

## ウエルカフェ開催しました!

- P2 ・表紙関連記事  
・「須高地域成年後見支援センター」が開設しました
- P3 ・地域の活動紹介!
- P4 ・須坂支援学校・跳び箱から踏み台へ
- P5 ・旭ヶ丘小学校・ボッチャ体験  
・SDGsを学ぼう!
- P6 ・ゴミ拾いポラ募集!  
・赤い羽根共同募金!
- P7 ・車いすバスケット体験会  
・助け合い推進貢献者表彰者募集  
・教育支援資金

なかなか出かけることや人と話す機会もない昨今ですが、今回ウエルシア薬局様のご協力で、「ウエルカフェ」を開催しました。

当日は19名の方に来訪いただき、感染予防に気を付けながら骨強度・握力測定などの健康管理、また日常のなんでも相談でホッと一息の時間を過ごしていただきました!

2021 **11**

【表紙関連記事】

当日は19名の方に参加  
いただき、日頃集まること  
ができないなかで一時でも  
人と触れ合える時間を過ご  
していただきました。

中には90歳を超えた方に  
もご参加を頂き、今後も少  
しずつでも人が集まること  
のできる場がまた増えてい  
くといいなあと思いました。



骨強度測定



握力測定

からだ測定会 &  
なんでも相談会  
第2回開催決定!!

参加  
無料

とき

令和3年11月11日(木)

13時半から16時

ところ

ウエルシア須坂日滝店内

「ウエルカフェ」

内容

貧血測定・握力測定等  
日頃の心配事・物忘れ相談  
など相談コーナーもありま  
す。ぜひご参加ください。

なお、予約された方を優  
先にご案内させていただきます。  
お早めにご予約下さ  
い。

お問合せ・ご予約は

助け合い起こし推進係

(026)214・2994



## 「須高地域成年後見支援センター」が開設しました

認知症や知的・精神障がいなどで判断能力が  
不十分な方の権利を守り、地域で安心して暮ら  
せるよう、「須高地域成年後見支援センター」  
を10月1日に開設しました。

成年後見制度や日常生活自立支援事業などの  
制度が適切に利用できるよう支援します。



10月1日須坂市社会福祉協議会において開  
所式を行い、三木市長、桜井町長、内山村長か  
ら本会の永井会長・青木事務局長に支援セン  
ターの看板が贈呈されました。

### 成年後見制度

認知症、知的障がい、精神障がい、高次脳機  
能障がいなどの病気や事故により、判断能力が  
不十分な状態にある方は、財産の管理や医療・  
介護・福祉に係る契約の締結、遺産分割などの  
法律行為を行うことが困難であったり、消費者  
被害にあう恐れがあります。

このような方を家庭裁判所の審判により選ば  
れた後見人等が、本人を保護し安心した生活を  
支える制度です。

### 日常生活自立支援事業

認知症や障がいのある方が地域で安心して暮  
らせるよう、福祉サービスの利用手続や日常的  
な金銭管理を社会福祉協議会の専門員と生活支  
援員が支援する事業です。

相談で来所される  
ときは、事前に連絡を  
いただくと有難いで  
す。

### 相談・問い合わせ

須高地域成年後見支援センター（須坂市社会福祉協議会内）

開所時間 午前8時30分～午後5時15分（土日祝日・年末年始を除く）

☎ 026-214-1027

※相談は須高3市町村の高齢者・福祉担当課、地域包括支援センターなどでも相談に応じます

社協支部  
から

## 高齢者の皆さまに贈り物！！

例年開催している「会食会」を新型コロナウイルス感染防止対策のため、やむなく中止。コロナ禍だから何もしないではなく、こんな時世だからこそ、今回のような人と人による繋がりは大切だと感じました。「南部支部」、「亀倉町」の皆様、ありがとうございました！

### 社協仁礼支部

「亀倉町」では、70歳以上の一人暮らしの方、喜寿の方に「贈り物（バームクーヘン）」をお届けしました。お顔とお顔を合わせて、お話できる場が自然とでき、あたたかくも、和やかな時間が流れていました。

