令和５年12月１日（第457号）

社会福祉法人 須坂市社会福祉協議会

助け合い起こし すざか

（版画、題字
角田　正雄書
春木町）

子ども達と共に地域づくり！

P2 ・松川河川敷に芝生広場完成
・高甫ふれあい食事会
P3 ・いきいき外出 秋特集♪
P4 ・子ども服リユース
・ワイン婚
P5 ・小中ボラ思いっきりペンキ塗り
・生徒会DE SDGs参加者募集
P6 ・ふれあいサロン
・赤い羽根えびす講街頭募金
・すざかこども食堂
P7 ・ボランティアセンター活動紹介
P8 ・みんなの家にサンタがやってくる！
・社協情報掲示板

10月27日（金）
旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクトの皆さんと
旭ヶ丘小学校５、６年生が
松川河川敷に芝の張付けを行いました。
今回は、500㎡の広さに芝3000枚が植えられ、
昨年植えた500㎡と合わせると1000㎡の
芝生広場が完成しました。

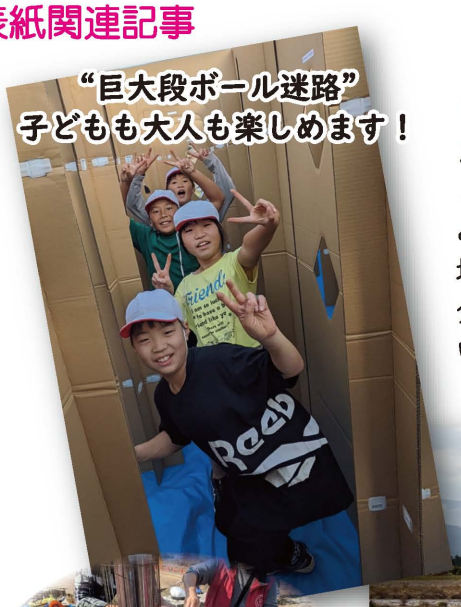
（次ページに関連記事あります）

2023 12

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。

表紙関連記事



旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクトは、松川河川整備事業をはじめて14年目、「元気づくり支援金事業」を活用して３年目を迎えます。今回は、芝の張付け活動に加え、地元インストラクターご指導の下“ウォーキング教室”や“巨大段ボール迷路”も楽しみました。活動の最後には、みんなで協力し合い完成した芝生広場を眺めながら、とん汁をいただきました。子ども達は「早く自分達で作った芝生の上でサッカーがしたい！」と話してくれました。

赤い羽根共同募金の助成金で購入した
薪炊き温水器でとん汁を作りました。

高甫保育園児とのふれあい♡
おじいちゃんおばあちゃん、とっても嬉しそう(*^^*)

久しぶりの再会に歓喜!!!
笑顔がこぼれちゃいますね！

いつもありがとう

社協高甫支部
高甫ふれあい食事会開催！

ながの男の脳喝クラブ参上！
会場中を笑いの渦に盛り上げてくれました！

須坂市役所 管理栄養士の小山先生より
しっかり食べてフレイル予防のお話

高齢者食事会…この呼び方に違和感を感じた高甫支部スタッフの皆さんは、相談し合い、「高齢者食事会」改め「高甫ふれあい食事会」に変更。すごくいい感じ！スタートから、アツいぞ高甫支部！文章では表し切れないほど、内容が濃く、閉会が名残惜しくなるような、笑顔いっぱいのふれあい食事会でした。本当にありがとうございました！

いきいき外出 秋 特集

飯綱方面♪

いきいき外出とは・・・
普段なかなか外出機会のない高齢者、障がい者、ひとり暮らしの方等を対象に、参加者さんとボランティアさんでお出かけする事業です。
来年度も実施します!!

飯綱方面へ、3回にわたり総勢99名で行ってきました。毎回、お天気に恵まれ、あたたかな秋晴れの中、楽しいおでかけになりました!

参加者さんとボランティアさんの様子を見たり、会話を聞いてると思わずニコッとしちゃう場面がたくさんあります♡とても和やかで、あたたかい雰囲気がたまらないんです。

紅葉狩り♪

紅葉狩りに長野市へ3回にわたり、総勢91名で行ってきました。紅葉もなんとか間に合い、たくさんのもみじが皆さんをお出迎え!

