

手もつなごう

「気づき」から「つながり」へ

令和8年2月

No.272

●発行：南アルプス市社会福祉協議会（略称：社協）
●住所：〒400-0332 南アルプス市鏡中条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。

facebook Instagram



「家族で楽しく学ぶ」がテーマの 防災体験型ワークショップ実施のお知らせ

災害時の対策について家族で話し合ったことはありますか？
今回は家族で防災について“楽しみ”ながらの“学び”を目的
にしたワークショップを開催します。ぜひ、お友達家族など
お誘い合わせて気軽にご参加ください。

- ☑日 時…2月14日（土） 10：00～12：00
- ☑場 所…白根飯野小学校 体育館（飯野1972-1）
- ☑対象者…小学生と保護者 ☑持ち物…室内履き・防寒着
- ☑定 員…家族20組（先着順） ☑申込締切…2月10日（火）
- ☑申込み…URL▶https://forms.gle/Xr1p9Xy2BPTyvF346・QRコード▶
- ☑問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121



令和7年度 介護支援ボランティア養成講座のお知らせ

【対象】65歳以上の方

有意義な余暇活動

生きがいと健康づくり

ボランティアで地域貢献

お友達同士で登録&活動



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）活動内容は、一人
暮らしの方のご自宅に訪問し、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
です。また特技・芸能披露などを行う方も対象となります。ぜひこの機会にご参加ください。

- ★開催日時…2月13日（金） 13：30～15：00 ★場 所…社会福祉協議会 本所（鏡中条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
- ★申込締切…2月10日（火） ★申込み・問合せ…地域福祉課 ☎055-283-4121 FAX 055-283-4167



今月の

今月は八田地区の手塚京子さんと甲西地区の田中仁美さんをご紹介します。

お二人は、社協の「高齢者おやつサービス事業」において、3年前から手作りおやつに添える
お便りをそれぞれボランティアで作成しています。おやつを受け取る高齢
者を想いながら、季節感を感じられるよう作られたお便りは配布する民生
委員さんや利用者さんからも大変好評です。「民生委員を終えておやつボ
ランティアに参加しました。絵を描くことが好きなので挿絵なら協力でき
ると思い作成しています。楽しみにしていてくださる方
も多いので、楽しくやりがいがあります」と手塚さんは
話されます。「私なり的高齢者への『想い』を添えたいです。お便りを書くようになって好き
な雑貨屋めぐりでは次のアイデアをリサーチしています。以前から何か社会貢献をしたい
と思ってました。」と語るのは田中さんです。お二人とも「できることだけです。これからも
頑張ります」と控えめに話されますが、素敵なお便りを今後も末永く期待したいです。



【手塚さん】



【田中さん】

若草盛りあげ隊大募集！

地域食堂やマルシェなどの新しいイベントを通して
多くの方と交流し、一緒に若草を盛りあげましょう！

懐かしい
イベントの
復活も

みんなを
ハッピーに！

初イベント！『100人青空食堂』開催！

メニューは当日の
お楽しみ！

どなたでも参加可能です。ボランティアスタッフも同時募集！
☑日時…2月28日（土） 9：30～ ☑申込み…QRコード▶
☑場所…Fumotto南アルプス ★野菜や果物の提供にご協力お願いします!!

※詳細についてはお問合せください。 ☎080-8049-7177（米倉）

家庭訪問型子育て支援ボランティア養成講座開催のお知らせ

未就学児が1人でもいるお宅を訪問し、一緒に育児や家事、外出をしながら
親のエンパワーメントのお手伝いをする支援者の養成講座です。

- ※日 時…2月17日（火）～3月31日（火） 全6回 10：00～15：00
- ※場 所…あんふあんワールド（徳永1605-2） ※参加費…無料
- ※申込み・問合せ…NPO法人あんふあんねっと ☎055-269-7568

共同募金 「ふれあい広場」事業 助成金(5万円)の お知らせ

自治会が管理している
集会所や公会堂などの
建物の備品購入、修繕
に共同募金の配分金から1自治会あたり5万円
を助成します。これまでに、助成金を使いパイプ
椅子やストーブなどが購
入され地域の活動に活
用されています。共同募
金の配分金をぜひ有効
にお使いください。

◆問合せ：地域福祉課
☎055-283-4121

参加無料 第24期介護予防サポートリーダー養成講習会受講生募集

地域で介護予防活動（サロン活動やコミュニティカフェの運営、集いの場づくり等）を行っていただける
方の養成を行います。全ての日程を受講された方には介護予防サポートリーダー登録証を交付します。

- ◆開催日…2月12日（木）・2月25日（水）・3月12日（木） 13：30～16：00
- ◆場 所…南アルプス市役所本庁舎（小笠原376） ◆定 員…15名 ◆申込締切…2月6日（金）
- ◆対 象…介護予防活動推進に関心があり全日程参加できる方。講習会終了後、地域で介護予防活動ができる方。
- ◆申込み・問合せ…市役所介護福祉課介護予防担当 ☎055-282-7339

