

南アルプス市社協ボランティアじょうほう

手もつなごう

「気づき」から「つながり」へ



令和7年5月

No.263

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。

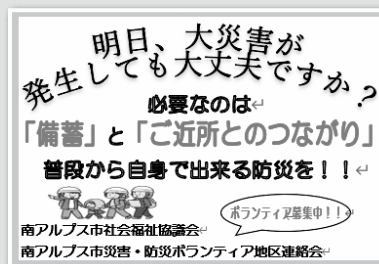
南アルプス市災害・防災ボランティア地区連絡会 令和7年度「全体会」&「防災勉強会」を実施します

自然災害はいつ起こるか分かりません。被害を軽減するためには防災意識を一人一人が持っていくことが必要です。まずは自分の身を助けるための自助、そして共に助け合う共助。共助には発災のその時だけでなく、その前の生活から復興までが含まれます。地域の防災意識をみんなで高めていくことが大事です。

当連絡会では防災意識を高めていくため全体会と併せて勉強会を開催します。どなたでも参加できます。ぜひお誘いあわせいただきみなさんでご参加ください！

一緒に活動をしてくれる方も随時募集しております。興味のある方はぜひ問合せください。

- ★日 時…5月23日（金） 19：00～20：30
- ★場 所…社協本所（鏡中條1642-2）
- ★学習会内容…「災害時の住民としての動き」 発災～避難所～避難所生活
講師：レスキューストックヤード 浦野 あい 氏
- ★主 催…南アルプス市災害・防災ボランティア地区連絡会
- ★問合せ…【事務局】地域福祉課 ☎055-283-4121



ボランティアを募集します！！

社会福祉協議会では子供たちに福祉の心を育んでもらうことを目的に市内の小中学校からの依頼を受けて『ふくし教育』事業を行っています。

授業に同行いただき、高齢者疑似体験の福祉用具の装着を手伝っていただけるボランティアを募集します。未来の南アルプス市を担う子供たちのためにご協力をお願いします。詳細についてはお問い合わせください。

♥問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121（担当：渡邊・堀内・佐久間）



今月の輝いている人は杉下香織さんです。

白根地区にお住まいの杉下さんは南アルプスガーデン内の店舗で衣料品のリサイクル販売・リユース事業をしており、学生服のリユースを行う「さくらや」のフランチャイズに加盟し、昨年7月から県内全域の学校を対象とした制服の取り扱いを始めたそうです。

制服の回収についての周知をした折、市役所の生活支援コーディネーターを通じて、市内の協議体とつながり、各地区で行う制服のリサイクル活動で回収した制服の一部を預かり、店舗の一角で常時リユース品として取り扱うボランティアを行っています。

すでに100着以上の制服が集まり、その後必要な子供の手になつていきます。「制服を試着した子供を見て成長を感じ、家族が感動しているところに立ち会えた時がうれしかったです。制服は仕立てが良いので『リユース』の考えで上手に利用してほしいと思います」と話されます。

リユース出来ない衣類は工業用のウエスなどにリサイクルされるそうです。SDGsの観点からもゴミにしない『良いサイクル』広がれば素敵ですね。



甲西地区地域支えあい協議体からのお知らせ

甲西地区の方を対象に小・中・高の子どもたち（家庭）を応援するため、ご家庭で着なくなった制服等を譲りたい方から譲り受けた方へ橋渡しする活動を下記日程で行います。ご協力をお願いします。

- ★日 時…5月25日（日） *回収▶10：00～12：00 *譲渡▶13：00～15：00
- ★場 所…甲西保健福祉センター（古市場323）
- ★問合せ…落合地区協議体 代表 浅野 勝 ☎090-2225-5642
大明地区協議体 代表 杉山 修二 ☎090-3099-0851
南湖地区協議体 代表 有泉 清文 ☎090-2458-9966
または 社協地域福祉課 ☎055-283-4121



第3版 サロン団体ガイドブックが発行されました！

サロン活動は地域の居場所としてそれぞれの地域で実施されています。

市内のサロン団体が活動している内容をまとめた「第3版 サロン団体ガイドブック」が完成しました。南アルプス市協ホームページからダウンロードできます。ぜひご覧ください。

