

# ささえーる こもる



ささえ  
**愛**  
リレー

支え合いの活動を繰り広げる事業所や団体を紹介します。第1回目は小諸市社協の活動に賛同、入会している法人会員の「コミュニティテレビこもる」です。



## コミュニティテレビこもる

コミュニティテレビこもるは小諸市をエリアとするケーブルテレビ局として平成2年に開局。昨年30周年を迎えました。テレビ、インターネット、電話事業を展開し、3事業あわせて約1万2千世帯にサービスを提供しています。

開局以来力を入れているのは、自主放送。市内の様々な話題を伝える「CTKニュース&ワイド」は月曜日から金曜日まで毎日放送し、小諸市の旬な話題をお茶の間に届けています。

土・日・祝日には、小諸市のふるさと遺産を探訪し深掘りする「E3探検隊2小諸ふる

オンリーワンの放送局を目指して

さと遺産めぐり」や、市内の各区を訪ねる「てくてくこもる散歩」「市長の部屋」などを放送しています。その他、入学式、音楽会など学校行事の出来事を収録した番組も人気です。

最近ではコロナ禍で地域で行われる行事が減っていますが、外出機会が減った人のための「フレイル予防番組」なども市と協力して制作。1日の放送の中で複数回放送しています。

同社では、「これからも、市民のみなさんにとってなくてはならない“オンリーワン”の放送局を目指し、地域に貢献していきたいと思っています」と話しています。

### 5月号の主な内容

- 令和4年度事業計画
- ファミサポ前期講習会開催
- お出かけください！健康達人区らぶ
- 小諸東中で福祉学習
- 譲りあえーる事業
- 介護予防ささえ愛サポーター研修のご案内

# 令和4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、市民活動・ボランティア活動のコーディネート等を通して、住み慣れた場所で暮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) 令和3年8月に開設した複合型中心拠点誘導施設「こもテラス」へ、「高齢者福祉センター」、「市民活動・ボランティアサポートセンター」、「ファミリーサポートセンター」が移りました。新施設が中心市街地

に位置することから、今まで以上に市民の皆さんに身近な施設となり、利便性の向上が期待されます。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みます。

## 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たことにより、利用者も増加し安定した運営で推移しています。昨年度も、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で一時的に利用者が減少しましたが、下半期以降は利用者数が回復してきております。

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も取り組めます。

## 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」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。

## 5 ニーズに対応した組織運営

介護保険事業及び障がい福祉サービス事業の普及定着に向けて取り組んできましたが、市内の民間福祉事業所でのサービスの提供が可能な事業についてはサービス業務を移行し、新たな役割に対応できる組織運営を目指します。

## 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に「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、少子高齢型人口減少社会、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

令和4年度予算書

| 収入             |             |
|----------------|-------------|
| 科目             | 予算額         |
| 会費             | 7,900,000   |
| 寄付金            | 200,000     |
| 経常経費補助金        | 8,209,000   |
| 受託金収入          | 143,371,000 |
| 事業費収入          | 509,000     |
| 介護保険事業収入       | 17,143,000  |
| 障害福祉サービス等事業収入  | 33,513,000  |
| その他の活動等        | 73,657,000  |
| 収入合計           | 284,499,000 |
| 支出             |             |
| 科目             | 予算額         |
| 人件費            | 152,749,000 |
| 事業費            | 24,464,000  |
| 事務費            | 18,176,000  |
| 助成金            | 7,914,000   |
| その他の活動等        | 80,306,000  |
| 支出合計           | 283,609,000 |
| 事業別支出          |             |
| 科目             | 予算額         |
| 地域福祉協働事業       | 159,943,000 |
| 共同募金配分金事業      | 3,176,000   |
| 障害福祉サービス事業     | 34,920,000  |
| 地域包括支援センター運営事業 | 85,670,000  |
| 支出合計           | 283,609,000 |



# 育児の「援助を受けたい人」と「援助を行いたい人」を結びます ファミサポ 令和4年度 前期講習会のお知らせ

この事業は、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（お子さんの預りや送迎など）を行うことを目的とする会員組織です。

