

手もつなごう

「気づき」から「つながり」へ



令和7年8月
No.266

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。

おやつボランティア のための

研修会のご案内

おやつサービス事業(※)における研修会を開催します。洋菓子職人を講師に迎えおいしい洋菓子を作ります。一般の方の参加も大歓迎です!!

(※)月に1回季節感のあるおやつを作り、民生委員等が見守りを兼ねて対象者に配布しています。

📅日 時…8月20日(水) 🕒時 間…10:00~12:00

📍場 所…社会福祉協議会本所 2階調理室(鏡中條1642-2)

👤講 師…内藤 傳二氏(洋菓子店 ピーターパン) 📋内 容…洋菓子2品(予定)

📅申込期間…8月1日(金)~8月8日(金) 📍申込先…地域福祉課 ☎055-283-4121



南アルプス市「サロン・ボランティア合同交流会」開催!!

「癒し」をテーマに、サロン・ボランティア合同交流会を開催いたします。

日ごろから頑張っている自分を労わりませんか? 今回はセルフケアと美味しいコーヒーの淹れ方を教えていただきます。そして、他の団体や活動者と交流できるチャンスです! また、これから活動を始めたいという方もお話を聞ける機会になります。ぜひご参加ください。

📅日 時…8月20日(水) 13:30~15:30(受付13:15~)

📍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…テーマ「癒し」頑張っている自分へのリラックス方法

🕒1日5分! 肩こり・腰痛予防のためのセルフケア指導

★講師：宮川病院 理学療法士 中込 達氏

☕コーヒー店を営んでいる方による簡単にできるおいしいコーヒーの淹れ方

★講師：Bijoux Coffee(ビジュ コーヒー) 南アルプス店 田中 繁雄氏・手塚 大貴氏

🍷コーヒーと手づくりおやつを食べながらの交流

📅申込締切…8月13日(水) ※参加人数把握のため事前申し込みにご協力ください

📍主催・申込…南アルプス市社会福祉協議会 ☎055-283-4121 FAX 055-283-4167

定員80名
先着順



お知らせ

介護支援ボラン ティアの皆さんへ

この度、放課後児童クラブ(学童)でのボランティア活動が、介護支援ボランティアのポイント対象となりました。

●白根飯野児童クラブ(飯野1972-1) ●小笠原児童クラブ(小笠原776-3) ●櫛形豊児童クラブ(吉田753-1) ●若草児童クラブ(寺部740) ●甲西大明児童クラブ(清水24)

上記の学童ではボランティアを募集しています。子供たちに対しての音楽(歌や楽器など)や、読み聞かせなどの特技・芸能の披露はもちろん、工作や手芸の伝授など、夏休みの期間中に少しの時間でも活動することで有意義な時間を過ごしてみませんか。ぜひ活動をご検討ください。時間や活動内容の詳細については、お気軽にお問合せください。▶地域福祉課 ☎055-283-4121

輝いている人

今月の

今月は赤池南々さんをご紹介します。

甲西地区にお住いで保育士の赤池さんは、昨年潰瘍性大腸炎を患い手術で大腸を全摘出し、ストーマ(人工肛門)を装着し生活していました。今現在は人工肛門を閉鎖する手術を受けています。助けてくれたお医者様やつらい闘病中に親身になってお世話してくださった看護師さんたちにとっても感謝しており、「自分にできることで何か恩返しができたら」との思いから、自分の病状をオープンにし、オストメイト(人工肛門や人工膀胱を造設した人)を取り巻く環境や生活について、またヘルプマークや輸血についても知ってもらい、対話形式で行う講話をボランティアで行っています。市内の小中学校で福祉教育の一環で授業を行った際には、「オストメイトトイレが少ないのはなぜ?」や「ヘルプマークの人を助けてあげたい」など子供たちからの素直な疑問や感想が聴けてうれしかったと話されます。いつも授業の最後には『今を全力で楽しんでね!』と伝えているそうです。「今後は子供たちに限らず多くの人に、見えにくいけれど配慮や支援の必要性があることを知ってもらい考えるきっかけづくりを、また災害時の備えや支援の重要性も発信していきたい」と笑顔で話す赤池さんでした。



令和7年度介護支援ボランティア養成講座のお知らせ

65歳からの
健康づくり

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。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)。活動内容としては、一人暮らしの方のご自宅に2人のボランティアで訪問し、一緒に過ごすお話し相手ボランティアや、市内登録施設内でのお茶出しなどのボランティアです。施設職員や利用者からは感謝の声や、そしてボランティア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。ぜひこの機会にご参加ください。

📅日 時…8月27日(水) 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

📅締 切…8月22日(金) 📍申込み・問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121 FAX 055-283-4167