◆問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121



私たちの協議体

今月は檜形西地区協議体の活動を紹介します

檜形西地区は高齢化率が40%近くに及んでおり、それぞれの3層協議体では地域の実情に見合った実践活動を行っています。2層協議体では、そのような活動を後押しできるよう研修を中心とした例会を、2か月に1回のペースで開催しています。

昨年度は、「若者の貧困」「認知症」「防災」などをテーマとした講座と意見交換会のほか、メンバーを拡大した「女性目線の防災講座」や「在宅医療に関する映画鑑賞」を開催しました。また、百歳体操が体づくりは勿論、心づくりにも非常に有効なことから、まだ実施していない3層地区の人達を対象として、毎週1回開催しています。この輪が広がり居場所づくりに繋がることを期待しています。

これからも『すべての地区民が協議体メンバー』を胸にして励みます。



第28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。

申込
不要



- 日 時：5月10日（土） 13：30～
- 場 所：若草生涯学習センター 第1・第2会議室
- 出 演：図書館朗読ボランティア「文の会」

朗読作品

- ・ 曾野 綾子 作 「光散る水際で」
- ・ 内海隆一郎 作 「紅白饅頭」
- ・ 藤原緋沙子 作 「初雪」 他

●主 催：南アルプス市立中央図書館 ☎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…5月6日（火・祝）・13日（火）・20日（火）
- 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…5月20日（火） 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

「フレイル予防健康教室」 を開催します！

定員
20名

人生100年時代、生活をエンジョイ!!

食、栄養の大切さ・運動・社会参加、元気に活動している人との
出会い、健康寿命延伸に向けて、生活習慣を見直しましょう。
みんなで楽しく作り・おいしく食べる教室です。新規参加者大歓迎
です。お気軽にご参加ください。

6月からは毎月第2金曜日の
開催になります。

- △日 時…5月16日（金）
- △時 間…9：30～ランチタイム
- △場 所…豊働く婦人の家（豊小学校南） 調理室と講話室
- △会 費…年会費：1,000円（保険料込み）
月会費：1回 500円（材料代等）
- △担 当…フレイル予防教室代表 沢登（管理栄養士）他
- △問合せ…沢登 ☎080-1042-6551



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」

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…5月21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
〔市〕地域包括支援センター ☎ 055-282-7339
〔社協〕北部地域包括支援センター ☎ 055-288-1440



ごみ拾いボランティア実施します！ ～今回は八田地区で活動します～

ごみ拾いボランティア花鳥風月の会では奇数月の30日を基準に
ごみ拾い活動を行っています。
みんなで一緒に活動することでコミュニケーションをとりながら
楽しく活動ができます。どなたでも参加できます。ぜひお友達など
お誘いのうえご参加ください。

- ☆日 時…5月30日（金） 10：00～1時間程度
- ☆場 所…旧デイサービスゆうかり玄関前
※樹園北側（野牛島2727）
- ☆持ち物…軍手、トンゴ
※暑さ寒さ対策も各自お願いします。
- ☆申込み・問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121

雨天中止です！



男性介護者のつどい

参加費無料

男性介護者の皆様、男性ならではの介護の悩みを
語り合い共有しませんか。息抜きのためのつどいの
場です。どうぞお気軽にご参加ください。

定 員
30名程度

- 日 時…5月23日（金） 13：30～15：30
- 場 所…橿形社会福祉会館 2階ホール（小笠原471-8）
- 対 象…介護をしている方、終わった方、これからされる方、
関心のある方等
- 申込み…電話で申込み ■申込締切…5月16日（金）
- 問合せ…介護福祉課 ☎055-282-7347

生きがいと健康づくり 日日草の会よりお誘い

楽しく踊って仲間づくりをしませんか。踊りで生きがい
と健康づくり（認知予防）、皆様とおしゃべりをして笑顔
をつくり、絆を深めませんか。ご参加お待ちしております。



- ※開催日…月2回 第2・第4水曜日 13：30～15：30
- ※会 場…旧若草健康センター2階（鏡中條1642-2）
- ※問合せ…☎055-283-2547 または ☎090-7410-3931（日野谷）

新規活動団体の立ち上げを応援します

こんなボランティア
を始めたいと思う…



近所の仲間との集まりって
サロン団体になるの…？

など、市民の皆さんの「やってみたい！」の想いに協力します。
活動助成金の申請のご相談もお受けします。どうぞお気軽にご連
絡ください。

- ◆問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121 （担当：渡邊・野中）

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・橿形・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。