

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

●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

令和5年5月発行

No. 239

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。

南アルプス市社協 検索

福祉団体や地域福祉活動への助成事業のお知らせ お気軽にご相談ください

市内で活躍する福祉団体や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、地域活性化を支援します。昨年度は、12団体に助成しました。

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

こんな活動を応援します！

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5年4月1日～令和6年2月29日
※予算には限りがありますので申請はお早め！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お問合せください。
- 問合せ 地域福祉課 ☎283-4121



【昨年度農業キャンプの様子】

サロン活動はじめてみませんか？

3年前より新型コロナウイルス感染症が広がり、不要不急の外出自粛や地域のサロン・イベント開催の中止など、地域住民のふれあいやつながりの機会が減ってしまいました。新型コロナウイルス感染症の規制緩和となる今、地域の交流のきっかけとしてサロン活動をはじめてみませんか？



百歳体操

世間話し

子育ての相談

サロンとは

地域の皆さんが気軽に集える場所づくりを通し、定期的に集い、顔なじみの輪を広げ、地域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」を行うことで、いきいきとした安心できる生活が送れることを目的とした活動です。

サロンではこんな活動をしています。

高齢者だけではなく子どもや障害者の方の活動でも大丈夫です。
例：茶話会、ゲーム、手芸、世代間交流、健康チェックなど

南アルプス市社会福祉協議会ではサロン開設・運営のお手伝いをします！

- 助成金の交付が受けられます(金額は回数・参加人数等で決定。上限あり)
- 年2回ボランティア向けのフォローアップ研修に参加できます
- 講師のマッチングができます
- 年1回社協バスが利用できます
- サロン保険に加入します
- いつでもサロン開設や運営に関わるご相談にのることができます

輝 今月の輝いている人

今回紹介する方は先月の名取さんからご紹介をいただいた福本彩心さんです。

福本さんは現在山梨県立大学の3年生。甲斐縁隊と認定NPO法人チャリティーサンタ甲府支部に所属しており、チャリティーサンタでは副代表を務めています。チャリティーサンタは大学生、社会人が中心となり、クリスマスにサンタになりきり子供たちにプレゼントを配る活動を行っていています。福本さんはもともとボランティアをしたいという思いがあり、大学に掲示されているボランティアの情報等をきっかけにチャリティーサンタに参加し始めました。福本さんは、「活動自体がとても楽しく、子供たちもメンバーも素敵な人ばかりでいつの間にか自分の居場所の一つになっていた。まだまだ自分の知らない世界があるのでそれを広めていくと共に、副代表として皆が居心地の良い場所を作るということを今後の抱負にしていきたい。」とおっしゃっていました。



次回(6月号)の「輝いている人」は、福本さんからの紹介で同じくチャリティーサンタの活動を行っている新津藍さんから話を伺う予定です。

ボランティア活動をはじめてみませんか？

新型コロナウイルスの規制が緩和され、少しずつボランティア活動にも活気が戻ってきています。活動が増えてくるにつれ、社協が事務局を担っている団体でもボランティアを募集しています。どの団体も『できることを、できる範囲で』をモットーに無理なく楽しく活動しています。新たな1歩を踏み出してみませんか。

男性ボランティア「えがおの会」

[活動内容] 草刈り・植木の剪定・障子張替えなど
[定例会] 第3(水)AM10:00～

女性ボランティア「笑輪(しょうわ)の会」

[活動内容] 部屋の片付け・掃除など
[定例会] 第3(火) AM9:30～

傾聴ボランティア「らい聴の会」

[活動内容] 自宅を訪問しての話し相手
[定例会] 毎月最終(火)AM10:00～

花植えごみ拾いボランティア「花鳥風月の会」

[活動内容]
●市内各地区でのごみ拾い 奇数月の30日AM10:00～
●花壇の花植えと管理(春と秋)

私たちの協議体

今回は小笠原橋南地区協議体を紹介します。

小笠原橋南地区協議体では令和3年5月より百歳体操をメインに活動を行っています。毎週火曜日に16名～19名が参加し、コロナの感染に注意しながら実施しています。体操が終わった後には、水分を取りながら世間話をする時間を取っています。百歳体操の測定の際には、帝京看護学校の学生に参加してもらいました。若い方にも活動を知ってもらうことができ、参加者のやる気にもつながりました。