熊本出身の宮澤さん（写真右側）。とてもお元気にたくさんのお話をしてくださいました。いつまでも、お元気でいてくださいね（\*\*\*）



### 社協南部支部

民生児童委員さん、区長さん、保健指導員さんたちが、アスザックフーズさんのドライフーズ詰合せと、心のこもったお手紙をお届けしました。

元気の秘訣は、色々なことに興味をもち積極的に活動！

そして皆さんお話ししている時の笑顔がとても素敵でした☆



降旗さん  
（屋部町）

高橋さん  
（保健指導員）



北原町

## 高梨町！防災学習会&避難訓練を実施！！

役員の皆さんが防災学習と避難訓練を行いました。社協職員が講師となって行った防災学習。お互いに意見を交換し、新たな発見もあったかと思えます。

避難訓練では、訓練放送後、全員屋外に避難しました。

いつ起こるかわからない災害に対して、地域で備えておくことは大切です。これからは毎年、訓練を重ねていきましょう。



発災を想定し、ただちに避難！

投光器&発電機



## やさしいヨガで気分すっきり！～心・体・呼吸はつながっている～

NPO法人精神保健福祉会すだかの風では、毎年、家族会（ときわ会）と共催で障がいのある方や地域の皆さんとの交流会を開いています。

今回は、インストラクターの跡部奈美さんからヨガを教わりました。ストレスが溜まりがちなこの時世。ストレスを忘れようとするほど心に残ります。忘れようとせず、ストレスを感じる心が心と体の健康につながるそうです。

ゆったりとした音楽が流れる中でのヨガは気持ちよく、ウトウトとしてしまいました。



# 須坂支援学校

リメイク&SDGs実践!

## 跳び箱から踏み台へ

須坂支援学校中学部には10名の生徒がいます。木工班では廃棄処分になった跳び箱を回収し、踏み台を作成、販売しています。

工具や機械を使い、板に穴を開けたりやすりをかけたり。そして塗装する生徒たちの姿は職人そのものです!!丁寧な手仕事によって完成した、生徒たちの作品を見に来てください!



ボール盤で板材に穴を開けます



跳び箱に板材をビスで固定します



ローラーや筆を使ってペイントします

一台500円から販売しています!

跳び箱の裏には「昭38.国負 須坂小」と筆書きされており、当時これらの跳び箱を使った小学生の「8段飛ばー!」等と喜ぶ声が聞こえてきそうです。70歳近くなられた先輩方が、踏み台に生まれ変わったこの跳び箱に再開し、子どもの頃を懐かしんでいただけかもしれません。

生徒たちが踏み台作りを通して社会貢献でき、自分たちの生きる力につながっていくことを一番に願っています。多くの皆さんが、この製品に興味を持っていただけたら幸いです。



井上先生



踏み台の材料は、明治初期に作られた米箆などにも活用しています。



踏み台にプランターや鉢花をおいても素敵です!

### お問い合わせ

須坂支援学校  
須坂市大字須坂780  
026-245-0082

# 旭ヶ丘小学校

## パラリンピックスポーツ体験

### ボッチャ

「もうちょっと左じゃない？」など友だちと  
言い合いながらや  
ることができた！

旭ヶ丘小学校ボランティアクラブの児童11名は、  
パラリンピック正式種目である「ボッチャ」を体験  
しました！

ボッチャは、どれだけボールを的に近づけること  
ができるかを競うシンプルなルールですが、  
戦略とそれを実行するための技術力、集中力  
が必要です。

自分のコート近く  
にジャックボール  
を置いて勝つたの  
で嬉しかった



開催 楽しく！

# SDGs

ワークショップ 入場無料

## を学ぼう!!

遊びながら ゲームで

参加者 小学5年～大人まで!!

