい♪取材に伺わせて頂きます!

たくさんのご応募をお待ちしております(*^-^*)

お問合せ: ☎ 214-2997まで

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 026-248-9977	月曜日～金曜日	午前9時～午後5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
すざか女性未来館 (中央公民館)1階相談室	8日(木) 22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	4日(日)・18日(日)	午前9時～12時

● あたたかなご厚志に ●
● 感謝いたします。 ●

○匿名様 14,160円
○匿名様 ベッド他
○株旭建設様 古切手多数
○清水忠治様 おむつ多数
*ご自宅で不要になったタオルや
シーツを多くの方々からご寄付し
ていただきました。ありがとうございました。

引き続き、募集しております。綿
素材で洗濯済みである物でご協力
くださいますようお願い申し上げ
ます。

…10月15日～11月14日 受付分です…

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)