



- P2 ・新年のごあいさつ
- P3 ・小中ボラ閉講
- P4 ・飯田市赤十字奉仕団に学ぶ
  - ・青少年赤十字交流会
  - ・ボランティア市民活動交流会
- P5 ・婚活セミナー募集
  - ・助け合い推進大会

今年は わたしの年 だワン 🐾

2018 1



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。



## 新春のごあいさつ

社会福祉法人須坂市社会福祉協議会

会長 植木 新一

新年あけましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

日頃から須坂市社会福祉協議会の活動にご理解、ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

高齢化や少子化に伴い、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯が増加し、地域社会のつながり・人と人との関係が希薄化することで孤立感が増しています。



また、経済状況の悪化や雇用の不安定化が進んだことによる生活困窮者の増大など、さまざまな問題が発生し、従来のサービ

スでは対応することが困難な福祉課題が生じてきています。

このような中、本会では、住民一人ひとりが相互に認め合い、「支える側」と「受ける側」に分かれるということではなく、誰もが福祉の担い手として、役割を持ち、支え合い・助け合いが自然に行える地域社会の実現に向け、取り組んでおります。

現在、市内90か所あまりで、高齢の方、障がいのある方、また、子育て中の方々などを中心とした、安心して楽しく笑って過ごせる「ふれあいサロン」が開催されています。生活機能の低下を予防するために、また、生きがいや役割をもつて活動し、生活の質の向上をさせていくために、重要な役割を担っています。

これらサロン活動は、地域の皆さま・役員・民生児童委員の皆さまなど、大勢の方々のご協力やご支援をいただきながら、地域の中に浸透し、継続されていますことに、深く感謝申し上げます。

本会といたしましても、これらの活動を推進する“生活支援コーディネーター”を配置し、つながりのある地域づくりを、さらに進めてまいります。

また、介護保険事業につきましても、今後

も制度改正などにより厳しい運営が予想されるところですが、職員一丸となり、「セイフティネット」としての使命を果たせよう事業を展開してまいります。

本年も、役員一同、須坂市地域福祉活動計画「助け合い起こし」の基本理念である、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりのため、住民主体と住民参加による助け合いを推進してまいります。一層のご支援・ご協力をお願い申し上げますとともに、本年の皆さまのご多幸とご健勝を心からお祈り申し上げます、新年のごあいさつとさせていただきます。





# 小中学生ボランティア体験教室が閉講しました

小5から中3までの41名、  
(男7名・女34名)が集まり  
様々なボランティア体験  
をしました。

## ●開校式&ゲーム

これから体験を共  
にする仲間たちと初  
顔合わせ。最初はド  
キドキでしたが、最  
後はわいわいと和や  
かに第1回目が終了。



## ●第2回・宿泊体験

老人センター「永楽  
荘」で宿泊体験をし、  
「食の匠」の皆さん  
と郷土料理を作った  
り、「楽陶会」の皆  
さんに教えていただ  
いて、お皿を焼きま  
した。  
仲間と過ごした2  
日間は、思い出深い

ものとなりました。



五平餅作り



お皿作り



どれも素晴らしい出来上  
がりのお皿です。

## ●第3回・保育園の先生体験

市内の保育園に行き、か  
わいい園児の皆さんと交流  
しました。

## ●第4回・ふれあい広場

駄菓子屋とヨーヨー釣  
りのお店を出店しました。  
たくさんのお客様とふれ  
あい、協力し合いました。



ありがとうございました！！

## ●第5回・障害者とスポーツ交流

全盲の先生にお越しいた  
だき、ブラインドサッカー  
を体験しました。アイマス  
クをして体験することで、  
言葉でのコミュニケーション  
をとる事がとても大切だ  
ということを知りました。



みんなのかけ声を頼りにして…

## ●第6回・閉校式&国際学習

元海外青年協力隊の方に  
お越しいただきました。今  
回は、セネガル&ベトナム  
に2年間行かれたお2人に、  
異国のお料理を紹介してい  
ただき、みんなで食事作り  
をしました。それぞれの国  
の現状や文化についてクイ  
ズなど交えてお話してい  
ただき、知ることができま  
した。



協力しあって作りました(^)



みんな、真剣に聞きました。

※1年間を通して

### 参加者の声※

★一番の思い出は、保育  
園に行つて保育園の先生体  
験をしたことです。小さい  
子が大好きなので、たくさ  
ん関わることができてすご  
く楽しかったことです。

★お泊り体験での、うど  
ん作りが楽しかった。

★世界には色々な国が  
あつて、貧しくても楽し  
かったり、気候の変化が激  
しかったりして、ビックリ  
しました。

★年上の人との交流がで  
きて、良かった。

★世界のお料理は、その  
国の人の口に合ったもので  
すっぱかったり、味が薄  
かったりして、自分達と同  
じではなくてビックリしま  
した。



今回の体験教室を通して  
感じたことや学んだことを、  
今後いろんな所で活かして  
ほしいと思います。  
1年間、お疲れさまでし  
た。

## 飯田市赤十字奉仕団に学ぶ

した。雨降りの中、寒いベランダで丁寧に焼いて下さった五平餅はとても美味しかったです。

飯田市赤十字奉仕団は、一昨年の熊本地震の被災地（益城町）で、炊き出し支援を行いました。被災された皆さんと一緒に五平餅を焼きながら交流したことや温かい食事を提供で



特製クワミ味噌ダレがたっぷり♪

12月8日(金)に、須坂市赤十字奉仕団15名が飯田市赤十字奉仕団の視察研修に参加しました。

炊き出し演習では、「五平餅」、「とん汁」を作りま

きてよかったとお話を聞き出すことが出来ました。また、日頃の活動では、ガラス飛散防止フィルム貼りや救急法を学び、災害に備えるため、活発に活動していることを学びました。

