

ささえーる こもる



民生・児童委員が新体制となりました！

写真左から、小諸市民生・児童委員協議会の岡田耕一副会長、
中山孝一会長、柏木博美副会長



「愛の手で みんなで支える
住みよい地域」

民生・児童委員の役割は「気づき つなぎ 見守る」が基本です。私たちはつながりが薄くなり、お互いの顔が見えにくくなった地域で生活課題に気づき、関係機関との連携、協働のもと、困りごとを抱える人を地域の居場所や人、情報、制度など、さまざまなサポートにつなぎ、生活変化を見守ることを活動としています。

3年間、コロナ禍で活動が思うようにできず、経験が少ないまま2期目に入った委員と1期目の新任委員を合わせると90%になります。数字

だけを見ると、心細く思われるかもしれませんが、関係機関の職員の皆さんからの知恵をお借りしながら、今後3年間地域福祉の向上及び充実のために努めてまいります。

〔民生・児童委員とは〕

民生・児童委員は地区の推薦を受け、厚生労働大臣から委嘱された委員です。常に地域の皆さんの立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、行政・地域のつなぎ役を務めます。

5月号の主な内容

- 令和5年度事業計画・予算
- カーブス・小諸商工会議所女性会 寄付
- ファミリーサポートセンター
- 新入職員紹介
- 小諸東中が寄付／地域のつながり・支え合い（与良区）
- 介護予防ささえ愛サポーター研修案内

令和5年度 小諸市社会福祉協議会事業計画

【基本理念】

地域福祉を推進する団体として、「誰もがその人らしく安心して暮らすことが出来る地域社会」を地域住民と協働で創ります。

【基本方針】

基本理念に基づいて、以下の方針で事業を展開します。

- 1 住民や地域団体との協働による地域福祉の推進
- 2 地域ニーズに基づいた事業の展開
- 3 住民主体のサービスの実施
- 4 総合的な相談体制の整備

【主な事業方針】

(1) 支え合う地域づくりの推進

①小諸市社会福祉協議会は、地域福祉の推進を使命としており、区を単位とした支え合い活動による、誰も孤立しない顔の見える関係づくりや、「生活支援コーディネーター」及び「協議体」の機能を発揮し、住み慣れた場所ですらし続けることのできる地域づくりに取り組んでいます。

引き続きこの活動を推進するためには、新型コロナウイルスの感染予防による新たな生活様式に努めながら、「地域の中からフレイルを生まない・出さない」日常生活の支援体制整備を推進します。

②複合型中心拠点誘導施設「こもテラス」内で運営している、「こもれび（高齢者福祉センター）」、「ボランティアセンター」「ファミリーサポートセンター」については、中心市街地に位置することから、利便性の向上が期待されます。これからも市民の皆さんに身近な施設となり、幅広い世代の皆さんが集い、世代間交流による賑わいの創出が図られるよう施設の運営に取り組めます。

(2) 障がい児通所支援事業の取り組み

野岸の丘総合福祉センター2階で、障がいのある子どもさんの育成・支援に取り組んでいる「社協アスパラキッズ」指定障がい児通所支援事業は、サービス内容について創意工夫をしながら運営しております。新型コロナウイルスの感染状況の影響もありますが、利用者も安定した運営で推移しています。

徹底した感染予防対策を行いながら、放課後等デイサービスにより、通所の児童生徒に対し集団生活での適応、生活能力の向上を図り、利用者のニーズに応じ、自立を目指した支援を行います。

また、保護者への支援及び保護者間の交流を行いながら、安心して利用いただける施設運営に努めます。

(3) 相談・支援体制の充実

総合相談事業は、相談件数が増加傾向で、内容も複雑で困難な事例も増えてきています。行政・介護・医療・保健等の関係機関や民生・児童委員、自治会等との連携した「地域包括ケアシステム」の構築を進めます。

今後の相談件数の増加を見据えて、地域包括支援センターについて、引き続き市と協議しながら相談体制の充実に取り組めます。

(4) 日常生活支援の取り組み

生活困窮者や障がい者等を対象とした「日常生活自立支援事業」及び「心配事相談」・「生活困窮者自立支援事業」の取り組みにより、相談者の安定した生活ができるよう支援します。

また、就労支援、教育支援、権利擁護、納税相談、公共料金の支払いなど幅広い相談支援を実施するため、市及びハローワーク等と連携し相談機能のネットワーク化を図ります。

トワーク化を図ります。

今年度から、教育支援事業の一環として「子どもの学習・生活支援事業」により、子どもの将来の社会的自立を促し、貧困連鎖の防止に取り組めます。

(5) 大規模災害に備えて

「災害ボランティアセンター」の設置・運営等に関する協定の締結を、小諸市と令和4年11月4日に行いました。

大規模災害が発生した際に、被災者に対する支援活動を円滑に行うことを目的としています。設置場所の候補施設も明記されたことにより、施設に合った事前の準備など具体的に進めていきます。

