

心のつながり

南アルプス市社協 ボランティアじょうほう

ソーシャルディスタンスからフィジカルディスタンスへ
～心は寄り添いながら身体的な距離を保とう～

No.215

令和3年5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…<http://www.minami-alpsshakyo.or.jp> ●E-mail…info@minami-alpsshakyo.or.jp

気づきから つながりへ

Facebookでつながろう

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。

南アルプス市社協 検索



福祉団体等への助成事業

お気軽にご相談ください

市内で活躍する福祉団体及び地域福祉事業を開催する住民自主団体に助成金を交付し、地域活性化を応援します。昨年度は10団体に助成しました。

こんな活動を応援します！

●住民が主体的に組織する団体で地域福祉の推進を目的に実施する活動

●障がい児・者の福祉啓発、地域住民との交流を目的とした活動

●住民の福祉課題を解決するための活動(協議体含む)など

●児童、青少年の地域福祉活動を推進する活動

応募要件…1団体年1回のみ申請可。※活動終了後に報告書の提出。今年度実施する単発事業(イベント、催し等)に限る。

申込方法…所定の申請書にご記入の上、社協まで提出ください。

申込期間…令和3年5月1日～

令和4年2月28日

※予算には限りがありますので申請はお早めに!

内容によっては助成を受けられない場合もあります。

助成を受けたい地区や団体はまずは社協にお問合せください。



昨年度助成を行った子ども食堂の様子

問合せ…地域福祉課 ☎283-4121

出張ふくし勉強会

～あなたの地域にお届けします!～

社協では、平成27年度から市内で実際に起きている問題を取り上げ、多くの市民の方と学び、「他人事から自分事、いつかは自分にも起こり得ること」としてふくし勉強会を開催してきました。今までに地域の活動の場(サロンや協議体など)や企業などでも開催し、延べ500名以上の方と共に学びました。コロナ禍だからこそ南アルプス市の現状を知り「自分たちに何ができるか」を考えていくきっかけとして「出張ふくし勉強会」をご活用ください。

- ※少人数でも伺います。費用はかかりません。お気軽にお問合せください。
- ※感染予防対策を徹底し実施します。
- ※開催した企業・団体など、社協HP・Facebookなどで紹介させていただきます。
- ※過去4年間のふくし勉強会を基に希望のテーマで開催します。
- ★対象者…ふくしに興味、関心がある方・企業・団体

申込み・問合せ …ふくし相談支援センター ☎284-7830 FAX 283-4167

これまでのふくし勉強会のテーマ

- ごみ屋敷 ●孤独死
- ひきこもり ●病氣・障害
- 外出困難 ●児童虐待
- 動物の多頭飼い
- アパートと地域

南アルプス市災害・防災ボランティア地区連絡会より 全体会開催のお知らせ

日時…5月18日(火) 19:00～21:00

場所…若草生涯学習センター わかくさホール(寺部725-1)

内容…1部 災害防災ボランティア地区連絡会 令和3年度全体会
2部 講演会



講演のご案内

各地で自然災害が多発し、感染症も懸念される今、私たちが住む地区の防災について、南アルプス市のハザードマップを基に講演会を行います。どなたでも参加可能です。ぜひご参加ください。

★講演…「南アルプス市の洪水ハザードマップと新型コロナウイルス感染症環境下での避難について」

★講師…市防災危機管理課 三木 功 防災専門官

問合せ…地域福祉課 ☎283-4121



防災冊子をプレゼントします!

