南アルプス市社協ボランティアじょうほう

心の手をつなごう

はなれて

過ごそう

ソーシャルディスタンス（2mくらい離れようね！）

令和2年5月発行
No.203

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　http://www.minami-alpsshakyo.or.jp　E-mail　info@minami-alpsshakyo.or.jp

※この広報誌の発行は、社協会費と赤い羽根共同募金の配分金が使われています。

マスクキットの袋詰めを協力していただけるボランティアさん 大募集！

昨今、新型コロナウイルス感染症の影響でマスクがなかなか手に入らない現状です。当社協ではマスク作製を通し親子での時間の共有、自分の身を守る学びの機会、お互いを思いやる心、感染予防の啓発等のきっかけになればと願いを込めて、マスクキットを市内小学校へ配布したいと考えています。

そこで、マスクキットを袋に詰める作業に協力していただけるボランティアさんを募集します。多くのボランティアさんの応募をお待ちしております！

マスクキット袋詰めボランティア作業の流れ

1. 【ボランティアさん募集受付】
   5月8日（金）まで
   （土・日・祝日を除く）
   社協へ電話にてお申込みください

2. 【社協から作業内容の説明】
   5月11日(月) ～ 13日(水)
   （土日を除く　9：00～16：00）
   の間に社協本所へ来所ください
   ※来所日時は申込み時にお伝えします

3. 【マスクキットの袋詰め作業】
   マスクキットの袋詰めを行います

4. 【作業完了】
   5月19日（火）
   その後、市内の小学校へ配布します

●申込み・問合せ：地域福祉課　☎283-4121　お気軽にお問合せください。

新型コロナウイルス感染予防は「手洗い、うがい、睡眠、食事」そして3つの「密」を避けること、と言われています。誰にも降りかかる危険があるため、人と接することを避けなければならない状況の今、こんなときだからこそ“近所に目を向けて”みませんか？ 感染予防を充分したうえで「近所の散歩」「空いた時間の活用」「隣近所同士の気にかけあい・支えあい」を考えてみましょう。

外での活動やボランティアも…例えば

ごみ拾いボランティア募集

花植え・ごみ拾いボランティア「花鳥風月の会」では奇数月の30日に活動しています。今回は八田地区内にてごみ拾いを行います。感染予防としてマスク、手袋着用をお願いします。

✿日時…5月29日(金)10:00～　✿内容…ごみ拾い ※雨天の場合は中止
✿集合場所…デイサービスゆうかり(野牛島2727)
✿申込み・問合せ…地域福祉課　☎283-4121

成年後見センターでは「日常生活自立支援事業」「成年後見制度」の利用相談や説明を行っています

自分や家族に、こんなことで困っている方はいませんか？

- 通帳や大事な書類をどこにしまったか忘れてしまう
- 高価なものや同じものを頻繁に買ってしまう
- 訪問販売や悪徳商法の被害を受けている
- 自分ひとりでは福祉サービスの契約をすることが難しい　など

認知症や知的・精神障がいのために判断能力が十分でない方が、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、日常的な金銭管理や福祉サービス利用援助をする「日常生活自立支援事業」、財産管理や契約等の代行を行う「成年後見制度」があります。

成年後見センターでは、これらの事業、制度を通じて支援を行うとともに、利用についての相談も随時行っています。(相談会は毎月20日開催。日時はボランティア情報誌裏面に掲載。)お気軽にご連絡ください。

▶問合せ：南アルプス市成年後見センター　☎283-8722　FAX 283-4167

私たちの協議体「白根東地区」編

平成29年５月に第２層『地域支えあい協議体白根東』が誕生しました。

白根東小学校区には、在家塚、西野、桃の丘、今諏訪の４地区があります。各地区の代表者が参加し、２ヵ月に１回定例会を実施しています。各地区にあるつながり、地域の活動などの再確認や情報共有を行っています。そこからサロンの開催、公会堂の花植え、地区で行っている清掃活動に合わせた高齢者宅の粗大ごみ回収、百歳体操実施日に合わせての移動販売などの活動が生まれました。各地区での活動も少しずつ進んでいますが、第２層として協議体を地域の多くの方に知ってもらうために『みんなで取り組む～地域の支えあい～』のチラシを２回発行しました。「無理なく、地域に合わせ、白根東らしく活動していきたい。」と代表の中込さんはおっしゃっていました。

