



**災害の時には
どんな備えが必要か考えよう!**

- P2 ・ 赤十字奉仕団研修会 『一日赤十字』
・ 本上町クロスロード
・ ふれあい広場告知
- P3 ・ ふれあいサロン代表者会
・ ふれあいサロン紹介
- P4 ・ キャリア教育
- P5 ・ 福祉体験報告
- P6 ・ 須坂支援学校にヤギがやってきた
・ ボラ連団体紹介
- P7 ・ 小中学生ボランティア体験教室
・ 移送サービス運転手募集
・ 清水重徳おすすめレシピ

7月18日(土) 市民体育館で赤十字奉仕団研修会「一日赤十字」を開催しました。

「一日赤十字」ではハイゼックスを使用した炊き出し訓練や、災害時の対応に関するグループワークを行いました。

災害が起きたら、助ける側にも助けられる側にもなる場合があります。自分や家族を守るため、研修を積んでいきましょう!

2023 8

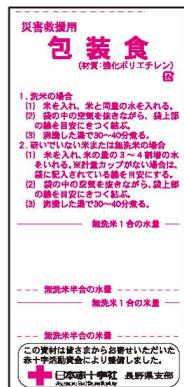


赤十字奉仕団研修会『一日赤十字』開催しました！

日赤須坂市地区では、7月15日に市民体育館で「一日赤十字」を開催しました。「一日赤十字」では市内の赤十字奉仕団が、防災のために自ら出来ることを考え、災害時の対応を学びます。今回はハイゼックスを使った炊き出し訓練や、「ふだんのまち」の様子を描かれたイラストマップを見て、どんな災害が起こるか話し合いました。その後、どんな備えが必要か、自分や奉仕団は何ができるかを考えました。



どの場所が危険かな？



ハイゼックスとは…
→「強化ポリエチレン」でできた袋。耐熱性に優れています。

日赤須坂市地区では、炊き出し訓練のほかにも救急法や健康生活支援講習など、各種講座を用意しています。防災訓練のほかにも、イベントや子ども会などでも活用出来ます。どうぞお気軽にお声かけください。

問合せ：日赤須坂市地区（須坂市社協 助け合い起こし推進係内）026-214-2994



ふれあい広場

10/14(土)メセナホールで
開催します！

募集中

- 協賛企業としてご協力いただける企業の皆様
- ふれあい広場の企画運営にご参加いただける方

ご協力いただける方を募集しています。

～問合せ先～
社協 (Tel.026-214-2994) まで
お問合わせください。

災害対応ゲーム「クロスロード」で学ぶ リスク・コミュニケーション in 本上町

「クロスロードゲーム」とは「あなたは～です」という立場で、自分なりの理由を考えてYes・Noを答えていくゲームです。

例えば「あなたは被災者です」

地震で自宅は半壊状態、家族そろって避難所へ。ただ日頃の備えが幸いして、非常持ち出し袋には水も食料も3日分はある。一方避難所には水も食料も持たない家族多数。

その前で非常持ち出し袋をあける？

あけるならYes、あけないならNo。
さあ、みなさんならどうしますか？

「私なら出さない。持ってない人がかわいそうだし…」
「私なら出してみんなで分ける。非常時には仕方ないもんね」
色々な意見が飛び交います。どの意見もけって間違いではありません。

本上町の皆さんは普段からとても仲良しなので、ご近所の助け合いがごく普通に行われています。

でも非常時にあわてないためにも、もう一度災害時について考えておくことが大切です。



ふれあいサロン代表者会😊

2023年度ふれあいサロン代表者会を開催しました。

コロナ感染症も第5類となり、少しずつ世の中の考え方も変わってきました。いままで休止していたふれあいサロンもどんどん再開されています。

今年はキャラバンメイトの坂本圭介氏をお招きし、「すぐに使える脳トレ・筋トレ、ちょっと認知症のお話」を行いました。当日は70人ほどのふれあいサロンの関係者の方々にお集まりいただき、「認知症」と「年相応によるもの忘れ」の違いや、認知症かなーと思う「気づきのポイント」など詳しく知ることができました。「何かへんだなー」と思ったらとにかく早くに受診・診断してもらうことが大事だそうです。