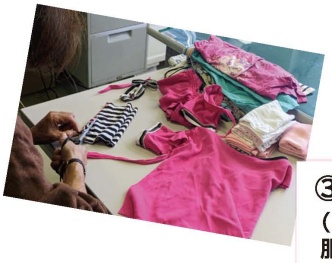
今年度のいきいき外出はこれで終了となります。来年度も、たくさんの参加者さん、ボランティアの皆さんの笑顔に出会えますように…

子ども服リユース サポーター募集

子育て中ママ、子どもが好きな方、子育て経験のある方、
応援してくださる方を募集しています☆彡

①お持ち込み混合衣類の季節・サイズ分けスタッフ

②ハンガーにかけ次回
開催の準備スタッフ



③チョキチョキstaff
（カットして各施設での清拭用として
服を活かしきる取り組みを進めています）

@TASUKEAI_SUZAKA

FOLLW ME

一次回開催

Xmas イベント企画予定♪

12/6（水） **12/22（金）**

お問合せ・予約　TEL 026- 214-2994

環境にも、お財布にもやさしく

リユースのある、暮らし
はじめませんか？

写真）10月20日リユース開催ハロウィン企画にて

すざかde恋活 するしない!? Vol.1

「ワインぶどうの収穫・仕込み体験」開催しました！

見事な快晴の中、みんなでワインぶどうを収穫し、湯っ蔵んどで美味しいランチタイム。午後からは房からぶどうの粒をとる除梗や、ぶどう入りのバケツをタンクまでリレー形式で運ぶなど、笑顔の交流が深まりました。そして！おいしいジェラートとコーヒータイム後に、最終マッチング。

今回はなんと、５組のカップルが誕生しました！

異性問わず仲良くなれた

体験をしながらだと
会話がはずんで楽し
くできました

初対面の方、いろ
いろな業種の方と
会話ができました

来年３月の恋活イベント開催を計画中です(^^)
詳細は社協ホームページ、または社協Instagramにて告知します！ぜひフォローお願いします!!

思いっきりペンキ塗り！

挑戦しました！

小中学生ボランティア体験教室

11月11日　15名（小学５年～中学生10名と高校生２名・ボランティアＯＢスタッフ３名）が参加し「子どもの居場所づくり」として居心地のいい部屋をつくるため、ペンキ塗りに挑戦しました！！

「自由に思った絵を描けた！」

「みんな色々なイメージを持って描くのでバラバラになるけど最後はひとつにまとまった！」

「みんなでわいわい話が出来る所、落ち着いて楽しくいられる場所になるといいな」

『生徒会 DE SDGs』　１０の各委員会にそれぞれが所属し、生徒会の一年間を、ＳＤＧｓと学校の目標を重ねながら、春夏秋冬のイベントを実現させていく（学力・環境・人権・健康）

企画、運営のヒントが！日常に役立ちます！！

『SDGsをゲームで学ぼう！』ワークショップ!!

生徒会 DE SDGs

の手もかります！

楽しく♪

入場無料

12.16(土)13:00～15:30（受付12:30～）

場所／日滝地域公民館　参加者／小学5年生～大人まで!!

お申込みはこちらから　又はお電話で

問い合わせ・申込先

社会福祉法人須坂市社会福祉協議会
〒382-0074 須坂市春木町 476-1
☎026-214-2994

講師　諏訪 SDGs教育ゲーム開発チーム　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　協力　長野 SDGs プロジェクト実行委員会

定員　25～30 名

ふれあいサロンご紹介☺

塩野町ふれあいサロン

塩野町の公会堂で、須坂市地域包括支援センターの方を講師に招き、座ってできる体操を行いました。

あちらこちらで「まだやるの～」「もう無理～」など声があがる中、カチカチにかたまった体をうまくストレッチ運動でほぐしていました。簡単にできる運動もあるのでぜひ皆さんに続けてほしいなーと思いました。

運動の後は楽しいおしゃべりの時間。みなさんが持ち寄った漬物やケーキなどでお話もはずみ、うっかり写真を撮るのを忘れるほどでした。

次回のサロンは１月第４水曜日予定です。
塩野町のみなさん、ぜひお待ちしています♪

おりがみの会

毎月第１と第３の月曜日、10時から社協のボランティアセンターで開催しています。大きな作品だと三角を４～500枚作り、それを組み立てて仕上げます。根気のいる作業ですが、できあがった時の気分はサイコー！ぜひ一緒に作品作りしませんか？

えびす講にて赤い羽根街頭募金！

大勢の皆さん、ご協力ありがとうございました！！！

11月３日開催の「2023須坂えびす講」会場にて赤い羽根街頭募金を実施。とっても気持ちのいい秋晴れの中、ほっこりする場面がたくさんありました(*^^*)