参加した皆さんより、

- ・とても実のある研修でした。身近なところから出来ることを一つずつ行っていきたいと思います。
- ・ボランティアや奉仕、奉仕団の活動を考えるきっかけとなりました。
- ・温かい食事の大切さを学びました。



## 青少年赤十字交流会



12月9日(土)に、市内小中高等学校の生徒約30名が旭ヶ丘小学校に集まり、交流会が開催されました。

日赤須坂市地区は炊き出しを一緒に行いました。参加者の皆さんは、班の皆さんと協力しながら慎重にハイゼックスに米やだし汁を詰め、非常食を作りました。

非常食の試食では、アスザックフーズ株式会社の「とろろ」（乾燥食品）とハイゼックスで作ったご飯を一緒に食べて「ふっくらしていて美味しいよ」との感想をいただきました。

## ボランティア市民活動交流集会報告

12月9日(土) 須坂市ボランティア連絡協議会主催のボランティア市民活動交流集会が、シルキー3階で開催されました。



りました。

### 第2部講演会

日本赤十字社長野県支部 健康生活支援講習指導員 小橋信子氏より、平均寿命を延ばすのではなく、健康寿命を延ばし、不健康である期間を減らす為の生活習慣のポイント（塩分を控える等）や野菜をたっぷり取る等）や感染予防の一つであるマスクの掛け方も具体的にお話しいただきました。持参した風呂敷2枚で、災害時などに使用できる即席リュックの作り方や応急手当の方法も実践していただきました。

### 第1部ボランティア活動

発表・須坂市立墨坂中学校・(社福) りんどう信濃会 須坂悠生寮・すいせんマジックサークルの3団体より活動内容を発表いただきました。参加者より、学校全体でボランティアに取り組む姿に感動。施設の生歌がとてもよかった。マジック(手品)をサロンで披露してほしい等感想があ



すざか  
婚活  
2018

# すざかがつなぐクッキングコン

～料理をしながら、婚活パーティー Whiteday～



若井結婚センター  
若井順子氏

## セミナー「婚活は、こうすればうまくいく！」

長野・上田営業所長として、年間数十組の成婚者を誕生させている。多くの方に結婚してほしいという想いから、地元雑誌や新聞でのコラムを掲載中。婚活セミナー講師としての人気も高い。

婚活セミナー同時開催!

須坂市と須坂市社会福祉協議会があなたの素敵な出会いを応援します!

平成30年**3月4日(日)** 10:00～16:00

- 対象者** 男性:須坂市在住が須坂市に勤務する独身の方。女性:独身であれば特に問いません。  
※男女とも25歳～39歳までの未婚男女各15名 ※参加者多数の場合は抽選となる場合があります。
- 料金** 男性5,000円 女性3,000円 ※事前入金制です
- 会場** デコレッドルームズ(長野市西和田1-28-48)
- お問合せ先** 須坂市社会福祉協議会(TEL.026-214-2994)
- お申込方法** 須坂市社会福祉協議会HPをご覧ください必要事項を、プースカフェRの専用ページから、またはお電話にてお申込みください。  
(<https://pousse-cafe.com/campaign/suzakakon201803>)
- 締め切り** 平成30年**2月19日(月)**  
締め切り後、決定通知を送付しますので2月26日(月)までに入金をお願いします。
- 持ち物** エプロン(別途100円でレンタルも可能です)



素敵な会場で楽しくお料理!!

好評の婚活セミナーですが、前回大好評をいただきました若井順子所長をお迎えし、わかりやすく、ためになるセミナーをお聞かせします。  
セミナー終了後は、かんたんで楽しい料理を作りながら婚活ができるクッキングパーティを企画いたしました。人数も各15人とちょうど良い人数! 皆様のご参加をお待ちしております(^^)v



前はこんなデザートも作りました!

主催/須坂市社会福祉協議会 共催/須坂市

## 助け合い推進大会

「助けて」といつてみよう!  
・その一言で助け合いがはじまる・・・  
平成30年2月10日(土)  
午後1時～ メセナ小ホール

### オープニング

松和会による太鼓演奏

### 福祉貢献者表彰

### 講演会

一人ひとりの『出来る』  
で支え合う地域づくり  
(仮題)  
講師

ご近所福祉クリエイター  
酒井 保 氏

誰もが住み慣れた地域で暮らし続けるために「支える」から「支え合う」地域づくりへの講演会を開催します。

一人ひとりが地域の重要な担い手になるために、ぜひご参加ください。

主催 助け合い推進会議

(事務局)

須坂市社会福祉協議会



昨年の推進大会の様子