※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。

私たちの協議体

今月は「芦原げんきクラブ(甲西地区)」の活動を紹介します

令和5年9月、芦原げんきクラブ(甲西地区)は住民有志による話し合いをきっかけに、「支えあい大切さ」「地域のつながりの必要性」を考える場として、3層協議体として発足しました。

芦原区は約35年前、他の地域や県外から移り住んだ人々によってつくられた新興住宅地です。現在は高齢化が進み、仕事を続けている方、退職してゆったり過ごしている方、趣味に励む方など暮らし方はさまざまです。中には自宅で過ごす時間が増え、人と話す機会が少なくなっている方もいらっしゃると思います。こうした現状を受け、「気軽に集まれて楽しく過ごせる居場所をつくろう」と、住民による交流の場づくりが始まりました。「芋煮会」「豚汁会」「グラウンドゴルフ大会」など、顔を合わせてふれあえるイベントを開催し、地域に笑顔が広がっています。さらに今年4月からは、月2回の「さわやか百歳体操」もスタート。参加しているのは60代後半から80代の元気な皆さん。体調のことや日々の出来事をおしゃべりしながら、楽しく体を動かしています。「思ったよりきついけど気持ちいい」「健康に良さそう」などの声も聞かれ、最近ではすっかり慣れて笑顔で取り組まれています。

これからもこれまでの活動を大切にしながら、より多くの方に参加していただけるよう工夫し、地域に笑顔とつながりを広げていきたいと考えています。



認知症サポーター養成市民公開講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。あなたも認知症サポーターになりませんか？

定員15名
参加費無料

- 日 時…9月6日(土) 10:00~11:30
- 場 所…橿形生涯学習センター 2階研修室(小笠原1060-1)
- 対 象…市内在住の方、市内に勤務している方
- 内 容…認知症の基礎知識や認知症の人への対応方法について等
- 申込み…電話で申込み
- 問合せ…介護福祉課 ☎055-282-7339

男性介護者のつどい

参加費無料
定員30名程度

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。介護に関する学びを交えながら息抜きをするつどいの場です。どうぞお気軽にご参加ください。

- 日 時…9月12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…9月5日(金)
- 問合せ…介護福祉課 ☎055-282-7347

第27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…8月23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…土屋嘉男 著「七郎さんと八郎さん」「トミ江 武勇伝」
重松 清 著「バスに乗って」
谷口雅美 編著「私の宝物」 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。

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。

**参加費
100円**

- ★日 時…8月20日(水) 13:30~15:30
- ★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

お楽しみ給食会開催

8月も開催します。お友だちを誘ってぜひご参加ください！

- ☎開催日…8月4日(月)・6日(水)・7日(木)・8日(金)・18日(月)・22日(金)
- ☎時 間…10:00~13:00
- ☎場 所…甲西保健福祉センター(古市場323)
- ☎参加者…南アルプス市在住の学生とその家族
※未就学児も対応しますのでご連絡ください。
- ☎参加費…各回一人 100円・大人200円(保険代・食品代)
- ☎持ち物…宿題 ☎メニュー…全日カレー(おかわり自由！)
- ☎締 切…参加希望日の前日までにご連絡ください
- ☎申込み…名前(フリガナ)・学校名・学年・参加日・緊急連絡先(ケガ・中止等の連絡のため)をショートメールでお送りください
※ランチボランティア甲西 代表：滝沢 卓夫 ☎090-8893-6173



あんふあんねっとサポーター(ボランティア)募集中！

小学生から99歳のサポーターを募集しています。読み聞かせ、イベント、クラフト、調理、本の整理等みなさんの得意なお手伝いをお願いします。登録はQRコードからお願いします。日時・内容は登録頂いた方にその都度連絡します。また、8/9夏祭り、8/23・24子どもの城フェスタのボランティアを募集中です。▶問合せ…055-269-7568(あんふあんねっと)



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日までに地域福祉課にご連絡をお願いします。☎055-283-4121



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になっても、住み慣れた地域の中で、安心して暮らしていくためにお手伝いします。午後のひとときを、香り高い珈琲と仲間の中ですごしましょう。



- 開催日…8月5日・12日・19日・26日【毎火曜日】
- 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…認知症のご本人やご家族の相談。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…8月20日(水) 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

「気楽な茶話会」開催のお知らせ

誰でも自由に参加することができ、他者との関わりが苦手の人でも気ままに過ごせる茶話会です。自分の心に無理をさせなくていいと思います。私たちと一緒に楽しい時間をつくりませんか。

- ※日 時…8月7日(木) 13:25~15:00
- ※場 所…きがる館(飯野2842-1)
- ※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)

**参加費無料
申込み不要**

※状況により、イベントは中止や延期となる場合があります。詳細は各団体へお問合せください。お問合せの際には、連絡先を確認し、お間違えの無いようお願いいたします。