

# 手もつなごう

「気づき」から「つながり」へ

南アルプス市社協ボランティアじょうほう

令和7年2月  
No.260

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

- 発行：南アルプス市社会福祉協議会（略称：社協）
- 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

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。

## 専門職と協議体の合同研修

# 支えあいディスカッション2024

申込締切  
2月7日  
(金)

2月13日(木) 14:30~16:30

今年度も、専門職と協議体との合同研修会「支えあいディスカッション2024」を開催します。  
「地域が輝く、その人が輝く」をテーマに、地域共生社会の実現に向け、その一端を担う協議体と専門職がより顔の見える関係を築き地域のネットワークを広げ、地域生活課題の解決に向けた持続可能な地域づくりや「すべての人々」による福祉コミュニティの形成を目指します。ぜひ、ご参加ください。

- ★会場… 桃源文化会館 桃花・桃源・桃李の間（飯野2971）
- ★対象者… 協議体、専門職（介護・医療・福祉系）  
民生委員等、及び地域活動に興味のある方
- ★内容… 講義、事例発表、意見交換
- ★講師… 渡辺 裕一氏（武蔵野大学 人間科学部社会福祉学科 教授）
- ★主催… 南アルプス市社会福祉協議会
- ★共催… 南アルプス市介護福祉課
- ★協力… 南アルプス市地域包括支援センター
- ★申込み… 地域福祉課 ☎055-283-4121 または FAX 055-283-4167



講師  
渡辺裕一氏



昨年の様子



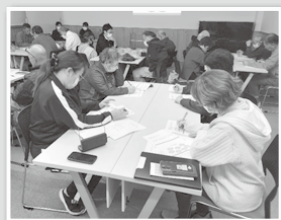
皆さんのご参加  
お待ちしております！



## 私たちの協議体

### 今月は飯野地区協議体の活動を紹介します

飯野地区協議体では、地域に住む誰もが安心して暮らせることを目指し毎月第3金曜日に定例会を行っています。定例会では、活動の4本柱として「①百歳体操の普及、②3層(自治会単位)の活動支援、③広報、④自治会連合会への説明・周知」を目標に掲げ話し合いが行われています。今年度、まだ3層が立ち上がっていない地区へ協議体を知ってもらうために百歳体操の体験会を行ったり、住民と一緒に地域課題を考えていくきっかけとなる「ふくし勉強会」を開催しました。今後も百歳体操などの介護予防を通じ見守り活動を行いながら地域の困りごと等の情報共有を行っていきます。



## 今月の輝いている人

今月の輝いている人は沢登京子さんです。

榊形地区にお住いの沢登さんは、「食と音楽」が大好きで、南アルプス市の合併以前より管理栄養士として県内各所で働きながら、知り合った仲間と一緒にボランティアやサロンを立ち上げ20年以上活動しています。平成4年にはアコーディオンを購入し日本音楽療法学会に登録、「アコーディオンを抱えてやってくる栄養士」として活動も広がりました。

音楽ボランティア『虹』、演劇『すもも劇団』、料理教室『生きがいづくりボランティア』の他に、サロン『梨の花』や社協事業である『おやつボランティア』の榊形地区の代表も務めています。「協力してくれる長い付き合いの仲間と苦にならず楽しく活動し、社会に恩返しができると思っています。人生まだまだ！これからもお声掛けいただければ、新しく活動場所を広げていきたいです。」と熱心で元気いっぱいの沢登さんです。22日には第4回「健康生きがいフェスティバル」を開催します。ご興味がある方は是非ご参加ください。一緒に活動できる若い方大歓迎だそうです。（詳細裏面参照）



# 令和6年度 市民と福祉専門職の 合同ふくし勉強会・CSW実践報告会

市民の方、福祉専門職の方に身近な相談員『CSW（コミュニティソーシャルワーカー）』の活動を知っていただき、より一層地域にささえあいの『わ』を広げていくことを目的としています。

※CSWとは、地域で生きづらさを抱える人や1歩ふみだしたい人と共に考え、地域や制度とつなぐ身近な相談員です。

### 実践報告

- ・CSWが大切にしてきたこと
- ・令和6年度 CSW実践報告

### ふくし勉強会

事例「本人とつながる」  
講師：武蔵野大学 人間科学部  
社会福祉学科 教授 渡辺 裕一氏



- 日 時… 2月26日(水) 15:30~17:00
- 定 員… 100名(先着順で受付)
- 対 象 者… 市内在住でふくしに関心がある方なら誰でも参加できます
- 問合せ・申込み

■会 場… 桃源文化会館（飯野2971）  
■申込締切… 2月21日（金）  
南アルプス市社会福祉協議会 ふくし相談支援センター ☎055-284-7830 FAX 055-283-4167

## 介護支援ボランティア・ポイント制度事業のご紹介

65歳からの  
いきがいづくり

南アルプス市では地域支援（介護予防）事業の一環として、平成28年から介護保険法に基づき、介護支援ボランティア・ポイント制度を推進しています。活動内容は、一人暮らしの方のご自宅に話し相手として訪問する活動や、市内高齢者施設内でのお茶出しなどです。施設職員や利用者からは感謝の声が、そしてボランティア活動者からはやりがいや達成感など、充実した活動の感想が寄せられています。

### 介護支援ボランティア養成講座のお知らせ

ボランティア活動を通して介護予防、生きがいづくりをしませんか？ 講座受講及びボランティア登録後に、市内各ボランティア受け入れ施設等で活動できます。活動には1時間あたり1ポイントが付与され、年度末に換金できます。（年間上限50ポイント）

