

# 手をつなごう

南アルプス市社協ボランティアじょうほう

平成28年5月発行  
No.155

発行 南アルプス市社会福祉協議会  
住所 〒400-0337 南アルプス市寺部659  
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](mailto: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。

## ～65歳からの元気づくり～ 「介護支援ボランティア・ポイント制度」が始まります。

この事業は65歳以上の方がボランティア活動を通じて社会参加や地域貢献することを奨励、支援するとともに、自らの介護予防を促進し、元気な高齢者が暮らせる地域づくりを目的とします。

- 対象者：市内在住の65歳以上の方  
※活動を始めるには研修を受ける必要があります。
- 活動場所：市内介護支援ボランティア受け入れ施設等
- 活動内容：レクリエーション、行事の手伝い、趣味活動の補助、話し相手など
- \*ポイントの付与・換金について\*
  - ・活動1時間につき1ポイント (=100円相当)
  - 1日2ポイントを上限に付与
  - ・年間50ポイント (5,000円) 上限
  - 5ポイントから換金可能 (年度末)

### ポイント制度研修会について

日時：5月11日 (水) 13:30～15:30  
場所：若草生涯学習センター ホール (寺部725-1)  
内容：介護支援ボランティア・ポイント制度について  
ポイント制度の仕組みについて  
申込み：地域福祉課 ☎ 283-4121  
メ切：5月9日 (月)

## 平成28年度 生きがいと健康づくり講座 参加者募集!!

講座を通し、受講後の自立した活動を目指し、楽しみながら行う初心者向けの講座です。講座は7月からスタートします。※27年度受講されている方も新たに申込みをしてください。

講座	定員	会場	日時
① 民謡	30人	若草健康センター	第2水曜日 13:30～
② 絵手紙 (未経験者) 森先生	30人	若草健康センター	第2月曜日 13:30～
③ 絵手紙 (有経験者) 青柳先生	30人	若草生涯学習センター	第2水曜日 13:30～
④ フラダンス	30人	若草健康センター	第2月曜日 13:00～
⑤ カラオケ	30人	甲西保健福祉センター	第2木曜日 10:00～
⑥ 健康料理	30人	甲西保健福祉センター	第2木曜日 10:00～

- ◇対象者 南アルプス市内在住の65歳以上で、ご自分で会場まで来られる方。
- ◇申込方法 申込用紙にご記入のうえ、郵送、FAX、または社協本所(若草窓口サービスセンター内)および白根事業所で受付 (電話での申込みは不可)  
※お一人様1講座申込可能。初めて受講される方優先になります。
- ◇申込期間 5月2日 (月)～5月13日 (金) (期間厳守)
- ◇問合せ 地域福祉課 ☎ 283-4121 FAX 283-4167  
※詳細は5月20日(金)頃に申込者全員に郵送で通知いたします。

キリトリ

氏名(ふりがな)	住所	電話番号
	〒 南アルプス市 希望講座	生年月日 年 月 日

## どなたでも参加でき、楽しい活動です! ぜひ一緒に楽しみませんか? 花植えボランティア、ごみ拾いボランティア募集

### 花植えボランティア

- 日 時 5月10日 (火) 9:00～11:30 雨天中止
- 内 容 若草地区鏡中条にある遊休農地でのひまわりの種まき、花植え活動
- 集合場所・時間 若草窓口サービスセンター (寺部659) 9:00集合
- ◇問合せ 地域福祉課 ☎ 283-4121



### ひまわりの種をお分けします。

昨年度採れたひまわりの種を市民の皆様へお分けします!ご希望の方は、芦安窓口サービスセンター、社協八田事業所、白根げんき館、養護老人ホーム慈恵寮、しゃきよんの家下町、社協本所、甲西保健福祉センターへお越し下さい。数に限りがありますので、無くなり次第終了とさせていただきます。きれいなひまわりを市内にたくさん咲かせましょう!



### ごみ拾いボランティア

- 日 時 5月30日 (月) 10:00～11:30 雨天中止
- 内 容 甲西地区でのごみ拾い活動
- 集合場所・時間 甲西保健福祉センター (古市場323) 10:00集合
- ◇問合せ 地域福祉課 ☎ 283-4121



## ちょボラ

「献したい。」という想いから始まりました。

誰もが口ずさめる童謡を中心に、手を動かす曲もあり参加型の演奏を行っています。依頼に合わせて曲目や着物での訪問演奏もできるので、気軽に日本の古き良き文化を味わえる機会となっています。

「今後は活動範囲を広げ、サロンやデイサービス等へ訪問し、ふれあいを大切に多くの場所で演奏していきたい。また、一緒に参加してくれる方も募集中。」とおっしゃっていました。