毎年実施している、災害ボランティアセンター立ち上げ訓練は、応援協定を締結している団体（小諸青年会議所・小諸ライオンズクラブ）並びにボランティア団体の皆さんとも連携して取り組みます。さらに、応援協定の団体の拡大も進めます。

また、現在進めている業務継続計画（BCP）の策定を完成し、大規模災害発生時における優先業務の特定と、業務の執行体制や対応手順、継続に必要な資源の確保方法も定めます。

(6) 中期的計画に基づく事業の推進

少子高齢化や人口減少の進展による国の制度改革や福祉事業の環境が変化する中で、地域住民誰もが様々な課題を抱えながらも住み慣れた地域で、その人らしく安心して暮らせる地域社会を、地域住民と関係機関や団体と協力しながら取り組んでいくための「小諸市地域福祉計画・地域福祉活動計画」が策定されています。

また、社協が継続して、地域福祉の充実を図る組織としての役割を果たしていくために、中期的な目標や目標達成のための行動計画として「発展強化計画」を策定しています。この両計画を単年度の事業計画に反映し、計画の目標実現に向け取り組んでいきます。

引き続き、「小諸市地域福祉計画・地域福祉活動計画」に掲げた「お互いさま」のところで育む支え合うまち・こもろ」の実現に向け、感染予防対策のための新たな生活様式について工夫しながら、地域の皆さん並びに市、関係機関と「地域総合相談・生活支援システム」の構築をはかり、少子高齢化人口減少社会、障がい児・者支援、生活困窮者支援、孤立など多様かつ複雑な地域の課題に対応した、地域福祉の向上に取り組めます。

令和5年度予算書

■収入

科目	予算額
会費	7,350,000
寄付金	150,000
経常経費補助金	4,783,000
受託金収入	160,171,000
事業費収入	998,000
介護保険事業収入	18,481,000
障害福祉サービス等事業収入	32,160,000
その他の活動等	2,264,000
収入合計	226,357,000

■支出

科目	予算額
人件費	160,982,000
事業費	22,845,000
事務費	24,982,000
助成金	7,654,000
その他の活動等	9,864,000
支出合計	226,327,000

■事業別支出

科目	予算額
地域福祉協働事業	94,458,000
共同募金配分金事業	2,753,000
障害福祉サービス事業	32,520,000
地域包括支援センター運営事業	96,596,000
支出合計	226,327,000

ファミサポ 会員募集中!!

●ファミサポとは？

子育ての手助けをしてほしい人（依頼会員）と、子育てのお手伝いをしたい人（提供会員）がそれぞれ会員として登録し、ファミリーサポートセンターが仲介して、子育ての相互援助活動（お子さんの預かりや送迎など）を行うことを目的とする会員組織です。

●会員とは？

相互援助活動に関して、資格、職業、性別は問いません。

◇依頼会員…市内在住、または小諸市に通勤、通学し、生後6ヶ月～小学校6年生までのお子さんの保護者。

◇提供会員…市内又は小諸市近隣に在住する心身ともに健康な18歳以上の方。養成講習修了後に会員登録ができます。保育士等の資格をお持ちの方は講習を免除される場合もあります。

◇両方会員…依頼、提供の両方を兼ねる方。

●活動内容は？

冠婚葬祭、通院、外出、きょうだいの参観日などの際のお子さんの預かり。保育施設、学校、習い事教室までの送迎など。依頼会員さんが自分自身の時間を持つためにも利用できます。

●料金は？

援助活動終了後に、依頼会員さんから提供会員さんへ直接お支払いいただきます。料金は、月曜から金曜午前7時から午後7時まで1時間800円。土日祝祭日及び年末年始並びに上記の時間以外1時間900円。

※提供会員を希望される方へ…養成講習の日程については、小諸市社会福祉協議会のホームページをご確認いただくか、直接センターまでお問い合わせください。

※説明・相談・入会を随時受け付けています。お越しの際は、センターに電話またはメールをいただくとスムーズです。



■問い合わせ／小諸市ファミリーサポートセンター
(こもテラス1階)