私たちの協議体 白根飯野地区の活動を紹介します

白根飯野協議体では、協議体名を「地域のなかまいいの〜!」とし、①百歳体操の普及、②3層活動の支援、③広報、④自治会連合会への説明の4本柱を意識した話し合いを行い支えあいの活動につなげています。「飯野100歳!健康UP!作戦」をテーマに、介護予防や見守りを目的とした「いきいき百歳体操」を広げるため、体験会や情報誌での周知を行い、4か所で継続した活動につながっています。住民が地域で集う機会が減少している地域課題の解決のため、今後も支援を続け多くの場所で実施されることを期待しています。新たに、地域の実情をより知るため居場所の情報収集を始めるなど「住んでよかった飯野」を目指し地域が元気になる作戦は遂行中です。



ごみ拾い ボランティア 募集

ちよぼら

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。今月は30日が日曜日のため、28日の金曜日に活動します。今回は八田地区内です。一緒に歩きごみ拾いをしませんか。

◆日時…5月28日(金) 10:00～

◆集合場所…デイサービスゆうかり (野牛島2727)

◆内容…ごみ拾い

※雨天の場合は中止になります。

申込み・問合せ …地域福祉課 ☎283-4121

春休みに参加できる地域のボランティア活動を探していた市内の高校生2名が、3月30日に若草地区で行われた、ごみ拾いボランティアの活動へ参加してくれました。実際に参加してみた感想を聞いてみると、普段は気にしない場所にもごみが落ちていることや予想以上のごみの量に衝撃を受けたそうです。「ボランティアに参加して改めて環境や自分の地域について考えるきっかけになり、とても良い経験ができた」と教えてくれました。2か月に一度行われるごみ拾いボランティアの活動は平日のため、今回のような学生さんの参加はボランティアさんのエネルギーにつながったようです。



あんふあんねっとより

① おうち時間を楽しもう～ おさんぽコロコロ作り(要予約)～

日程…5/2(日) 10:30～ 11:30～ 14:00～ 15:00～

定員…各回3組 参加費…一家族500円

空き箱やざる、鈴などを使って引っ張って遊べる手作りおもちゃを家族で作しましょう。色とりどりのカラーテープを自由に使って、外観もカスタマイズしてください。

② はいはい、よちよち競争(要予約)

日程…5/6(木) 10:30～ 11:30～ 14:00～ 15:00～

定員…各回5組

ゴールのこいのぼりを目指してヨーイドン!!ねんねの赤ちゃんも手を伸ばして引っ張ってみてね。

③ サンクスママウィーク(要予約)

5月9日は母の日です。たまには、ママになった喜びと自身を労わって下さい。

★サンクスカフェ…5/10(月)・5/11(火) 10:30～11:00/14:00～14:30

定員…各回4人 参加費…500円

託児付のカフェタイムです。ゆっくりした時間をお過ごしください。

★手形・足形で記念カード作り…5/12(水)・5/13(木)・5/14(金)

定員…午前・午後とも5組

お子さんの手形・足形で、記念カードを作って、自分にプレゼントしちゃいましょう。

④ ベビーマッサージ教室(要予約)

加茂助産師さんによるベビーマッサージ教室と相談会です。月齢の近い親子と知り合えたり、日頃ちょっと気になっていることも相談できます。ぜひご参加ください。

日程…5/26(水) 10:30～11:30 定員…8組

参加費…800円 持ち物…バスタオル・着替え・水分

⑤ 子育て応援講座開催のお知らせ

子育てに正解も完璧もありません。同年代の子どもを持つ親たちと、じっくりディスカッションしながらあなただけの子育て方法を見つけませんか?2時間の託児付でゆっくり大人同士の会話を楽しめます。

日程…6月1日～7月6日の毎週水曜日 10:10～11:50

全6回(6/1・8・15・22・29 7/6)

場所…橿形社会福祉会館(小笠原471-8)

負担金…3,000円(資料代 初回に徴収)

持ち物…筆記具

託児利用者(おむつ・着替え・バスタオル・飲み物)

対象者…市内在住の0才から未就学児までの子どもを持つ親

※感染状況により、変更、中止の場合もあります。ご了承ください。

申込み・問合せ…NPO法人あんふあんねっと ☎269-7568

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」

風薫る五月、新緑を吹き抜ける風を感じる気持ちのいい季節ですね。皆さんの心にも爽やかな風が薫りますように。どうぞカフェにおいでください。認知症の方や心配ごとがある方も一緒にお話ししましょう。お待ちしております。