【サロン、デイサービス等での演奏希望は地域福祉課 ☎ 283-4121まで】



ちょっとしたボランティアを行っている方を紹介しています。みなさまの身近な情報お待ちしています。

## 平成28年 熊本地震 義援金募集のお知らせ

平成28年4月14日の熊本県熊本地方を震源とする地震により、熊本県内各地において人的被害をはじめ、家屋の倒壊等甚大な被害が発生し、熊本県の全市町村に災害救助法が適用されました。

熊本県共同募金会、中央共同募金会では、被災された方々を支援することを目的に義援金の募集を実施しますのでお知らせします。義援金は、右記の口座に直接お振込みください。

また、社協各事業所でも義援金の受付けを行っています。

### 期間 平成28年6月30日(木)まで

- ゆうちょ銀行 00950-2-174321  
□座名義 熊本県共同募金会 熊本地震義援金
- 熊本銀行 花畑支店 普通預金0025449  
□座名義 社会福祉法人熊本県共同募金会
- 三井住友銀行 東京公務部 普通預金 0162585  
□座名義 社会福祉法人中央共同募金会熊本地震義援金

※上記以外の他銀行からの振込みについての手数料は有料となります

今月の「サロン自慢」はお休みします。次回をお楽しみに。

# お知らせ



## 口述筆記ボランティアおひさまより 民話完成のお知らせ

平成26年度から依田蔵一氏よりお聞き書き留めた、甲西地区湯沢に伝わる民話を冊子にすることができました。冊子をご希望の方は無料でお渡しします。ぜひ多くの方へ民話をお伝えしていただきたいと思ひます。  
◇問合せ：深澤 ☎ 282-4533



## NPO 法人あんふあんネットより

### ①子育て応援講座

未就学児を持つ親同士が集い、自分なりの子育てや生き方を見つけ出す講座です。毎回託児・お茶付きで楽しく学べ、新しい仲間も出来る講座です。

◇日時 5月16日～7月4日 毎週月曜日10:00～12:00  
◇場所 櫛形健康センター ◇参加費：4000円(8回分)

### ②家庭訪問型子育て支援ボランティア養成講座

未就学児がいるお宅を訪問し、一緒に育児や家事、外出をしながら親たちに寄り添う支援者の養成講座です。子どもの発達や子育て情報などを学びますので、安心して訪問して頂けます。

◇日時 5月25日～7月6日 毎週水曜日10:00～16:00  
◇場所 若草健康センター ◇参加費：無料

◇問合せ・申込み 子育て支援課 ☎ 282-7293  
NPO法人あんふあんネット ☎ 269-7568

## 『ゆる体操&歌ゆるのつどい』お知らせ

らくちんなセルフケア、ゆる体操であなたも快適になりませんか？どなたでもできる体操です。みなさまのご参加をお待ちしております。身体がゆるむと心もゆるむ！！頑張るときに頑張れるためにはゆるむことが大切です。

◇日時 5月12日(木) 13:30～15:30  
◇場所 若草生涯学習センター ホール ◇参加費 500円  
◇内容 ・歌ゆる 講師 Nido 氏(運動科学総合研究所首席指導員)  
・ゆる体操 講師 河野貴仁 氏  
(NPO法人日本ゆる協会公認ゆる体操正指導員)

◇問合せ ☎ 090-3572-0403(河野)

## 若草生涯学習センター指定管理シャンブレイより

### ①さわやかコンサート

◇日時 5月15日(日) 19:30～21:00  
◇会場 若草生涯学習センター ホール  
◇出演者 ピアチュレ ピアノ演奏と素敵な歌声をお楽しみ下さい。  
◇参加費 500円(お茶とケーキつき)

### ②彩市出店者募集

◇彩市開催日時 6月12日(日) 9:00～12:00  
◇内容 青果、手作り小物、食品、フリーマーケット等  
◇出店料 500円 テーブル貸し出し100円(1台)  
※食品販売は必ずテントをご用意ください。

◇問合せ、申込み ☎ 283-8311

## 第13回 甲西図書館 朗読会「ふれあい処」のお知らせ

午後のひととき、朗読の世界を楽しんでみませんか。多くのみなさまのお越しを心よりお待ちしております。

◇出演 甲西図書館朗読ボランティア「文の会」  
◇日時 5月21日(土) 13:30～  
◇場所 甲西農村環境改善センター 2階生活・農事研究室  
◇朗読作品 山本周五郎 作 「たんばさん」  
石田 由良 作 「終わりのない散歩」他