そして認知症の予防には脳のメカニズムを知って、脳を活性化させることが必要で、読み書き計算・コミュニケーションをとる・手指を使い何かをつくるなど、自分にあったやり方をコツコツ続けることが良い予防法だそうです。



最後に脳トレをして頭がポカポカ！
とても活性化した気持ちになりました



認知症のお話
みんな自分のことのようにじっくり聞いています

ふれあいサロンご紹介😊

須坂ハイランド町おしゃべりサロン&保健指導員さんの健康チェック

須坂ハイランド町の集会所でおしゃべりサロンが開催されました。

今回は保健指導員さんの健康チェックとコラボ！！

骨密度測定や体組成測定、血圧測定など自分の身体のチェックを行いました。みんな自分の事よりお仲間の事が気になり「あーだこーだ」と結果を眺めています。



おしゃべりサロンという名の通り、みなさんおしゃべりがとても大好き。「ここはエレベーターを降りればすぐに目の前。雨が降ろうが槍が降ろうが関係ない。時間も気にせず好きな時にやってきて、好きな時に帰って行くの。とっても楽しい！」と入れたてのコーヒーを飲みながら話していました。

今回の健康チェックの結果を（良かったことも、悪かったことも）また秋に再確認する予定だそうです。

おしゃべりサロンは毎月第2水曜日に行っています。

にこにこ(^)/サロンのご案内

8月29日(火) 13:30～ 社協2階 / 参加費100円
今回はお楽しみ会です。何があるかお楽しみ！お待ちしております。



「キャリア教育」職場体験 ～市内4中学校～

いまだ各事業所での職場体験が難しい中、キャリア教育の一環として市内4中学校で福祉についての学びと実践をしました。

市内の多数の事業所が参加。須坂市社会福祉協議会では、「ふくしの仕事ってどんな仕事？社協ってどんな仕事をしているの？」と題して、現場で働く人の話と、車いすの操作や介助の仕方、そしてパラリンピック競技でもある車いすバスケットも体験しました！

常盤中学校 5月30・31日



体験でペアと協力しながら車いすに乗るのが楽しかったです！

墨坂中学校 7月5日



福祉は介護だけだと思ってたけど、いろいろな人を繋げる仕事だとわかった。

相森中学校 7月6日



車いすバスケット体験！



押す側は、押される側の気持ちになって押すこと、コミュニケーションが大切なのだとわかった！

「JINRIKI」使ってみました！
砂利道も楽々！

東中学校 7月11日



学校で 福祉施設で 福祉体験 しました !!

社協では、学校や地域へ出向き福祉体験を行っています。
体験をご希望される方は社協(Tel.026-214-2994)までご相談ください。



須坂高校 6月26日

～車いす体験～

『りんどう祭に来ていただき車いすのお客を手助けしたい』との思いから、講習を受けました！



講師は、外出支援ボランティアグループ「あしの会」の皆さん。元気な高校生との交流時間とっても楽しそうでした(^^)!

墨坂中学校 6月22日

～車いす体験～

車いすで大事なものは「コミュニケーション」！自信がなかったみんなも最後にはバッチリ！



今日の経験を頭の片隅に。きっと将来、役に立つはず！墨中、ありがとう！がんばれ!!!

さくらの杜 育豊 6月27日

～高齢者疑似体験～

入所者さんの高齢化に伴い、職員の皆さんが「高齢になるってどういうこと？」を体感されました！



⇐ 慎重にお茶を注いでいます！

「こんなに見えづらいの」

字を読んでいます！ ⇨

「あちゃ～字が見えない」



東中学校 6月23日

～アイマスク・車いす体験～

3年生の皆さんが「目が不自由ってどういうこと？」「車いすに乗るとどんな感じ？」を体感しました！



⇐ 昇降口の段差を上げています。コツをつかめばスムーズに上がれるようになります。

お札は、指で触って識別できるように ⇨ ざらつきを持たせたマークがついています！





すざかしどうぶつえん
とのコラボレーション

須坂支援学校に トカラヤギの「めえめえ」がやって来た!!