■電話／0267-31-5093

■FAX／0267-31-5094

■メール／famisuppo@k-syakyu.org

■ホームページ／https://www.k-syakyu.org/?page_id=6935

職員募集案内

■令和6年度採用正規職員

▽業務内容 総合職。事務所、及び関連施設等で社会福祉各分野に関する業務全般。

▽勤務時間 8時30分～17時15分

▽採用人数 若干名

▽受験資格 平成10年4月2日以降に生まれた人。社会福祉士（保育士の資格取得者尚可）、保健師のいずれかの資格を有する人。（令和6年3月31日までに取得見込含む）

▽受付期間 令和5年6月1日（木）～令和5年6月30日（金）

▽受験申込提出書類 ①履歴書（市販の書式に写真添付）②最終学校の卒業（見込）証明書 ③資格証の写し（資格取得見込書等）

▽第一次試験 令和5年7月23日（日）午前9時～詳細はホームページをご覧ください。

■常勤（フルタイム）職員

▽業務内容 地域包括支援センター業務

▽勤務時間 8時30分～17時15分

▽採用人数 4名程度

▽必要な資格 社会福祉士・保健師・介護支援専門員（ケアマネジャー）のいずれか

▽受験申込提出書類 ①ハローワーク紹介状 ②履歴書 ③職務経歴書

◎お問い合わせ

〒384-0006 小諸市与良町

六丁目5番1号 小諸市社会福祉協議会 総務係

(02607-25-7337)。

小諸東中学生徒のみなさんから 寄付をいただきました！

3月10日、小諸東中学校福祉委員の生徒のみなさんから、アルミ缶の回収で集めたお金を寄付していただきました。生徒のみなさんの温かな気持ちに感謝申し上げます。

いただいたお金は、市内の福祉推進のために活用させていただきます。

コロナウイルスの影響により、様々な活動が制限されてきたことと思います。人と人とのつながりも希薄になっていましたが、ようやく活動が再開される兆しも見え始め、新たなつながりの芽生えに期待が高まります。

世代を超え、支え合い助け合いの手を差し出せる生徒のみなさんがいるのはとても心強いですね！小諸の福祉の未来は明るいのです！



写真左から、細谷会長、小諸東中学校福祉委員の鈴木陽翔（あきと）さん、袁和琉彩（るい）さん

社会福祉協議会の広報モニターを募集します！

小諸市社会福祉協議会では、コミュニティテレビこもろで社協紹介番組「ささえ愛♡チャンネル」を放送しています。今後、より親しみやすい広報を目指し、番組と広報誌のモニターを下記の通り募集します。

■役割／毎月、郵便で社会福祉協議会の広報に関するアンケートを送付しますので、ご意見・ご感想をご記入のうえご返送をお願いします。

■対象・募集人数／小諸市在住の方で「ささえ愛♡チャンネル」と「ささえーるこもろ」の両方が見られる方・若干名 ※「ささえーるこもろ」は社会福祉協議会にも設置してあります。

■募集期間／令和5年5月11日～令和5年5月31日まで

■任期／令和5年7月1日～令和6年3月31日まで

■応募先／小諸市社会福祉協議会へ電話、メール、郵送でご応募ください。モニターに選ばれた方はこちらからご連絡させていただきます。

ささえ愛♡チャンネルとは…令和5年1月からコミュニティテレビこもろご協力のもと放送している番組です。小諸市社会福祉協議会の取り組みを、毎月内容の更新をしながら紹介しています。12ch9:30～／19:30にて毎日放送中です！

拜見！

地域のつながり・支え合い

与良区

健康達人区らぶで脳トレや体操楽しむ

4月4日に与良区で健康達人区らぶを開催しました。4月の健康達人区らぶのテーマは「介護予防と地域の支え合い」。地域包括支援センターの職員が監修し、脳トレや体操を楽しく行いました。コロナ禍の生活について話題が出たときには、外に出れずにいることが多かったと参加者から声がありました。与良区は2月まで健康達人区らぶが中止となっており、3月から再開しました。しばらく開催できなかった分も参加者同士楽しく交流をしている様子を見ることができました。令和5年度も多くの区で健康達人区らぶを開催していきます！



食糧品を寄付いただきました！



小諸商工会議所女性会



カーブス佐久こもろ

「小諸商工会議所女性会」からは、毎年たくさんのお食糧品を寄付をいただいておりますが、今年もお米や缶詰、そばなど約60kgに及ぶ量を寄付していただきました。同会の役員のみならず、一食糧品を必要としている人たちに活用してほしいという思いを強く感じました。

いただいた食糧品は、小諸市内で必要としているご家庭や、子ども食堂へ配布して活用させていただきます。たくさんのご協力、ありがとうございます。

「カーブス佐久こもろ」からは、同店を利用するメンバーのみならず、集まったお米やレトルト食品のほか、砂糖やサラダ油といった調味料など、種類も豊富な食糧品が届けられました。カーブスでは今年1月から、全国の店舗で食糧品の寄付を募り、その後必要としている団体や施設へ寄付をしております。