◇主催、問合せ 甲西図書館 ☎ 282-7291

## 5月12日～18日は民生委員・児童委員の活動強化週間です。 「広げよう!地域に根差した思いやり」

民生委員・児童委員は各地域に配置されており、行政や社会福祉協議会、学校等と連携・協力しながら、住民からの相談や見守り活動を行い、住み良い地域づくりに向けて日々活動しています。お困りのことや、相談事がありましたらお近くの民生委員・児童委員へお気軽にご相談ください。

### 民生委員・児童委員マーク

幸せのめばえを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたどって、愛情と奉仕を表しています。



南アルプス市民生委員・児童委員協議会

## 市立児童館のイベント

「サイバーホイールで遊ぼう!!」空気の詰まった大型遊具、中に入ってぐるぐる回転、楽しい遊具です。

◇日時 5月25日(水) 26日(木) 10:00～12:00  
◇場所 おおケヤキ児童館 ◇申込み 不要  
◇問合せ おおケヤキ児童館 ☎ 284-7455

## 初夏の花植えのお知らせ

花植えを学んで地域を花いっぱいにしませんか？キレイな花を植え初夏を迎えましょう!

◇日時 5月7日(土) 10:00～11:00  
◇場所 小松家ガレージ(下宮地696-1)  
◇持ち物 直径約30cm、深さ約20cmの丸い鉢、材料費1,000円  
◇定員 20名 ◇メ切 5月5日  
◇申込み、詳細 小松 ☎ 282-4748



## 成年後見制度相談会 (予約優先)

成年後見制度は、認知症、精神障害、知的障害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様々な契約等を行うときに、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(金) ※毎月20日開催(土日祝の場合は翌月曜日)  
◇時間 13:30～15:30  
◇場所 社会福祉協議会本所  
◇相談員 社会福祉士  
◇申込み、問合せ 成年後見センター ☎ 283-8722



## チャリティーカットのお知らせ 平成28年熊本地震へのチャリティー募金! 当日の売上金を義援金として全額寄付します。

◇日時 5月3日(火) 10:00～16:00  
◇場所 Drops Hair-Shop 飯野3609-2  
◇対象 0歳～小学6年生まで  
◇メニュー CUT 1000円、クイックシャンプー 200円  
スタイリスト少人数の為、予約優先制とさせていただきます。

※多くの募金を集め寄付したいと考えておりますので、仕上げはドライヤーで乾かすのみとさせていただきます。また、整髪剤等ついてない状態、髪を縛ってない状態でお越しください。ご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

◇問合せ、予約 小池 ☎ 287-8658  
◇ホームページ: <http://www.drops-hairshop.com/>



## 南アルプス市災害・防災ボランティア地区連絡会より 全体会にて『講演会』を開催!

全体会の第2部で講演会を開催します。大規模災害に備え、今ボランティアが地域でどのような活躍ができるか!少しでも興味のある方は、ご参加ください。

◇日時 5月13日(金) 20:00～21:00  
◇場所 地域防災交流センター(十五所1014)  
◇講演 「災害時のボランティアの力」(仮)  
◇講師 災害救援ひのきしん隊 藤本 雅夫 氏  
◇問合せ 地域福祉課 ☎ 283-4121



## 全国ひきこもりKHJ親の会山梨支部

### 山梨県桃の会 5月例会のお知らせ

◇日時 5月14日(土) 13:30～16:45  
◇場所 山梨県福祉プラザ 4階会議室  
◇参加費 家族で1,000円(当事者は無料)  
◇内容 講演「日々の学びの中から」宮下俊吉氏、グループワーク  
◇問合せ ☎・FAX 0554-66-4073(篠原)



## 「高齢者の生きがいと健康講座 料理教室」同窓会開催

講座に参加した方、料理に興味のある方、調理と試食・交流会で楽しみましょう。

◇日時 5月23日(月) 9:30～  
◇会場 甲西保健福祉センター調理室(古市場323)  
◇持ち物 エプロン、三角巾 ◇参加費 400円  
◇メ切 5月21日(土) ※送迎はありません  
◇申込み、問合せ 沢登 ☎ 283-0111 FAX 282-8606



## しゃきよんの家だより

お気軽に遊びに来てくださいね。

### ◎「5月の主なイベント」紹介

- ★2日(月)・4日(水)・5日(木) 14:00～ 4周年感謝祭ミニ運動会
- ★3日(火) 14:00～ 五緒川よしみさんのお楽しみ会
- ★11・25日(水) 10:00～ 囲碁将棋クラブ
- ★12日(木) 14:00～ 民謡ボランティアさんと歌おう
- ★17日(火) 14:00～ 大正琴演奏
- ★23日(月) 13:00～ がんの悩み相談(要予約)
- ★26日(木) 14:00～ ゆる体操

※金曜日は予防事業のため200円参加費がかかります。

問合せ しゃきよんの家下町(小規模デイ・地域交流拠点) ☎ 282-0821