春の遠足で訪れたすざかし動物園で、産まれたばかりの子ヤギを前に「可愛い」と優しい眼差しを向けた児童たち。きっかけは、その姿を見た飼育員さんからの「学校でも飼えるよ」という言葉でした。



- 緑に囲まれた「みんなのひろば」で
- すぐに小屋作りがスタート!
- 電動ドライバーでビスを打ったり、
- ニスを塗ったり…、子ヤギとの学校
- 生活を心待ちにしながらの作業は、
- 急ピッチで進み、1週間後に完成☆



WELCOME

6月7日
『子ヤギのめえめえ歓迎
セレモニー』開催

みんなで考えた名前は「めえめえ」。

- 「めえめえに会いたいから」と楽し
- みに登校する児童も増え、土日には
- 地域の方たちも会いに来てくれたり、
- 獣医さんや飼育員さんも時々見に
- 来てくれるなど色々な人に支えられ、
- すくすく成長中(^^)!

動物はすごい力!

掃除の方法や順番など、
児童同士で考え実践中!
日々の生活での学びを生
かし、思いやりの心で育
てています。



須坂市ボラ連加盟団体『活動紹介』

須坂市ボラ連は、ボランティア団体・個人・当事者・福祉施設・学校等で組織され、現在65団体が加盟しています。

キラキラぱ〜く

※団体紹介

発足は2001年。保育士仲間や元旭ヶ丘小PTA役員などに声を掛け、広域のメンバーで立ち上げたグループです。絵本、紙芝居、パネルシアターなどの手法に、わらべ歌や手遊びなどを交えたおはなしの会を通して、良書との出会い、家庭での読み聞かせ、子どもの一人読みへとつなげる活動をしています。

活動先は、学校や保育所、子育て支援センター、福祉施設、市内イベントなど。楽器の効果音も交えながら、五感で本に親しむスタイルで、全世代が楽しめる活動を行っています。



「キラキラぱ〜くの皆さん」

活動紹介

- 須坂図書館おはなしの会
毎週土曜日 10:30~
- bota絵本読み聞かせ会
第2・4月曜日10:30~
- 市内外のイベント出演など

遊びに
きてね!

~お問合せ先~

須坂図書館 電話：026-245-0784



「さくらの杜 育豊の皆さん」と
一緒に歌って楽しみました(^^)♪

1 ★サマーキャンプ
8月26日(土)~27日(日)

2 ★薬剤師さん体験!
9月18日(月)祝
いろんな薬を
作ってみよう!!

3 ★心れおい広場 出店
10月14日(土)

4 空き家リノベーション!
★思いっきりペンキ塗り
11月11日(土)

5 ★国際交流
12月2日(土)

6 ★SDGsゲーム
ワークショップ
12月16日(土)

やってみよう須坂わくわく探検!発見!楽しく遊ぼう!冒険しよう!

小中学生参加メンバー募集!
2023年全6回イベント開催!

**ホラーテイア
体験教室**

詳しくはこちらから!! →
対象: 小学5年~中学生
高校生スタッフも募集中

申込サイトQR

主催: 須坂市社会福祉協議会 / 須坂市教育委員会 後援: 須坂市ボランティア連絡協議会

やってみよう!! わくわくな冒険、一緒に楽しもう!!

小中学生ボランティア体験教室、始まります!!

