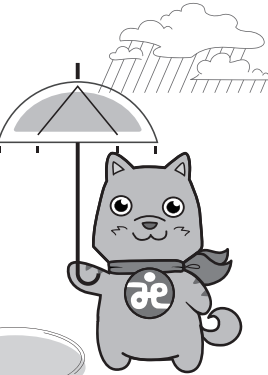


南アルプス市社協 ボランティアじょうほう



手をつなごう





No. 240

令和5年6月発行

●発行…南アルプス市社会福祉協議会

●住所…〒400-0332 南アルプス市鏡中條1642-2

●電話…055-283-8711 ●FAX…055-283-4167

●HPアドレス…<https://www.minami-alpsshakyo.or.jp> ●E-mail…info@minami-alpsshakyo.or.jp

気づきからつながりへ



Facebook

南アルプス市社会福祉協議会フェイスブックで最新の活動内容などがご覧になれます。

つながろう!!

南アルプス市社協

検索



令和5年度第1回ボランティアフォローアップ研修 ボランティアの力!～さあ動き出そう!!～

南アルプス市でも高齢化率は年々高くなり、2025年には超・超高齢社会を迎えると言われているなか、地域での支え合いの必要性が高まっています。新型コロナウイルス感染症も5類に移行したことでボランティア活動も少しずつ始まっています。「今日からボランティアをしたい」という思いを形にできるよう研修会を開催します。どなたでも参加できますので、ぜひご参加ください。

内 容：（講演）「ボランティアの力!～さあ動き出そう!!～」

講師：健康科学大学 健康科学部人間コミュニケーション学科 講師 渡邊 隆文 氏

（事例発表）「ボランティア活動紹介」

発表者：市内ボランティア活動団体 芦澤氏、沢登氏

開 催 日：令和5年6月28日（水）10：00～

場 所：若草生涯学習センターわかくさホール（寺部725-1）

参 加 費：無料

申込締切：令和5年6月23日（金）

申込み先：地域福祉課 ☎283-4121 FAX283-4167



温泉バス 運行中



どなたでも利用できる無料のバスを運行しています。
お気軽にご利用ください。

（温泉は有料：温泉の利用料は、各温泉施設にお問い合わせください）



実施地区	八田地区	若草地区	櫛形地区	甲西地区
行き先	樹園	遊・湯ふれあい公園	やまなみの湯 遊・湯ふれあい公園	やまなみの湯
運行曜日	第1～4水曜日	第1～4火曜日	小笠原地区(第1木曜日) 豊地区(第2木曜日) 西地区(第3木曜日) 北地区(第4木曜日)	大井地区(第1月曜日) 落合地区(第2月曜日) 五明地区(第3月曜日) 南湖地区(第4月曜日)

【各地区運行日】

※祝祭日は運休となります。※詳細は社協窓口、温泉にあるチラシをご確認ください。※温泉施設の都合により予告無く休みになることがあります。※櫛形地区はやまなみの湯、遊湯ふれあい公園を3ヶ月交代で運行します。

運行についての問合せ：総務課 ☎283-8711

輝 今月の輝いている人

今回紹介する方は先月の福本さんからご紹介をいただいた新津藍さんです。

新津さんは現在山梨県歯科衛生専門学校の2年生。認定 NPO法人チャリティーサンタ甲府支部、学生団体トップファン、おばけをつくるぐんたいに所属しています。トップファンはひとりひとりが主人公になれる山梨を作るとともに、山梨の活性化につなげる活動を展開している団体です。新津さんは、トップファンの「現実逃避中」という退屈な日常から逃げ延びて鬼ごっこをする活動に参加したときに気持ちがワクワクしたことをきっかけに、団体に所属することを決めました。新津さんは「人前で話すことが苦手なので様々なコミュニティに参加して話すことに慣れたい。これからも自分が楽しく活動できることに挑戦していきたい。」とおっしゃっており、何事にも前向きな様子が見られました。

次回(7月号)の「輝いている人」は、新津さんからの紹介で森の劇場という子供の見守り等をサポートしているセグラ・アキヨさんから話を伺う予定です。



成年後見センターからのお知らせ

成年後見センターでは、判断能力が不十分な方々に必要な支援が届くよう様々な取り組みを行っています。毎年、市民後見人養成講座や各種研修会などを開催し、市民の方が支援の担い手として活躍されています。判断能力が不十分なことにより生活に不安を抱えている方やその近くで心配されている市民の方、遠方のご家族及び支援者の方、成年後見センターに一度ご相談ください。