皆さまのあたたかな気持ちで集まる赤い羽根共同募金(10/1～12/31)。自分たちの町、地域をより良くするために有効活用していきます。ご理解とご協力よろしくお願いいたします。

清水重徳の
おすすめレシピ

さつま芋のバター醤油煮

<つくり方>

1．さつま芋１個（300～350ｇ）を長さ５㎝程度に切り分け、それぞれ縦に６か８等分に切る
2．水にさらした後、鍋に入れ、水100～150ccと砂糖大さじ２を入れる
3．煮立ったら、中火に落とし、ほぼ水分がなくなるまで煮る
4．一旦火を止めて、醤油小さじ１とバター15ｇを入れて弱火で汁が煮詰まるまで煮る
5．熱いうちに黒胡麻大さじ１を振り、やさしく全体に和える

参加費無料
どなたでも参加できます

ボランティアセンター 活動紹介

『福祉のまちづくり拠点』としてさまざまな団体が活動しています
みなさん、一緒に参加してみませんか？

＼サロン紹介／
おりがみの会

内容 季節を感じる作品作りなど、出来上がった時の気分は最高！

次回 12月4日（月）18日（月）
時間 9時～12時
ひとこと お家の玄関や居間に飾りましょう！

＼サロン紹介／
対面朗読サロン

内容 朗読ボランティア「あかりの会」さんが小説や新聞など朗読

次回 12月6日（水）20日（水）
時間 9時～12時
ひとこと 和やかな雰囲気も魅力☆彡

＼サロン紹介／
マット編みの会

内容 靴下の輪っこで手編みのマット作りをしています♪

次回 12月11日（月）
時間 13時～16時
ひとこと 色々使えるSDGsなマットです

＼サロン紹介／
楽しいリメイクSUN

内容 高齢者・障がい者のための衣類の補修・リメイクなど

次回 12月13日（水）
時間 9時～12時
ひとこと リメイクして快適に暮らしませんか

＼サロン紹介／
将棋倶楽部

内容 毎月第4月曜 開催
穏やかな雰囲気の中真剣勝負しています

次回 12月25日（月）
時間 10時～12時
ひとこと 将棋好きな方お待ちしてます

ご希望の方は社協まで　026-214-2994

社協2階 サロン開催中!!

にこにこ(^^)/サロン

～カモミールさんのオカリナ演奏♪～

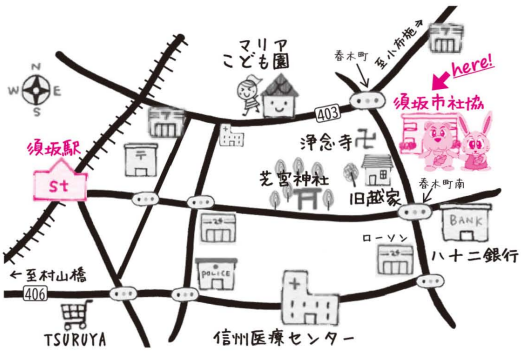
12月19日（火）
13時30分～
参加費100円

健康リズム体操

～寒さに負けず身体を動かしましょう～

12月14日（木）
9時30分～10時30分
藤澤桂子先生
参加費500円

ボランティアセンターは社協のお隣です



令和5年12月1日第457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476－1　☎026(245)1619　FAX(246)0054　印刷　佐藤印刷株式会社

社協情報掲示板

ポコやん

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
老人福祉センター施設管理業務職員 【嘱託職員】 【非常勤職員】	○老人福祉センター「永楽荘」利用者の介助、浴室清掃、施設の環境整備等を行う業務 嘱託職員給与157,900円～　交通費2,200円～ 非常勤職員時給948円～　※勤務時間は応相談	・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

みんなの家にサンタがやってくる！

母子・父子世帯のお子さんのもとへ、サンタクロースに扮したボランティアさんがクリスマスプレゼントを届けに行きます。
夢のようなサプライズ！楽しい思い出作りに参加してみませんか。

【実施日時】12月24日（日）夕方
【参加費】　無　料（プレゼントはご家庭でご用意ください）
【申込み】　左のQRコードまたは、お電話（TEL026－214－2994）でお申込みください。社協ホームページからもお申込みいただけます。　期限：12月15日（金）

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
まいさぽ須坂 （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）	14日(木) 28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　まいさぽ須坂　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	3日(日)・17日(日)	午前９時～12時

あたたかなご厚志に感謝いたします。

○第11ブロック文化祭実行委員会様　122,000円
○匿名様　10,000円
○匿名様　5,000円
○小柳　邦義様　りんご多数
…10月15日～11月14日　受付分です…

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）