## 「第1回SDGsすごろく作り」 開催しました!!

9月23日（木・祝）小学校5年～大人約30人

1グループ3人で、すごろくを作ります。  
テーマ「好きな食べ物」を各グループで決め、  
その食べ物を通してSDGsの目標についてどうし  
たらいいかを話し合い、すごろくのマス目に書き  
込んでいきます。

「地元の食材を使う」「残さず食べる」などプ  
ラスの行動でマスを進めたり、「まずいから捨て  
た」「食材を使い切らずに捨てた」などマイナ  
スの行動でマスを戻したり、真面目な枠、笑える枠、  
コロナと結び付けた枠、世界に向けた枠…いろ  
んな発想で、悩んだり、考えたり、質問したり、皆  
で協力しながら時間が過ぎていきました！

出来上がったすごろくを隣のグループと交換し  
て、実際に遊びました！

すごろくを作ることで、SDGs目標の意味につ  
いてより深く考え答えを出すことができ、他のグ  
ループのすごろくで遊んでも「なるほど～」「そ  
うか!」「へー」と、とても盛り上がりました。



小さなことでも自分で  
できる事を探して行動  
して行きたいです。

身近なことが世界の問  
題につながる  
が実感し  
ました。

次回は、10月30日（土）に第2回「SDGsバトル」、12月4日（土）に第3回「生徒会DE SDGs」  
単独でもグループでも参加できます!! ■申込・問合せは、須崎市社協 ☎026-214-2994へ

ゴミ拾いから  
はじまる  
自分に  
できること

私たちの住む町をもっとキレイにするために…

# 「ゴミ拾いボランティア」

～コロナ禍の今、“できるボランティア” しませんか～

日 時：令和3年11月14日（日） 10：00～12：00  
（受付 9：30～）

内 容：百々川緑地周辺のゴミ拾い活動

集合場所：百々川河川敷P5駐車場隣（駐車場：P5駐車場 ※須坂看護専門学校南側）

参加者：どなたでもご参加いただけます。

持ち物：軍手/飲み物/トング（必要な方） ※ゴミ袋はご用意いたします。

その他：・動きやすい服装、マスク着用でご参加ください。

・雨天中止（中止の場合は、当日の朝にご連絡いたします）

申込方法：11月5日（金）までに電話（026-214-2994）または、

申込フォーム（QRコード）からお申込みください。

社協ホームページからもお申込みいただけます。



〈主催〉須坂市社会福祉協議会・須坂市ボランティア連絡協議会

参加者全員に  
須坂市動物園  
入園券プレゼント

## 赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございます！！

10月1日から12月31日は  
「赤い羽根共同募金運動」期間です！

初日は、朝7時より須坂駅にて街頭募金を実施しました。今年度も新型コロナウイルスの影響により、規模を縮小しての実施となりましたが、朝の忙しい時間にも関わらず、ご協力してくださった皆様、本当にありがとうございました！

お子さまから大人の方まで、老若男女問わず多くの方が募金してくださる様子を見て、朝から「ほっこり」とあたたかい気持ちになりました(\*^^\*)

「困ったときはお互いさま」の気持ちからはじまった赤い羽根共同募金。コロナ禍である今こそ！須坂市一丸となって盛り上げていきたいです！地域の皆様の、あたたかなご協力、どうかよろしくお願いいたします。



11月1日より社協窓口にて、  
募金協力グッズのプレゼント！

須坂市共同募金委員会（須坂市社協）から

※300円以上の募金協力のお礼としてコラボクリアファイル

（劇場版 呪術廻戦0）をプレゼントします！

なくなり次第、終了となります。社協窓口までお越しください！  
そして、この機会に赤い羽根共同募金に対し、若い世代の方をはじめ、多くの方が関心を持っていただけたら幸いです！  
〇お問い合わせ先 ☎026-214-2994まで