参加メンバー募集

- 対象者 須坂市内の小学5年生~中学生 ★高校生スタッフも募集中!!
 - お申込み 須坂市社協へお電話、申込サイトから (QRコード) →
 - 参加費 無料 (講座により諸費用がかかります)
 - その他 教室全6回のお申込み (都合のつかないイベントはご相談)
 - 問合せ 須坂市社会福祉協議会 須坂市春木町476-1
- Tel 026-214-2994 <平日8:30~17:15> fax 026-246-0054

清水重徳の
おすすめレシピ

5種のただき薬味

<材料>
長ネギ 1/2本
貝割菜 1パック
大葉 10枚
生姜 10g
名荷 3個

<利用法>
材料をみじん切りにして
混ぜ合わせる
①冷奴 (湯豆腐)
上に乗せて醤油をかける
②冷し素麺・うどん
つけ汁に加える
(温かい麺でもOK)
③すまし汁・味噌汁
風味付けに振りかけて
④焼肉のタレに加えて
あっさり風味に

【ワンポイント】
できるだけ細かく
刻んだ方が美味!

**移送サービス
運転手募集中!**

■業務内容
車イス用の自動車を運転していただき、ご自宅から福祉施設・病院等の送迎をしていただきます。

■勤務時間 週1~2
月2日~8日

■時給 950円

■応募資格
普通自動車免許(定年年齢75歳)

移送サービスとは?
詳しくはこちらからご覧ください

空いている時間に
ご協力お願いします

詳細はご相談ください
助け合い起こし推進係 026-214-2994

社協情報掲示板

嘱託・非常勤職員を募集しています

※任用1年以内採用日から令和6年3月31日(更新有)

職種	業務内容・給与等	応募資格
看護職員 【嘱託職員】 【非常勤職員】	○通所介護事業・地域密着型特別養護老人ホームにおいて看護・介護を行う業務 週5日勤務シフトによる 嘱託職員給与189,200円～ 業務手当10,000円 交通費2,200円～ 非常勤職員時給1,200円～ ※勤務時間は応相談	・看護師・准看護師免許 ・普通自動車運転免許
介護支援専門員 【嘱託職員】 【非常勤職員】	○在宅介護事業所において、相談援助業務を行う 週5日勤務シフトによる 嘱託職員給与179,100円～ 業務手当8,000円 交通費2,200円～ 非常勤職員時給1,150円～ ※勤務時間は応相談	・介護支援専門員 ・普通自動車運転免許
障がい福祉サービス事業所職員 【嘱託職員】 【非常勤職員】	○障がい福祉サービス事業所において、障がい者の就労支援を行う業務・パソコン操作による事務全般 嘱託職員給与157,900円～ 交通費2,200円～ 非常勤職員時給940円～ (日中勤務) ※勤務時間は応相談	・社会福祉士・精神保健福祉士あれば尚可 ・普通自動車運転免許
デイサービス運転手 【非常勤職員】	○自宅からデイサービスセンターへの送迎を行う業務3時間程度(午前8:30～10:00 午後15:30～17:00) シフト表による月18日程度 時給950円～	・普通自動車運転免許

●介護非常勤職員(パート)は随時募集をしております。
※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



献血情報

日にち 10月31日(火)
場所 須坂市旭ヶ丘町公会堂
受付時間 13:00～14:00

事前予約は、
献血のアプリ
からできます。



子ども服リユース

日にち: 8月10日(木)・23日(水)
9月14日(木)
場所: 社協2階
時間: 10時～11時～
12時～13時～
各回45分間 事前予約制
電話: 026-214-2994
各種夏物そろっています。
※9月末は季節服切り替えのためお休み

秘密
厳守

日常生活の悩み・法律に関する 心配ごと相談

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)	10日(木) 24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 まいさほ須坂 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 026-214-1026	6日(日)・20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 10,000円
○匿名様 未使用切手多数
○久米 孝伊様
タオル60枚・清拭布多数
…6月15日～7月14日 受付分です…

お詫びと訂正

*7月号寄付者氏名に誤りがありました。
お詫びして訂正させていただきます。
(誤) 羽生田 光雄様
(正) 羽生田 光男様

社協ホームページから
もご覧いただけます。



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)