【市民団体・個人向け】

○成年後見制度出前講座（団体向け）

「成年後見制度とは?どんな時に利用できる制度なの?」

耳にしたことはあっても、制度の内容など知らないことが多いのではないのでしょうか。自身や近い方が将来的に必要となるかもしれない制度です。会議や何かの集まりへの出前講座を受け付けておりますので、制度の基礎を学んでみませんか。

○令和5年度市民後見人養成講座（個人向け）

今年度も養成講座を開催します。ただいま開催準備おこなっています。ボランティア情報誌にて、今後お知らせしていく予定です。

○成年後見相談会（個人向け） 裏面記事で詳細をご確認ください。

【相談従事者向け】

○後見制度勉強会

支援者のための成年後見制度活用ハンドブックを使用し、成年後見制度や関係制度の学習を行います。職員研修やスキルアップ手段としてご相談いただければ、担当者の方と相談し進めます。随時受け付けておりますので、ご活用ください。

問合せ：成年後見センター ☎283-8722



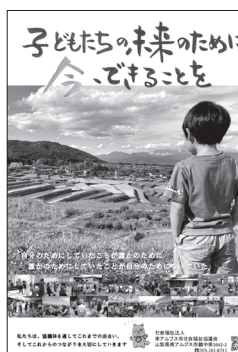
私たちの協議体

今回は白根地区飯丘協議体を紹介します。

白根地区飯丘協議体「飯野新田生活支援隊」では自分たちの地域をよくしていきたいと考え、2018年2月から話し合いを重ねて協議体が立ち上がりました。活動としては、介護予防を目的として毎月第2、第4の水曜日に5名～10名が飯野新田営農センターに集まり百歳体操を行っています。体操後には、軽運動（モルック）に取り組み参加者みんなで楽しく交流をしながら地域の困りごとや課題の共有をしています。また、時々チラシを作成して地域の方々に百歳体操の参加の募集も行っています。



今年度の活動としては、「自分たちの地域を引き続き見守りながら地域の困りごとをみんなで考え共有していきたい」「他地区の現状等を知る為の勉強会に参加していきたい」と隊長の飯田さんはおっしゃっていました。



～手づくりボランティアよりお願い～

毎月季節に合った掲示物を作成し、福祉施設などへ寄付をしています。大きなサイズ(A3程度)のボール紙(お菓子やお中元などの箱の厚紙)が不足しています。

ご家庭に余っているボール紙がありましたら、寄付していただければ幸いです。今回もどうぞよろしくお願いします。

回収場所：社会福祉協議会本所(鏡中條1642-2)

問 合 せ：手づくりボランティア 代表 三木 ☎090-3683-0868



「地域包括支援センターからお知らせ」

地域包括支援センターとは、地域の高齢者の暮らしを支える総合相談窓口です。介護に関する悩みや心配ごとのほか、健康や福祉、医療に関するさまざまな相談に対応します。お気軽にご相談ください。

＊北部地域包括支援センター(対象：八田・白根・芦安地区)
(白根げんき館内：在家塚1156-1) ☎288-1440

＊地域包括支援センター(対象：若草・櫛形・甲西地区)
(市役所本庁新館1階：小笠原376) ☎282-7339

★毎週水曜日の午前中は「認知症相談日」です(祝祭日以外)。
認知症の専門職が相談対応します。また、「認知症相談日」以外での相談対応も可能ですのでお問い合わせください。

「楽しくフレイル予防教室」参加者募集

“食と運動と音楽”で健康寿命を延ばしましょう!!
運動、音楽を取り入れて、昼食はバランスの良い食事を簡単調理で作る、仲間作りと生きがいづくりの教室です。

【開催日】6月16日(金) 【時 間】9:30～12:30
【場 所】働く婦人の家(豊地区) 【対象者】年齢問わず、どなたでも
【募集人数】20名 【参加費】400円/年間1,000円と昼食材料費(月1回)
【申込み(問合せ)】080-1042-6551 沢登(フレイルトレーナー、管理栄養士)
生きがいづくりボランティア

※先月の「手をつなごう」にて、問合せの電話番号に誤りがございました。
誠に申し訳ございませんでした。

私たちが一緒に問題解決に取り組みます。



出張ふくし相談会開催



ふくしの専門相談員(CSW)が毎月各地区に出張し、相談に応じます。
相談無料。秘密厳守!お気軽にご相談ください。

日時・場所 ①6月14日(水)10:00～12:00
白根生涯学習センター(飯野 2804-1)
②6月28日(水)10:00～12:00
芦安窓口サービスセンター(芦安芦倉518)

問合せ ふくし相談支援センター ☎284-7830

ボランティア情報誌をご活用ください

ボランティア情報誌では、ボランティアに関する情報を募集しています。
掲載をご希望の方は、前月10日までに地域福祉課へご連絡ください。
☎283-4121

介護支援ボランティア・ポイント制度よりお知らせ

新型コロナウイルスの5類移行に伴い、これまでボランティアの受け入れが難しかった、市内の登録介護施設での活動が徐々に再開されております。

介護支援ボランティアのみなさん!!