小諸市で営業する「カーブス佐久こもろ」と「小諸商工会議所女性会」のみならず、貴重な食糧品の寄付をいただきました。感謝申し上げます。

日赤活動資金へのご協力をお願いします

日赤活動資金は、人道主義に基づく「いのちと健康、尊厳を守る活動」を継続するために皆様にご協力いただいている寄付金です。

令和4年度は、小諸市全体で5,526,520円のご協力をいただき、ありがとうございました。

ご協力いただいた活動資金の内、長野県支部を通じ約80%が災害救護活動、小諸市地区を通じ約20%が活動資金募集にご協力いただいた区への協力費や市内で発生した災害への援護・炊き出し訓練・講習会等への支援に活用します。

今年度も日赤長野県支部からのチラシを全戸配布し6月を中心に各区のご協力をいただき活動費募集に取り組めます。皆様のご協力をお願いします。

義援金へのご協力御礼

義援金の応募をいただきありがとうございます。引き続きご協力をお願いします。

義援金名	累計金額	受付期間
トルコ・シリア地震救援金	443,805円	～令和5年5月31日
ウクライナ人道危機救援金	2,079,486円	～令和6年3月31日

在宅支援係の紹介

在宅支援係では、障がい児・者の方を対象に、一人ひとりの望む暮らしが送れるよう、社会福祉士や相談支援専門員等、さまざまな資格等を持つ職員が、県や市から指定を得て、各業務に対応しています。

(1) 介護給付費事業（小諸市社協ホームヘルパーセッション）

① 指定行動援助事業
自己判断能力が制限されている人が行動するとき、危険を回避するために必要な支援、外出支援を行います。

② 指定同行援助事業
視覚障がいにより、移動に著

しい困難を有する人に、移動に必要な情報の提供（代筆・代読を含む）、移動の援護等の外出支援を行います。

(2) 障がい児支援通所支援事業（多機能型）（社協アスパラキッズ）

① 児童発達支援事業
未就学の障がい児が通所により、日常生活における基本的な動作の指導、知識技能の付与、集団生活へ適応することができるよう適切かつ効果的な支援を行います。

② 放課後等デイサービス
支援を必要とする障がい児が、放課後や学校の休業日に通所により、学校や家庭とは異なる空間、体験等を通して、個々の状況に応じた必要な支援を提供します。

(3) 地域生活支援事業

① 移動支援事業（小諸市社協ホームヘルパーセッション）
屋外での移動が困難な障がい



のある人の外出の際の移動を支援します。

② 日中一時支援事業（社協アスパラキッズ）
日中における活動の場を確保し、介護している家族の時間的な休息を目的とし、支援を行います。

(4) 相談支援事業（小諸市社協ホワイトぽてと）
障がい者（児）が自立した日常生活を営むことや、望む暮らしを目指したニーズにあわせ、サービス等利用計画についての相談及び作成などの支援が必要と認められる場合に、障がい者（児）の抱える課題の解決や適切なサービス利用に向けて、ケアマネジメントし、よりきめ細かく支援します。

子どもたちの成長と一緒に喜び合える方を募集しています。

▽業務内容 障がい児通所支援（放課後等デイサービスでの児童・生徒への支援）

▽勤務時間 14時～18時（シフト制）

▽採用人数 2名程度

▽必要な資格 普通自動車運転免許、保育士又はヘルパー等有資格者、障がい福祉サービス等経験者尚可

子どもが好きな方、あなたの特技を活かせる場所にしてください。

譲りあえる事業

★譲ります★

用具名
①五月人形
②破魔弓・羽子板
③ポータブルトイレ
④シルバーカー
⑤オルガン
⑥座卓
⑦マッサージ器



★譲ってください★

用具名
①防犯ブザー

☆「譲ります」側の方と「譲ってください」側の方の情報のみをマッチングします。

両者が揃うまでに時間を要します。マッチング成立まで、現品は「譲ります」側の方で保管して頂きます。また現品の受け渡しは当事者同士で行って頂きます。

☆電気製品の安全と品質確認は「譲ってください」側の方の責任でお願いします。

- 譲りあい商品
 - ・壊れていないもの
 - ・無償で譲渡するもの
 - ・用具によっては未使用なものに限ります
- 問い合わせ先／地域福祉係
電話 25 - 7337
- ホームページ（右のQRコードを読み取ってください）
http://www.k-syakyo.org/?page_id=6867