私たちの協議体

今月は白根飯丘協議体を紹介します

飯丘では自治会や民生委員のメンバーが協
議体を運営しています。毎月第4水曜日に定例会を開いて、地域の困りごとや気
づいたことを話し合っています。毎月第2・4水曜日には百歳体操を実施してい
ます。また、12月には百歳体操の参加者と一緒にクリスマス会を開催し、「あ～
笑った!」「楽しかった」などの感想が寄せられました。百歳体操には誰でも参加
可能ですので、気軽にご参加ください！




こぶしの会 研修会開催のお知らせ

精神疾患について理解者が増えることを願い、研修会を開催します。お気軽にお出かけください。

**参加費無料
申込み不要**

★日 時…2月5日(木) 14:00～15:30
 ★場 所…市民活動センター(小笠原572-9)
 ★内 容…精神疾患について 講師:精神科医 深山 隆元 氏
 ★共 催…地域活動支援センター きがる館
 ★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)

認知症カフェ『オレンジカフェ結』

●開催日…2月3日・10日・17日・24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

第25回 すずの会朗読発表会 ～ 蔦屋重三郎と写楽 ～

●日 時…3月1日(日) 13:30～15:30
 ●会 場…橿形生涯学習センター あやめホール(小笠原1060-1)
 ●朗読作品…杉本章子 作『写楽まぼろし』～蔦屋重三郎と東洲斎写楽～
 ●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

グラウンド・ゴルフ体験会 開催!

●開催日…2月7日(土)・21日(土)・28日(土)
 ●時 間…いずれも13:00～
 ●場 所…橿形北小学校グラウンド(桃園813)
 ●申込み…☎080-1278-5209(GGみらい 近藤)

**参加無料
道具貸出あり**

成年後見制度相談会

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。

予約優先

●日 時…2月20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 ☎055-283-8722 FAX 055-283-4167

スリランカを知ろう

私たちは「ソルデアミーゴ～太陽の友だち」というグループです。外国につながる子どもたちや保護者のお手伝い、異文化理解のための活動をしています。

**定員10名
参加費300円**

●日 時…2月8日(日) 10:00～12:30
 ●場 所…甲西保健福祉センター(古市場323)
 ●内 容…①スリランカ料理「イブル キリバット」を作ります
 ②スリランカのお話を聞きます《シンハラ語》
 講師:ルワニ バスナカヤ さん
 ●持ち物…エプロン、ハンドタオル ●締 切…2月6日(金)
 ●申込み…かわて(Kawate) ☎090-2220-9166

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」

★日 時…2月18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

介護者のつどい『音楽ユニット 夢浪漫の楽しい音楽会』


★日 時…2月8日(日) 13:30～15:00(受付13:10)
 ★場 所…市民活動センター(小笠原572-9)
 ★内 容…*夢浪漫の音楽会 講師:石川正人氏・石川文子氏
 *交流会:介護や日常のことを話して聞いて交流しよう
 ★対象者…介護者やその家族・介護経験者・介護に関心のある方
 ★持ち物…水分補給の飲み物、念のためマスクをお持ちください。
 ★申込み…人数把握のためご連絡ください。当日参加OK!
 ★申込み・問合せ…やまびこの会 猪狩(いがり) 携帯090-1114-2870

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…2月24日(火) 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、これからされる方
 終わった方、関心のある方等
 ■締 切…2月13日(金) ■申込み…電話・QRコード
 ■問合せ…介護福祉課 ☎055-282-7347

申込みQRコード 

12月号で発表した「ふくしポスター」の応募総数の表記に誤りがありましたので訂正します。▶応募総数(誤)857件→(正)869件
 尚、審査会では869件すべての作品を対象に審査を行いました。

第28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28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…内海隆一郎 著「ハーモニカ」
 新美 南吉 著「牛をつないだ樁の木」
 瀧森 古都 著「金色のおはぎ」
 佐多 稲子 著「水」
 ●主催・問合せ…南アルプス市立図書館 ☎055-280-3300

※日程・プログラムは変更場合があります。

働けるまちづくりセミナー

南アルプス市では、誰もが働けるまちづくりを目指し、就労支援に取り組んでいます。基調講演や実際の取り組みを聞きながら「暮らしやすく働きやすい」まちづくりについて一緒に考えてみませんか。関心のある方、働きたい人を応援したい企業や市民の方のご参加をお待ちしています。

申込みQRコード 

●開催日…2月6日(金) 18:30～20:30
 ●場 所…若草生涯学習センター わかくさホール
 ●申込み…QRコード又は電話にて
 ●問合せ…福祉総合相談課 ☎055-213-0599

春よ 来い来い フォークコンサート

●日 時…3月1日(日) 【開場】13:00
 【開演】13:30～15:30
 ●場 所…若草生涯学習センター わかくさホール
 ●出 演…フォークソング歌手:藤森 敬一 氏
 キーボード演奏:下川久美香 氏
 ●問合せ…若草生涯学習センター ☎055-283-8311

**参加費
500円**

ひきこもり・就労に関する相談会

要予約

生活やお仕事についてのさまざまな不安や悩みについて社会福祉士等の相談員がご相談をお受けします。

●日 時…3月4日(水) 14:00～16:00
 ●場 所…予約の際、相談しやすい場所を確認しながら決めます。
 ●対 象…市内在住のご本人またはご家族
 ●問合せ…福祉総合相談課 ☎055-282-7250
 メール: fukuso@city.minami-alps.lg.jp



※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。