©2021「劇場版 呪術廻戦0」製作委員会 ©芥見下々/集英社

赤い羽根共同募金  
www.akuhane.or.jp

## 参加者募集

# 車いすバスケット 体験会

車いすバスケット用の車いすを使って、  
みんなで車いすバスケットの体験をしてみ  
ましょう！最後に試合も体験します！



**と き** 令和3年11月28日(日)  
受付13:00 体験会13:30~16:00

**と ころ** サンアップル体育館〔長野市下駒沢586〕

**講 師** 金児知哉さん  
K9長野車いすバスケットボール倶楽部代表

**対象者** 須坂市内の小学4~6年生、24名

**お申込** 右のQRコード、または、  
お電話(026-214-2994平日8:30~17:15)  
で11月19日(金)までにお申込ください

※送迎車乗車か現地集合をお選びください。  
■行き 市役所発12:30 ■帰り 市役所着17:00



## 募 集

### 助け合い推進貢献者表彰者

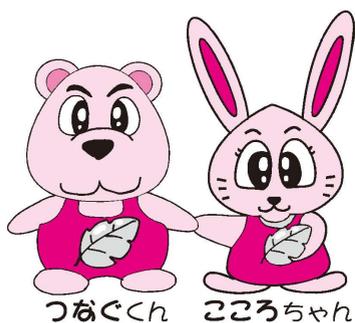
本会では、「助けられたり、助けたり」地域でのお互いさまの助け合いの活動を推進しています。そこで、お互いさまの助け合い活動を継続して行っている個人や団体を募集し、地域の皆さまから候補者のご推薦をお願いいたします。なお、表彰者は、助け合い推進大会において表彰させていただきます。(令和4年2月19日開催予定)

① 助け合い推進貢献者表彰  
(個人・団体)

地域のふれあいサロンの立ち上げに貢献する他、人と人とのつながりをつくるなど地域の助け合い活動を行っている個人・団体の方

② 模範介護者表彰(個人)

在宅で、寝たきり高齢者認知症高齢者及び重度心身障がい児者の介護に5年以上従事し、その介護が献身的かつ他の模範となる個人の方



つなぐくん こころちゃん



令和2年度助け合い推進大会 表彰式の様子

【締め切り】12月10日(金)  
【お問合せ先】  
助け合い起こし推進係  
(026)214・2994

## おしらせ

長野県社会福祉協議会では、世帯の生活を経済的に支えるとともに、その在宅福祉及び社会参加の促進を図ることを目的とした、「生活福祉資金貸付制度」を市町村社協が窓口となって実施しています。

進学に際し必要な授業料・入学金等経費を対象とした【教育支援資金】があります。

貸付決定(※長野県社会福祉協議会)までには時間を要しますので、借入を希望される方は早めに まいさぼ須坂 ☎026-248-9977(須坂ショッピングセンター内)までお問い合わせ又は相談予約をお願いします。



# 社協情報掲示板

## 介護嘱託職員・非常勤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
介護職員	・地域密着型特別養護老人ホームにおいて介護業務を行う 週5日 勤務シフトによる夜勤有 給与163,400円～ 業務手当有 夜勤手当(5,000円/1回) 交通費2,200円～	・初任者研修以上があれば尚可 ・普通自動車運転免許

2. 非常勤職員…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
介護職員	・デイサービスセンターことぶき（認知症対応型）において介護業務を行う 週3～5日（8：00～18：00の間の7時間程度） 勤務シフトによる 時給930円～	・初任者研修以上があれば尚可 ・普通自動車運転免許

※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

### 子供服のリユース

開催日：11月12日（金）  
12月1日（水）  
時間：10：00～13：45  
<完全予約制>  
電話：026-214-2994  
参加：無料



### + 献 血 情 報 +

日時	11月22日(月) 15時20分～16時30分
場所	JANAがの 須高営農センター

● あたたかなご厚志に ●  
● 感謝いたします。 ●

- 匿名様 高齢者疑似体験用具
  - 山上 正建様 梨多数
  - 須崎市連合婦人会様 ティッシュ多数
  - 匿名様 じゃがいも多数
- …9月15日～10月14日 受付分です…

### 日常生活の悩み・法律に関する 心配ごと相談

#### 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
須崎市生涯学習センター (旧須坂市中央公民館)	11日(木) 25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
須崎市社会福祉協議会 026-214-1026	7日(日)・21日(日)	午前9時～12時

社協ホームページ&ブログの  
QRコードです！



ホームページ



ブログ専用

※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。

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)