日時…5月19日(水) 13:30～15:00

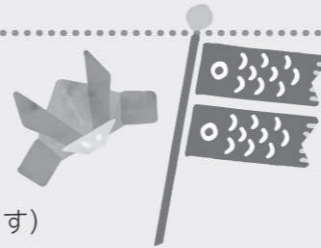
場所…白根げんき館(在家塚1156-1)

参加費…100円

※個別相談もお待ちしております。
(飛沫感染予防の仕切り板あります)

問合せ…やまびこの会(猪狩) ☎090-1114-2870

介護福祉課 地域包括支援センター ☎282-7339



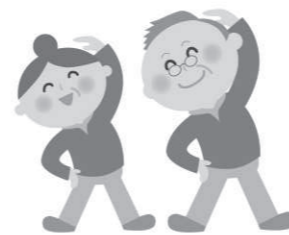
フレイル予防健康講座 令和3年度 受講生募集!

生きがいと仲間づくり“つどいの場”を楽しもう

- 開催日…毎月第2金曜日※5月のみ第3金曜日(5/21)になります。
- 時間…9:30～11:30
- 場所…働く婦人の家(吉田753-1)
- 内容…「フレイル予防を意識した日常生活で健康寿命延伸」を目的に、栄養・運動・社会参加を取り入れた活動を毎月行います。
- 対象者…市内在住で興味のある方(定員20名)
- 受講料…毎月400円、初回のみプラス350円(年間保険料)
- 申込み切…5月12日(水)※定員になり次第メ切
- 問合せ・連絡先…☎080-1042-6551
(県フレイルトレーナー:沢登)

第1回目(5/21)の予定は、

- ①栄養バランスを考えたお弁当づくり
(調理された食材をお弁当にして持ち帰っていただきます)
- ②フレイル予防の体操実施
(体を動かしやすい服装でお越しください)



成年後見制度相談会(予約優先)

成年後見制度は、認知症、精神障がい、知的障がいなどの理由で判断能力が不十分な人が、財産管理や日常生活でのさまざまな契約等を行うときに、判断がむずかしく不利益を被ること等を防ぎ、権利と財産を守り、支援する制度です。

開催日…5月20日(木) 時間…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 FAX283-4167

第21回 朗読会「ふれあい処」のお知らせ

午後のひととき、朗読の世界を楽しみませんか?
皆様方のお越しをお待ちしております。

■日時…5月8日(土) 13:30～
■場所…甲西農村環境改善センター
■出演…甲西朗読ボランティア「文の会」
■朗読作品

- ・百田尚樹 作 「猫」
- ・浅田次郎 作 「ろくでなしのサンタ」
- ・芥川龍之介 作 「仙人」 他

■要申込…市内各図書館にて受付中

■主催…南アルプス市立図書館 ☎280-3300

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、変更場合があります。

※検温・マスクの着用・手指消毒にご協力ください。



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めます。」

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・場所

①5月12日(水) 10:00～12:00

橿形社会福祉会館(小笠原471-8)

②5月26日(水) 10:00～12:00

甲西保健福祉センター(古市場323)

問合せ…ふくし相談支援センター

☎284-7830



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

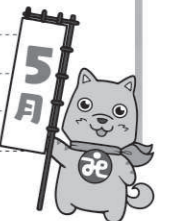
5月の予定

●12・26日(水) 10:00～ 囲碁クラブ

●15日(土) 14:00～ 舞踊ボランティア(舞の会)

●27日(木) 14:00～ ゆる体操

●29日(土) 14:00～ 懐かしの映画会



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。新型コロナウイルス感染症拡大状況により中止させていただくこともあります。

コミュニティバス「峡西病院東」前 駐車場あります

住所…下宮地521-3 ☎282-0821

※詳細は各団体へお問合せください。

毎月1日に新聞と一緒にご家庭にお届けしているボランティアじょうほう「手をつなごう」ですが、4月号(No.214)の折込日が4月3日(土)となりました。深くお詫びいたします。5月号以降は、これまで通り1日の発行になります。※1月号は3日の折込を予定しています。