※6ヵ月過ぎても残っている案件は、「ささええるこころ」からは削除致しますが、ホームページには継続して紹介しております。また、登録頂いている全ての写真も掲載しております。

お心遣いありがとうございます

寄付

順不同
敬称略

(令和4年12月1日～
令和5年3月31日)

◇社協受付分

OKIネットワーク株式
会社、株式会社OKIハ
イテック、知久章、川崎
めぐみ、成沢臨舟、小諸
東中学校、モチーフの会、
匿名11名
(お米、毛糸、ハガキ、お
むつ、生理用品、お金等)



新入職員紹介



上段左から、今村映里奈、依田秀幸、花岡薫。下段左から、塩澤亜樹、塚原莉穂、富岡郁。

小諸市社会福祉協議会に、新たに6人が職員として加わりました。これから地域住民の方々と一緒に活動をしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

今年度、事務局長に着任された依田秀幸さんより一言。「今までの経験を活かして、微力ながら地域福祉の推進に貢献できるように頑張ります。皆様のご協力よろしくお願ひいたします」。

後記編集

新年度を迎え、1カ月が経ちました。ワクワクドキドキした春、みなさまはいかがお過ごしでしたか。新しい環境では、不安や緊張を感じることもあり、大きなストレスは体調を崩す原因になります。ストレスを溜め込まないように意識したいものです。

みなさんのストレス解消法は何でしょうか。おすすめされる解消法として、「適度な運動」「湯船に浸かってリラックス」「十分な睡眠」「趣味に打ち込む」「仲の良い人と会話を楽しむ」などがあります。みなさんに合った解消法を試してみてください。

ちなみに、私のストレス解消法は、「友達との会話」ですが、コロナ禍では、人に会うのをためらうこともありました。人と会えない状況で、人と会わないことに慣れてしまったと感じる人もいるかもしれません。みなさんの身近にそんな人がいたら、積極的に声をかけ、会って話してみませんか。再び楽しい時間を過ごせますように！

社協 Q クイズ

正解者の中から抽選で3人の方に図書カードをプレゼント！
当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

Q. 今号のささえーるこもろからクイズです。令和5年1月にスタートした社協番組のタイトルはどれでしょうか？

- ① ささえ愛♡チャンネル
- ② みんなの社協こもろ
- ③ ささえーるこもろ

- 応募方法：クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、社協へのご意見・ご要望、ささえーるこもろの感想を添えて応募先までがきかメールでお送りください。
- 応募締切：5月31日(水) 必着
- 応募先：〒384-0006 小諸市与良町 6-5-1 「小諸市社会福祉協議会広報委員会」宛
- Eメール k-syakyo@ctknet.ne.jp

(1月号の答え) ②だいたい(橙)

令和5年度小諸市介護予防 ささえ愛サポーター研修のご案内

●小諸市介護予防ささえ愛サポーターとは…

小諸市の「支え合う地域づくり」の推進を目的に、公民館で行われている給食会や介護予防教室等の自主的に集える場の運営活動をしています。

地域の介護予防のリーダーとして、地域で取り組む大切さや介護予防に関する知識・技術を学べる研修となっています。皆さんの参加をお待ちしております。

●令和5年度 年間計画

◇会場／小諸市市民交流センター ステラホール

◇時間／14:00～15:30

※初回のみ14:00～16:00

◇講師／一般社団法人 健康福祉広域支援協会
代表理事・中村 崇さん

◇申し込み不要・参加費無料



中村崇さん

●年間計画

回	日にち	内容
1	6月26日(月)	2025年問題を乗り越える『ピンキラ』小諸の健康福祉の支え合い
2	7月19日(水)	仲間と出来る脳トレ
3	8月22日(火)	仲間と出来る筋トレ
4	9月1日(金)	仲間と出来る痛みトレ①
5	9月20日(水)	仲間と出来る飯トレ
6	10月23日(月)	家でも出来る脳トレ
7	11月21日(火)	家でも出来る筋トレ
8	12月22日(金)	家でも出来る痛みトレ
9	1月23日(火)	仲間と出来る痛みトレ②
10	2月19日(月)	地域に放てみんなの元気



令和4年度の研修の様子



第1回小諸市介護予防ささえ愛サポーター研修

演 題／2025年問題を乗り越える
～『ピンキラ』小諸の健康福祉の支え合い～

講 師／一般社団法人 健康福祉広域支援協会 代表理事 中村崇さん

対象者／区長、区役員、民生・児童委員、地域で介護予防に携わっている方、
地域で行われる介護予防に関心のある方

※この事業は小諸市から小諸市社会福祉協議会が受託して実施しています。