是非、活動の開始及び再開をご検討ください。

登録施設のご担当者様!!

ボランティアの受け入れ再開のご対応をお願いします。

デイサービスで活動中の山城さんを紹介します。



「少しでも人の役にたてばうれしいです。
利用者さんとの会話や、他のボランティアさんと
会えるのも楽しく、活動の励みになっています。」

「とても助かっています。山城さんはいつも笑顔で、
利用者も職員もほっとします。」 ～DS所長より～

介護支援ボランティア・ポイント制度とは・・・

65歳以上のボランティア活動を対象にポイントを付与し、ポイントに応じた交付金を支給するものです(年間5,000円) ボランティア本人の介護予防を図り、市民同士の支えあいの地域づくりを推進します。

ボランティア活動者・登録施設共に、活動に関するご質問、ご相談も承ります。
問合せ：地域福祉課 ☎283-4121

やまびこの会より

認知症カフェ「オレンジカフェやまびこ」

心のいきやりしませんか。
毎月第3水曜日に開催しているオレンジカフェへのお誘いです。
介護経験のあるスタッフとゆったり楽しく過ごしましょう。
地域の方もお気軽にご参加ください。

●日 時 6月21日(水)13:30～15:00
●場 所 白根生涯学習センター中研修室(飯野2804-1)
●参加費 100円

※認知症の個別相談も受けています。お気軽にご連絡ください。

問合せ やまびこの会(猪狩) ☎090-1114-2870
地域包括支援センター ☎282-7339
北部地域包括支援センター ☎288-1440



成年後見制度相談会(予約優先)

成年後見制度は、さまざまな理由により判断能力が不十分な人の権利や財産を護り、支援するためのものです。詳しい制度の内容や裁判所への申立て方法を知りたい、親族後見人としての不安や困っていることなど、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

日 時 6月20日(火)13:30～15:30
場 所 社会福祉協議会本所(鏡中條1642-2)
問合せ 成年後見センター ☎283-8722 FAX 283-4167



「気楽な茶話会」開催のお知らせ

誰でも自由に参加できる茶話会です。
飲食はせず、おしゃべりやレクリエーション等で楽しく過ごします。
今回はおもいきり笑ってスッキリとした気分になるような事を
計画していますのでお楽しみに!お待ちしております。

日 時：6月8日(木)14:00～15:00

場 所：南アルプス市市民活動センター

参加費：無料

問合せ：精神保健福祉ボランティア こぶしの会
☎282-9670 中込



シャンブレイ自主事業130弾「我が青春のフォークソング」

琴線に共鳴する信州の爽やかな風のようなハイトーンボイスで、
心にしみるフォークソングを歌います。フォークソング大好きさん!集まれ!

日 時：6月18日(日)
開 場：13:00
開 演：13:30～
定 員：先着50名(6/2より受付開始)
参加費：300円
出 演：藤森敬一氏
問合せ：若草生涯学習センター
☎283-8311(月曜休館)



清拭布を募集しています!

施設で清拭に使う古布(木綿)が不足しています。ご家庭で不要な
古布をご寄付いただくと助かります。使用済みのもので結構です。
皆様のご協力をお願い致します。

問合せ…特別養護老人ホーム白根聖明園(在家塚1305) ☎284-2201

地域交流拠点

しゃきよんの家だより

しゃきよんの家下町 6月の予定

6日(火) ——— 14:00～ アルプスハーモニー(ハーモニカ演奏)
7・21日(水) ——— 10:00～ 囲碁クラブ
15日(木) ——— 14:00～ 舞の会(舞踊訪問)
16日(金) ——— 14:00～ 五緒川よしみさん高齢者講座
23日(金) ——— 14:00～ オカリーナぼぼ(オカリーナ演奏会)
28日(水) ——— 14:00～ 弾き語りこまちゃん(ギター演奏)
30日(金) ——— 14:00～ ゆる体操

イベントは参加無料です。地域交流拠点スペースを無料で貸し出しています。
会議、打合せ、待合せ等ご利用ください。
※新型コロナウイルス感染症対策として、来所時には消毒、マスクの着用、
体温チェック(検温)、連絡先等記入のご協力をお願いいたします。
※コロナウイルス感染状況により中止させていただくこともあります。

住所 下宮地 521-3 ☎282-0821 コミュニティバス「峡西病院東」前 駐車場あります