

「助け合い推進大会」が開催されました！

- P2~P4
- ・助け合い推進大会
 - ・表彰式
 - ・講演会
 - ・参加者に聞いてみました！

- P5
- ・シニアの会
 - ・ご寄付ありがとうございました
 - ・モニター便り②

コロナ禍に、多くの人が集まるイベントを開催して良いのか悩みながら、様々な対応を行なって開催されました。

メイン会場を定員の半分以下とする一方、多くの皆さまにご参加いただくため、社協会議室や生涯学習センターに中継会場を作ったり、個人の皆さまにもパソコンなどを通してご参加いただきました。

また、講師の奥先生も、大阪の自宅から中継でご出演！スクリーンの中で講演される様子に、時代の移ろいを感じました。

2021 **4**



シニアアンサンブル須坂

(代表 倉品 裕子)

須坂やすらぎの園で、年間5〜6回利用者のレクリエーションの時間に歌と楽器演奏で、利用者さんを楽しませていただいています。



松和太鼓(代表 吉田 智)

須坂やすらぎの園の納涼大会に、花火とコラボレーションで太鼓演奏を披露しています。



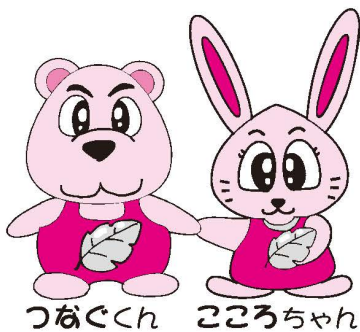
(株)鈴木・鈴木労働組合

■模範介護者 5名

在宅で、寝たきりまたは認知症の高齢者及び重度身体障害児者等の介護を10年以上従事された方。(施設入所等で中断されている場合も含める。)

■高額寄付者 1団体

社会福祉のために須坂市社会福祉協議会へ概ね個人(20万円)、団体(30万円)、法人(100万円)の金品を寄付された方。



- 西尾 達義 【相森町】
- 宮島五十六 【米持町】
- 永井 伝 【村石町】
- 角田 弘志 【相森町】
- 西澤なつ子 【塩野町】

◇講演会◇

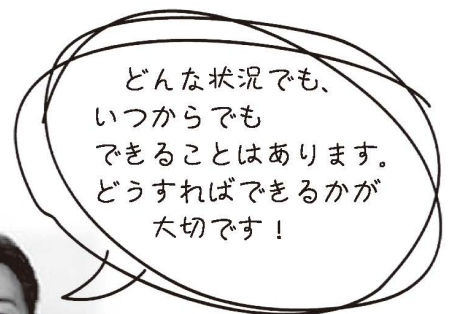
『コロナの正しい理解とこれからの地域づくり』

講演会では、「つながりは力だ！」 → 「誰かの安心のために1%手助けをする。それが自分に返ってくる！」 → 「つながりは健康につながる！」など、元気に長生きする秘訣をお聞きすることができました。

「人とつながることで、健康に長生きできる！」という言葉が心に響きました。

コロナウイルス感染症については、「コロナ対策は、理解することは簡単！！問題は実践と工夫！！」と、マスク着用や手指消毒の徹底などを、たとえ話を交えながらお話いただきました。

※奥先生の資料を用意しています。ご覧になりたい方は社協までお声かけください！



どんな状況でも、いつからでもできることはあります。どうすればできるかが大切です！



奥 知久 医師

【プロフィール】
諏訪中央病院総合診療内科で鎌田実名誉医師に師事
コロナ禍でクルーズ船医療チームに所属
6都道府県で地域づくりなどに取り組んでいる

参加者に聞いてみました！

コロナもオンラインも何もかも初めての大会。皆さんに感想を聞いてみました。



ボランティアグループ あしの会の皆さんは、須坂市生涯学習センターの研修室から大会に参加。講演を聞き、マスクや手指消毒など感染対策をしっかりとる事で、活動が広がっていくのではないかと感じました。

電波が悪く、映像が途切れてしまったこともありましたが、なんとか最後まで大会を見ることができました。新しい時代に入ったな～と思います、とお話がありました。



自宅に居ながら、大会に参加できるなんて！



テレビに映し出した方も！

講演会はタイムリーなお話しでした。工夫して地域活動をしていきたいです。



永年、地域で活動されている方を知ることができました。やっぱり会場でみんなと会いたい！でも、オンライン大会、思ったより良かったです。資料の字も大きくて良かった。



こんな感想も！



社協会場で参加した方も♪

・うっかりお菓子を食べながら参加。映像に自分たちの姿が映っていないか後で冷や冷やしました。(;'Д`)