- ◆日 時… 2月20日(木) 13:30~15:00
- ◆場 所… 社会福祉協議会本所（鏡中條1642-2）
- ◆内 容… 講 義「南アルプス市の現状と介護支援ボランティア・ポイント制度導入の背景」  
事業説明「介護支援ボランティア・ポイント制度について」など

※市内の自治会や協議体、サロンや各種団体等への出張講座も承ります。お気軽にご相談ください。  
◆申込み・問合せ… 総務課 ☎055-283-8711 FAX 055-283-4167

申込締切  
2月14日  
(金)



## 第26回 白根桃源図書館朗読会 「きずな亭」のお知らせ

申込  
不要

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。

- ※日 時…2月22日(土) 13:30~
- ※場 所…白根生涯学習センター 研修室
- ※出 演…図書館朗読ボランティア「あめんぼの会」
- ※朗読作品…芥川龍之介 作「蜜柑」  
三浦 哲郎 作「じねんじょ」  
角田 光代 作「絵」 他
- ※主催・問合せ…南アルプス市立図書館 ☎055-280-3300



※日程・プログラムは変更の場合があります。

## 認知症カフェ『オレンジカフェ結』

オレンジカフェ結は認知症の人もそうでない人も、  
経験豊かなスタッフと懐かしい歌や思い出を語り合い  
ながら、ゆったり過ごす場です。香り高い珈琲を淹れて  
お待ちしております。どうぞお気軽においでください。



- 開催日…2月4日・11日(祝)・18日・25日(毎水曜日)
- 時 間…13:30~15:30
- 場 所…くしがたすこやか八幡館(下宮地469-1)
- 相 談…認知症のご本人の相談。認知症介護や困りごとなどの  
相談もお受けします。お気軽にご連絡ください。
- 問合せ…認知症ケアポートらぼーる  
認知症ケア上級専門士 松本 ☎090-5393-0881

## 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。制度のこと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…2月20日(木) 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 ☎055-283-8722 FAX 055-283-4167

## 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  
に総務課にご連絡をお願いします。 ☎055-283-8711



## 健康生きがいフェスティバル開催

多世代の交流を通して“生きがい”について考え地域  
とのつながりにより、フレイル予防・健康寿命延伸に  
向けて、体験型イベントから学びます。



- 日 時…2月22日(土) 13:00~15:30
- 会 場…若草生涯学習センター わかくさホール(寺部725-1)
- 内 容…◆健康生きがい豆知識、食と栄養・介護  
◆遊び▶輪投げ、カーリンコン、バルーンアート  
◆見る・聞く・参加▶寸劇、トーンチャイム(体験)、  
頭の体操など
- 問合せ…☎090-3131-7194(芦沢)・沢登

## やまびこの会 認知症カフェ「オレンジカフェやまびこ」

認知症の人や家族の情報交換の場です。毎月第3水曜日に開催。  
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…2月19日(水) 13:30~15:30
- ★参加費…100円
- ★場 所…白根生涯学習センター中研修室(飯野2804-1)  
※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(いがり) 携帯 090-1114-2870  
地域包括支援センター ☎055-282-7339  
北部地域包括支援センター ☎055-288-1440

## 音楽ユニット 夢浪漫の楽しい音楽会

当日参加  
OK!

夢浪漫の音楽会は回想法の考え方を取り入れて構成しています。  
音楽と思い出のトークは、笑顔と元気を運んでくれます。  
どうぞお気軽にご参加ください。お待ちしております。

- ★日 時…2月8日(土) 13:30~15:30
- ★場 所…白根生涯学習センター 大研修室(飯野2804-1)
- ★内 容…講師:音楽ユニット 夢浪漫(ゆめろまん)  
石川正人氏(心療回想士)・石川文子氏

\*音楽会の後は介護の悩みなど何でも語り  
合いましょう。

- ★対象者…家族の介護をしている方や、そ  
の家族、介護経験者、介護に関  
心のある方他どなたでもおいで  
ください。

- ★申込み…人数把握のため連絡をお願いします。
- ★問合せ…やまびこの会 猪狩(いがり) 携帯 090-1114-2870



この事業は南アルプス市家族介護者相互交流事業として開催します

## サロン団体ガイドブックを更新します!



南アルプス市社会福祉協議会  
では、サロン団体の活動を紹介  
するガイドブックの第3版を作  
成しております。この機会に、  
これまで社協と関わりがなかつ  
たサロン団体の方々も、サロン  
団体ガイドブックへ掲載して、

市民の皆様へ活動を紹介してみませんか? 皆様のご協力をよろしく  
お願いいたします。

- ◆掲載希望の方は2月14日(金)までにご連絡ください。
- ◆問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121



## 「気楽な茶話会」開催のお知らせ

誰でも自由に参加できる気楽な茶話会を開催しています。無理を  
しないで気ままに過ごせる茶話会ですので、他者とのコミュニケー  
ションの苦手な方でも大丈夫です。申込みは不要です。  
ご参加お待ちしております。

参加費  
無料

- 日 時…2月6日(木) 14:00~15:30
- 場 所…市民活動センター(小笠原572-9)
- 問合せ…精神保健福祉ボランティア こぶしの会  
☎055-282-9670(中込)

## すずの会朗読発表会

~あこのころの あ・た・し~

- 日 時…3月2日(日) 13:30~15:30(終演予定)
- 会 場…櫛形生涯学習センター あやめホール(小笠原1060-1)
- 出 演…南アルプス市立中央図書館 朗読ボランティアすずの会

## 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) ☎055-288-1440
- ◆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) ☎055-282-7339
- ★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。