ちょぼら

今回は、活動を始めてからちょうど10年が経過する、音楽ボランティア「虹」を紹介します。

歌が大好きな男女の５人で始めた活動ですが、徐々にメンバーも増え活動の幅も広がってきました。音楽には「心のリラックス」「ストレス軽減」などの効果があることから、介護施設や地域のサロンなどの声をかけていただいた場所で“音楽ひろば”と題してタンバリンやトーンチャイムなど誰でもすぐに使える色々な楽器を持参し、利用者の方と一緒に合奏したり、運動や脳トレクイズなどを行いました。“音楽ひろば”の最後にはアコーディオンに合わせて大きな声での合唱でフィナーレを飾ります。「音楽と掛け合わせた楽しい空間づくりを心掛けて活動しています。」とメンバーの方は話していました。大勢の人たちとの交流を楽しみにしています。

『出前“音楽ひろば”』のお声掛けお待ちしています。みんなで歌いましょう！

音楽ボランティア「虹」に来てほしいという方は　代表者　沢登（☎283-0111）までご連絡ください。

★裏面に『立体マスク』の型紙と作り方を掲載しました。
感染予防のひとつとしてお役立てください。
※左面のマスクキットとは別の型紙となります。

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」

皆さん、いかがお過ごしですか？カフェの会場が使えるようになったら、一緒にお茶を飲みながらおしゃべりしましょう。
５月のカフェも間近にならないと開催できるのか分かりませんが、皆さんと集える日を楽しみにしています。

●開催日 … 毎月第３水曜日　13:30～15:30
●参加費 … 200円
●場　所 … 白根げんき館（在家塚1156-1）
☆問合せ：やまびこの会(猪狩)　☎090-1114-2870
電話はいつでもお気軽にどうぞ。お待ちしています。

あんふぁんねっとからのお知らせ

新しい環境でのスタートをした方々もたくさんいらっしゃる中、不安なニュースで心がざわついてしまいますね。
そんな時には、家族以外の第三者と話すことが不安緩和にもなります。外出を控えることが大切なこの時期です。電話やメールでの相談をご利用下さい。

★電話相談　▶10：00～16：00
（日曜日～金曜日）☎269-7568
★メール相談▶24時間受付
（返信は翌日以降になる場合もあります）【メールアドレス】

みなさんの声や簡単おもちゃの作り方、外遊び情報等をホームページにアップしております。そちらもご覧ください。子育てひろば、プラムクリークひろば、親子カフェの最新情報も掲載しております。事前にご確認の上、ご来所下さい。【新HPのQRコード】

子育て支援ひろば（南アルプス市百々3013-1）
NPO法人あんふぁんねっと　☎269-7568

芦安新緑やまぶき祭の中止について

例年、新緑のまぶしい５月に実施しております『芦安新緑やまぶき祭』ですが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本年度の開催は中止とさせていただきました。
毎年楽しみにしてくださっている方々には残念な決定となりますが、自粛の中にも楽しみを見つけながら皆で乗り越えましょう！
◆実行委員会（名取）　☎090-2764-9052

立体マスクの型紙

手縫い、ミシンどちらでもOK!

※切り取ってお使いください

＊サイズが合わない時には、型紙を拡大・縮小して自分のサイズを見つけてね！

材　料

●生地 … 30㎝×30㎝（ガーゼや日本手ぬぐいなど）
●マスクゴム … 25㎝～30㎝を２本

❶ 型紙に合わせ左右対称に４枚裁つ

❷ 対称の２枚を中表（表と表を内側）に合わせ、0.5㎝の縫いしろで中央を縫う（これを２組作る）

❸ ❷を広げ、中表（表と表を内側）になるように合わせ、0.5㎝の縫いしろで上下を縫う
＊縫いしろは左右に広げると縫いやすいよ！

❹ 裏返し表面にして上下をステッチ縫いする
＊面倒ならアイロンで押さえてもOK!

❺ 両端を三つ折りにして、ゴム通し部分を縫う

❻ マスクゴムを通して長さを調節する

監修：南アルプス市社会福祉協議会

成年後見制度相談会（予約優先）

◇開催日：５月20日（水）　※毎月20日開催
◇時　間：13：30～15：30
◇場　所：社協本所(鏡中條1642-2)
◇問合せ：成年後見センター　☎283-8722

＊＊＊＊ 出張ふくし相談会開催 ＊＊＊＊

「私たちが一緒に問題解決に取り組みます。」

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 … ①5月13日（水）10：00～12：00　②5月20日（水）10：00～12：00
＊場　所 … ①浅原集落センター（浅原289）　②百々公民館（百々2991）
＊問合せ … ふくし相談支援センター　☎284-7830

※今回掲載しているイベント内容については、新型コロナウイルスの影響により中止になる場合があります。詳細は各団体へお問合せください。

◎それぞれお問合せの際には電話番号をご確認の上、お間違いのないようにお願いします。