昨年度は市のコミュニティバスを利用し、芦安地区やふるさと文化伝承館に行き市内巡りも行ないました。普段乗りなれないコミュニティバスですが計画して皆さんで行くことで楽しいひと時を過ごせたそうです。代表の塩田さんは「協議体で生まれたこの場を楽しみながら続けていきたい。」とおっしゃっていました。



南アルプス市災害・防災ボランティア地区連絡会 全体会&講演会 同時開催

参加自由!
お気軽に
参加ください!

当会では、日頃から防災の啓発活動や勉強会などを行い、地域での防災の大切さを発信してきています。今回、年間の報告と新年度の計画を報告する全体会と同時に講演会を開催します。テーマは「女性目線の防災」です。地域防災について一緒に学んでみませんか。大勢のご参加お待ちしております!

【日時】 5月24日(水) 19:30 開会
【場所】 若草生涯学習センター わかくさホール
【内容】 第1部 全体会
第2部 講演会「女性目線の防災」



～これからのことをみんなで考えよう～
講師 あんふあんねっと代表 軽部妙子氏
女性防災士 斉藤節子氏

【申込み】 (事務局)社協地域福祉課 ☎283-4121

「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・檜形・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。



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 ①5月10日(水) 10:00~12:00
野牛島集落センター(野牛島2013)
②5月24日(水) 10:00~12:00
山寺区公会堂(山寺278-3)

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。記事を書きたい方は、前月10日までに社会福祉協議会の地域福祉課(☎283-4121)にご連絡をお願いします。



第24回朗読会「ふれあい処」のお知らせ

★日時 令和5年5月13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 ・名取佐和子作 「『マツミヤ』最後の客」
・藤原緋沙子作 「葎切」
・熊王徳平作 「吉祥天女」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

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。

※日程・プログラムは変更の場合があります。

要申込 シャンプレイ事業第129弾 歌声コンサート

♪日時 5月21日(日) 13時~
♪会場 若草生涯学習センター
♪講師

【アコーディオン】大久保 幸さん
【歌唱指導】杉平 はるみさん

♪定員 50名(受付開始5/3~)
♪参加費 300円(飲み物付)
♪申込・問合せ

若草生涯学習センター
☎283-8311

「彩り市」開催&出店者募集

3年ぶりに春の彩り市を開催します。

●開催日 5月28日(日)(雨天決行)
●時間 9時~13時
●場所 若草生涯学習センター
(雨天時はセンター内)
●内容 野菜・食べ物・衣類
手芸品・体験等

出店料500円
テント、テーブル等各自持参

●問合せ 若草生涯学習センター
☎283-8311



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 5月17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 5月19日(金) 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



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。今回は八田地区のごみ拾いです。みんなで一緒に歩きましょう!

※当日は感染症対策として「マスク」と「手袋」の着用をお願いします。

◆日時 … 5月30日(火)10:00~1時間程度
◆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

和太鼓体験会開催

いろいろな太鼓を
打ってみませんか。

●開催日 5月20日(土)
●時間 午後1時30分~3時
●場所 北地区農村環境改善センター(檜形北小学校隣)
●対象者 小学生以上
●定員 20名
●申込・問合せ ☎090-1619-9645(飯野:長清太鼓)



「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 5月12日(金)
時間 9時30分~12時30分
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(問合せ) ☎080-7042-6551(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



4月号で清拭布の募集をお願いしたところ、大勢の市民の皆様から寄付を頂きました。心より感謝申し上げます。

地域交流拠点 しゃきよんの家だより 5月の予定

5日(金) 14:00~ クラフトアート(カーネーション作り)
10日(水) 14:00~ ゆる体操
10・24日(水) 10:00~ 囲碁クラブ
15日(月) 14:00~ 舞の会(舞踊訪問)
23日(火) 14:00~ オカリナ演奏会
26日(金) 14:00~ 弾き語りこまちゃん(ギター演奏)
31日(水) 14:00~ 懐かしの映像鑑賞

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