提供会員・両方会員になるためには、講習会の受講が必要です。育児のお手伝いをしてみたいとお考えの方は、ぜひこの機会に受講してみてください。

◇6月23日（木） 9:00～12:30

内容：事業説明、救急救命・心肺蘇生法、子どもの遊びと世話

◇6月24日（金） 9:00～12:30

内容：乳幼児の病気とその対応について、子どもの心の発達と保育者のかかわり、子どもの歯と健康

▽会場：小諸市社会福祉協議会 2階大会議室

▽持ち物：入会希望の方は印鑑を、提供会員または両方会員希望の方は、運転免許証など顔写真付き身分証明証をご持参ください。

▽申し込み方法：参加をご希望の方は、小諸市ファミリーサポートセンターまでご連絡ください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、感染状況によっては開催日が変わる場合があります。その際はホームページでお知らせいたしますので、ご



確認ください。

▽問い合わせ先：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-syakyo.org

ホームページ：https://www.k-syakyo.org/?page\_id=6935



講習会の様子



## 令和4年度正規職員を募集します

▽受付期間 6月1日（水）～30日（木）の平日午前8時半～午後5時15分まで

▽試験区分、採用予定人員及び職務内容  
総合職・若干名・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に従事します

▽受験資格 平成9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）・保健師の資格を有する人（令和5年3月31日までに取得見込み含む）・普通自動車運転免許を取得している人（令和5年6月30日までに取得見込み含む）

▽受験申込先 〒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

▽受験申込提出書類 ①履歴書（市販の書式に写真添付、必ず本人記入のこと）  
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）

▽試験の日時及び場所  
第1次試験  
7月24日（日）午前9時～小諸市社会福祉協議会／教養試験に関する能力を問う問題の、択一式試験、作文試験、面接

▽結果発表 8月上旬予定  
▽給与 大学卒18万6000円・短大卒16万6000円・高校卒15万3700円

※給料の他に、期末・勤勉手当、扶養手当、通勤手当、住居手当等が条件により支給。

▽問い合わせ 小諸市社会福祉協議会 総務係（電話0267-257337）

# お出かけください！健康達人区らぶ

【令和4年度の各月のテーマ】

- 4月 介護予防と地域の支え合い
- 5月 心の健康
- 6月 運動①（ストレッチ体操）
- 7月 ”もしも”の時の話し合い
- 8月 回想法（過去の経験や思い出を語ろう）
- 9月 高齢者の交通安全と特殊詐欺
- 10月 運動②（シニアヨガ）
- 11月 ヒートショックについて
- 12月 音楽レク（脳トレ）
- 1月 薬の話
- 2月 運動③（転倒予防）
- 3月 コグニサイズ（頭を使った体操）

・内容やテーマを変更する場合があります。詳しくは、毎月回覧されている「健康達人つうしん」をご覧ください。  
 ・新型コロナウイルス感染警戒レベル6以上は中止となります。実施する場合は、新型コロナウイルス感染防止対策を行います。



「健康達人区らぶ」は、身近な地域にある各区の公民館などを会場に毎月開いていきます。専門職の皆さんによる監修をテーマに設けて健康づくりや介護予防の話、簡単な体操、レクリエーションを通して、参加者との交流や仲間づくりを広めています。

対象は概ね65歳以上で、午前開催は10時～11時半。午後開催は1時半～3時です。



人気の出張販売

昨年度は、市内56区で257回開き、3220人が参加しました。コロナ禍ではありましたが、区の協力を得て感染対策を講じ、楽しく開催できました。

また、会場では高齢者の買い物支援の取り組みとして、小諸商店会連合会やグリーンロード直売所が、希望する区を対象に出張販売も行っています。このでの買物にはこもろスタンプが発行する「はっとくシール」も利用できます。



**気軽に相談を**  
**小諸市生活就労支援センター まいさぼ小諸**

まいさぼ小諸は、様々な事情により生活が困難になっている人に対し、状況に応じた支援が行われるよう課題を一緒に整理しながら、一人ひとりに合わせた支援プランを作成し、相談支援員が相談者と共に他の支援機関と連携して解決に向け寄り添った支援を行っています。

相談は無料です。まずは電話でお問合せ下さい

▽相談日時：月曜～金曜 午前9時～午後5時（祝日・年末年始除く）

▽問い合わせ：0267-315235



# 「福祉」 = 自分のこと



小諸東中学校1年生の「総合的な学習」の中で、このほど「福祉について」をテーマにした学習発表が行われました。

事前の学習で「社会福祉協議会とは?」「福祉活動をする時にどのようなことに気をつけているのか?」など、小諸市社協に対して生徒から質問が届き、これに対する答えをもとに学習が取り組まれました。