・お化粧品もしたり、身支度も整えたのに・・・。カメラ機能が無いパソコンでした！（T.T）



シニアの会

みなさん、「百歳体操」という体操を知っていますか？手や足に重りをつけて準備体操・筋力運動・整理体操などを行います。片手六百グラム両手で千二百グラム、結構な重さです。

立町の「シニアの会」ではこの体操を行っています。みなさんとても手慣れたもので、各自重りをつけ、ゆっくりと呼吸を整えながら、しっかりと体操をしています。

体操のあとは、歌を歌ったりお話をしたりと、月2



回の体操の日を楽しみにしているそうです。

「コロナの影響でなかなか外に出たり、人と会うことができなかったりで、ここに来るのをとても楽しみにしていらっしやいました。」

「コロナだからできない！やらない！」ではなく、出来るだけ外出の機会を増やすためにも、消毒・マスク・換気など対策をとってぜひ続けていきたいです。



体操の後はお茶でのどを潤します



片方600gの重りです

ご寄付ありがとうございました



「長野エナジー株式会社」様より、車いす4台、車載用空気清浄機9台をご寄付いただきました。地域福祉事業にて活用させていただきます。



「須坂五岳ロータリークラブ」様より、車いす3台をご寄付いただきました。デイサービスセンターぬくもり園で活用させていただきます。

モニター 便り②

市民モニターの皆さんから温かなメッセージが届きました。ご紹介します。

「コロナ禍の現在、ひとりぼっちという気持ちになりやすいかと感じます。そんな時、お弁当配布、サンタ訪問、電話等々で体調も把握でき話すことも出来ることは本当に良いと感じます。孤立、寂しい思いをしないよう色々と努力される方々に敬意を感じます」

応援ありがとうございます。社協では、つながりを絶やさないために、地域の皆さんと一緒に活動をしていきたいと思っています。こんな活動があるといいな？ご提案もお待ちしています。

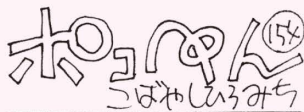
社協情報掲示板

嘱託職員を募集しています

1. 嘱託職員…1年ごとの更新となります。
任用：採用時～令和4年3月31日（更新有）

| 職種 | 業務内容 | 応募資格 |
|--------|---|---------------------------------------|
| 事務相談職員 | ・総合的な相談・成年後見制度の利用手続きの支援、パソコン操作による集計等を行う業務 給与153,700円～ 交通費2,200円～ | ・普通自動車運転免許 ・社会福祉士・社会福祉主事任用資格があれば尚可 |

※申込み、詳細についてはお問合せください。 庶務係 026-214-2997 担当 小林



**子ども服
リユースやっています！**

開催日：4月16日(金)
時間：10時～13時
(完全予約制)
問い合わせ
☎026-214-2994

使わなくなった子ども用品などをお持ちいただき、必要なものをお持ち帰りください！無料でご利用いただけます。お待ちしております！

♣春物に入れ替えました♣

広報紙モニター募集

令和3年度「助け合い起こしすずか」のモニター募集をします。

○活動内容
毎月のアンケートによる回答（郵送、メール可）

○問い合わせ
☎026-214-2994

あたたかなご厚志に
感謝いたします。

- 小山小学校令和2年度児童会様 13,274円
 - 堀内 駿様 文具多数
 - 篠原 京子様 布多数
 - 匿名様 オムツ多数
- …2月15日～3月14日 受付分です…

社協ホームページ&ブログのQRコードです！



※スマホ・携帯電話のQRコードリーダーで読み取ってご覧ください。

**日常生活の悩み・法律に関する
心配ごと相談**

秘密厳守 相談無料

①生活の自立を目指す方のための就労相談等

| 相談会場 | 相談日 | 相談時間 |
|---|---------|-----------------------|
| まいさほ須坂 (ショッピングセンター内) 026-248-9977 | 月曜日～金曜日 | 午前9時～午後5時 (原則・予約制) |

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 |
|----------------------------|-----------------|---------|
| 須坂市生涯学習センター (旧須坂市中央公民館) | 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 026-214-2994 | 4日(日)・18日(日) | 午前9時～12時 |

ご意見ご要望をお寄せ下さい。 ☎ (026-214-2994) ・FAX (026-246-0054) ・
メールアドレス (tasukeai@suzaka-shakyo.jp) ・ホームページURL (http://www.suzaka-shakyo.jp)

令和3年4月1日第25号(毎月1回1日発行)

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4-7-6-1 ☎026(245)1619 FAX(246)0054 印刷 佐藤印刷株式会社