3月10日の発表会では、高齢者や障がい者の福祉に関して、生徒の視点から学んだ学習成果

## 小諸東中 体験や講義で学び深める

発表後はアイマスクや手話、認知症に関する講義や体験をしました。

アイマスクをつけた友だちが安心できるように「ゆっくりに大丈夫だよ」と声を掛けながら、相手への思いやりの気持ちを持って誘導したり、手話体験では、当事者から言葉だけではないコミュニケーションツールについて学びを深めました。

小諸市社協が取り組んでいる福祉学習は、福祉を自分のこととして考えていけるよう「ふくし」ふだんのくらしのしあわせ」ということを伝えていきます。

車いす体験や認知症に関する学習会、当事者から話を聴くなどして、「福祉を自分のこととして考える」ことができる福祉学習を、一緒に考えていきます。



## 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。

昨年(令和3年)度は小諸市全体で5,609,600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、約80%が長野県支部を通じ、災害救護活動や救急法の講

習などに、約20%が小諸市地区を通じ、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みます。皆様のご協力をお願いします。

**義援金にもご協力をいただきありがとうございます。  
新たな災害義援金も募集開始しております。**

| 義援金名               | 累計金額        | 受付期間       |
|--------------------|-------------|------------|
| ウクライナ人道危機救援金       | 1,131,494 円 | ~令和4年5月31日 |
| 令和3年7月大雨災害義援金      | 267,236 円   | 終了         |
| トンガ大洋州地震津波災害義援金    | 72,044 円    | 終了         |
| 令和3年長野県茅野市土石流災害義援金 | 50,065 円    | 終了         |
| 令和3年8月豪雨災害義援金      | 10 円        | 終了         |
| 令和3年台風9号災害義援金      | 1 円         | 終了         |

# 一人ひとりの望む暮らしが送れるように

## 在宅支援系の紹介

在宅支援系は、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など、様々な資格を持つ職員が、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・地域生活支援事業

#### ①指定行動援護事業

自己判断能力が制限されている人が行動する時に、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指定同行援護事業

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）、移動の援護などの外出支援を行います。

#### ③移動支援事業

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) 障害児支援通所支援事業（多機能型）

#### 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、集団生活への適応訓練などの支援を行います。

#### ②放課後等デイサービス

就学している障がい児が、放課後や学校の休業日に通所により、生活能力の向上のための必要な訓練、社会との交流促進などの支援を行います。

す。

### (3) 相談支援事業

障がい者（児）が自立した日常、社会生活を営むことや、望む暮らしを目指したニーズに合わせ、サービスなどの利用計画についての相談や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、ケアマネジメントに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人を募集しています。

・障がい児通所支援（放課後等デイサービス）

・勤務時間 午後2時15分から6時の3時間45分（シフト制）

・必要な資格 児童指導員、保育士、普通自動車運転免許

・子どもが好きで、あなたの特技を生かせる場所にしてください。



### ★譲ります★

| 用具名    | 備考       |
|--------|----------|
| ①杖     | 4点支持     |
| ②電気あんか |          |
| ③13弦の琴 | 2張       |
| ④勉強机   |          |
| ⑤皿     | 大4枚、小10枚 |

### ★譲ってください★

| 用具名       | 希望仕様          |
|-----------|---------------|
| ①ラジカセ     |               |
| ②あぜシート    | 40cm×120cm 6枚 |
| ③扇風機      |               |
| ④ポータブルトイレ | 大人用、できれば手すり付き |



★登録お待ちしています！

□譲り合い商品

・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



譲りあえる事業

※問合せ先：地域福祉係（電話 25-7337） ホームページ：http://www.k-syakyu.org/?page\_id=6867  
（6 ヶ月過ぎても残っている案件は、この「ささええるこもろ」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。）



お送りありがとうございます



順不同  
敬称略

(令和3年12月1日)  
令和4年3月31日)

◇社協受付分

・柳沢光雄・Toes

・company・Oxネクス

・テック(株)・倉内さよ・モ

・チーフの会・匿名4名

・寄付内容: 米、現金

・毛糸、野菜、離乳食、

・CDデッキ、食品、切手、

書き損じハガキ 他

◇ぼらせんこもろ受付分

・川合信子・深沢正博・

・匿名2名

・寄付内容: 手作りマス

・コット、アルコール消

・毒液 他



## 新入職員紹介 よろしくお祈いします

新たに小諸市社会福祉協議会の職員5人が入職しました。

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いま  
す。どうぞよろしくお祈いします。

写真左から

町田芽以(総務係) 大野彩花(地域福祉係)、前島ひとみ(地域福  
祉係・ファミリーサポートセンター)、塩川里美(在宅支援係)、磯  
貝秀幸(地域包括支援センター)

## 編集後記

国内にある桜の約8割を  
占めているのはソメイヨシ  
ノで、東京の上野公園にあ  
る1本のソメイヨシノをゲ  
ノム解析したところ、限り  
なく原木に近いということ  
が分かったという記事を見  
ました。  
ソメイヨシノの起源は、  
江戸時代にエドヒガンとオ  
オシマザクラを人為的に交  
雑してできたという説が有  
力で、そうしてできた1本  
から接ぎ木され全国に広  
がっていききました。その為  
ソメイヨシノは全て同じ遺  
伝子を持つクローンなのだ  
そうです。  
アメリカヨシノは日本から  
シントンでは百年以上も前  
から花見が行われていた  
のここと。そして、今が見  
頃となつているハナミズキ  
はアメリカからソメイヨシ  
ノの返礼品として送られた  
のだそうです。  
これから緑が深くなり、  
色とりどりの花が咲く季節  
となりそうです。花言葉を調  
てみたり、その花が出てく  
る歌詞を思い起こしてみ  
り、ソメイヨシノのような  
物語に思いを馳せるのも一  
興。コロナ禍の日常生活の  
中でも、心癒されるひと  
きになりそうですね。

## 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. 今回は「ささえーるこもろ」の過去の記事から出題させていただきます。「ささえーるこもろ」  
2022年1月号の表紙で紹介させていただいた団体はどこだったでしょうか?

- ①ファミリーサポートセンター ②小諸陣 ③小諸ライオンズクラブ

- 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(火) 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) ②217km

令和4年度

# 小諸市介護予防 ささえ愛サポーター研修のご案内

コロナ禍であっても、「つながり」が途切れないよう各区、地域で「集まる場」を工夫しながら開催されています。

地域の介護予防のリーダーとして、改めて地域で取り組んでいくことの大切さや介護予防に関する知識・技術を一緒に学んでいきましょう。

◎会場：小諸市市民交流センター ステラホール

◎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

◎申込み・参加費：不要



| 回  | 日にち         | 時間            | 内容      |
|----|-------------|---------------|---------|
| 1  | 6月 7日 (火)   | 13:30 ~ 15:30 | 下記参照    |
| 2  | 7月 5日 (火)   | 13:30 ~ 15:00 |         |
| 3  | 7月 19日 (火)  | 14:00 ~ 16:00 | 身体測定①   |
| 4  | 8月 2日 (火)   | 13:30 ~ 15:00 |         |
| 5  | 8月 30日 (火)  | 13:30 ~ 15:00 |         |
| 6  | 9月 13日 (火)  | 13:30 ~ 15:00 |         |
| 7  | 10月 11日 (火) | 10:00 ~ 11:30 |         |
| 8  | 11月 1日 (火)  | 9:30 ~ 11:30  | 身体測定②   |
| 9  | 11月 22日 (火) | 10:00 ~ 11:30 |         |
| 10 | 12月 13日 (火) | 13:30 ~ 15:00 | 修了式・まとめ |

※講師と会場の都合で、開催時間が異なります。開催時間をご確認ください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、日程・回数が変更になる場合があります。ご了承ください。

※事前検温、マスクの着用、手指消毒にご協力をお願いします。

## ご参加お待ちしております！

### 第1回小諸市介護予防ささえ愛サポーター研修

- 演題：「2025年問題小諸の救世主は貴方です～貴方が支える小諸の介護予防～」
- 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

☆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、地域での介護予防や自主的な支え合い活動をするために、地域で活動されている方々です。

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。