

ささえーる こもる



小諸市の地区民児協紹介 ③ 東部地区

ささえーるこもる 2023 年 9 月号から、小諸市の民生・児童委員協議会（以下：民児協）のご紹介をしております。第3回目となる今月号では東部地区民児協をご紹介します。

東部地区には、小諸市の姉妹都市である滑川市の田中小学校と交流が深い、坂の上小学校があります。そのため、交流イベントの際には東部地区の民生・児童委員が学校と連携して関わるなど、地区との繋がりが強い民児協です。

中山会長からは「民生委員として地域に貢献することもあります、それ以上に地域にお世話になっています。特別なことをするのではなく、感謝の気持ちを行動でお返ししているだけです」とお話がありました。

東部地区は「みんなでレベルアップしていきたい！」という気持ち強い、素敵な雰囲気民児協です。日々地域を支えている民生・児童委員の皆さんと、ぜひ話をしてみたいと思います。

1月号の主な内容

- 2年ぶりに市長と懇談会
- ふれあいまつり、野岸小体験学習
- ファミサポ講習会、社協会費と
- アスパラ days、譲りあえーる
- 赤い羽根共同募金のお礼
- 地区支え合い活動事業説明会
- 社会福祉大会、ポッチャ大会
- のお知らせ

小諸市社会福祉協議会 会長 細谷 信治

新年あけましておめでとございませう。

皆様におかれましては希望に満ちた輝かしい新年をお迎えのことと御慶び申し上げます。

平素は小諸市社会福祉協議会に格別なるご支援とご協力を賜り心より御礼申し上げます。

コロナウイルスの蔓延で私たちの生活様式が大きく変化し、3年ものあいだ不本意な生活を送ってきました。地区の皆さんと行政、社協が力を合わせて開催している「健康達人区」は、5類になり普通の生活に戻ることにより瞬く間にコロナ前の開催回数を取り戻しました。

まさに地域の底力を見せつける結果になっています。一方、複合的に生じたと思われる生活上の問題に苦しむ方は増加傾向にあります。お困りの方は気軽に社協にご相談ください。共に解決に向けて考えて行きましよう。

本年も小諸市社協は「お互いさま」のところで育む支え合つまち・こもろくの実現を目指して頑張っております。結びに、皆様のご多幸とご健勝を心からご祈念申し上げます。

挨拶とさせていただきます。

2年ぶりに市長と懇談会を開催

和やかな雰囲気でお諸市の福祉の現状と今後について、ざっくばらんな懇談会となりました。※文中の表記は簡略化しています。



高齢者福祉に関すること

中里担当係長（地域包括支援センター） コロナ下では、口腔機能の低下がみられた。支援や制度の狭間にあるケースは、関係者と連携しているけど、ケース全体を調整する機関がないことが悩ましい。

大井主任（地域福祉係） コロナ前から行政や地域とともに、つながりや顔の見える関係づくりに取り組んできたこともあり、地域活動が戻ってきている。公共交通ではなじまない移動手段に困っているという話も耳にする。

障がい福祉に関すること
中尾係長（在宅支援係） 法人として、さまざまな機会を通して、障がいへの理解を進める取り組みをしているが、十分とは言えないかなど。障がいの有無に関わらず、誰でも利用できる居場所があればよいと思う。

子どもの福祉に関すること
鷹野係長（地域福祉係） 人口の自然増への取り組みとして、結婚支援のリニューアルを検討しているところ。地域で子どもを育てていく風土づくりが必要と思う。

職員に関すること
神津係長（総務係） 一人ひとりの職員が働きやすい環境とは、職員を孤立させないことかなど。これからも働きやすい職場づくりに取り組んでいきたい。

生活困窮者に関すること
小林主任（地域福祉係） 複合的な課題を抱えている方の相談が増えてきている。今年度は市から「子どもの学習・生活支援」の事業を受託している。

まよめ
金箱事務局次長 どの分野でも制度の狭間、制度が重なり合う相談内容など、断らない相談支援体制や他分野の横ぐしを刺していく役割が必要になっている。行政や地域と協力し、地域福祉のハブ（拠点）として多分野とのつながりを作っていきたい。

小泉市長
まちはたね広場では新たな出会いが創出されている。出生率の減少は深刻な状況。結婚相談や出会いの場のきっかけづくりを提供する必要がある。学校給食など子どもの食事も重要なことだと思つ。

小泉市長
生活困窮者のサポートと地域のつながりが大切。特に子ども

の学習支援は重要。「コミュニケーションがしっかりとれるよう低学年からの国語力が必要と感ずる。」

今回の懇談会で改めて市における社協の重要性を感じました。今後わたしは、よりよい地域福祉の推進に協働で取り組んでいきます。

小泉市長ありがとございませう。

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5年度 後期講習会のお知らせ

ファミサポとは？
子育ての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人（提供会員）がそれぞれ会員として登録し、ファミリース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。

- 開催日：令和6年2月8日（木）、9日（金）両日ともに9：00～12：30
- 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、印鑑と身分証明証をご持参ください。
- 内容：事業説明、救急救命・心肺蘇生法、子どもの遊び、保育の心、小児看護の基礎知識、言葉の発達 全6講義
- 定員：20名（お子さん同伴可）

参加を希望の方は、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。

★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）

TEL：0267-31-5093

メール：famisuppo@k-syakyo.org

ホームページ：https://www.k-syakyo.org/



赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございました

赤い羽根共同募金への皆様方のあたたかな心に感謝致します。

〈令和5年度 赤い羽根共同募金実績報告（速報値）〉

- ・募金期間 / 令和5年10月1日～12月31日
- ・目標額 / 5,200,000円
- ・実績 / 5,067,637円

※使われ方 / 一旦長野県共同募金会に収納された後、県共同募金会より県内の高齢者、障がい児・者などの福祉施設へ2,431,000円が、また最終募金額からそれを差し引いた金額が小諸市共同募金委員会より各地域（区）やボランティアや福祉団体などに配分されます。

〈令和5年度 地区活動費補助金事業状況報告〉

- ・申請区数 / 8区（応募受付は締め切りました）
- ・合計申請額 / 388,240円（対昨年度比137.2%）
- ・配分 / 申請頂いた各区に申請額を配分致します

〈令和6年度事業のボランティア・市民活動育成費申請状況報告〉

- ・申請団体数 / 28団体（応募受付は締め切りました）
- ・配分 / 申請団体には配分できる見通し（但し申請額より減額の場合あり）

〈共同募金安心・安全なまちづくり活動公募配分事業への応募状況報告〉

- ・申請団体数 / 1団体（応募受付は締め切りました）
- ・配分元 / 長野県共同募金より配分

今年度も市民の皆様、法人の皆様よりたくさんのご協力をいただき、ありがとうございました。皆様からいただいたご寄付は、小諸市に還元され、福祉の推進に活用させていただきます。

今後とも、社協会費の主旨をご理解いただき、あたたかいご支援、ご協力をお願いいたします。

令和5年度社協会費納入実績（11月30日現在）

▽一般 / 7,023,600円
▽法人 / 292,000円

■ご協力いただいた法人の皆様（順不同・敬称略）
（株）ススキ自販長野、（株）佐藤自動車、（株）コミヤマ、（株）丸二紙店、（株）エネブリッジ、北信米油（株）、谷建設（株）、

日測設計（株）、堀越建設（株）、（株）大栄製作所、（株）山浦管工、（株）小山商会、（株）万年堂、（株）小諸新聞社、（有）章文堂、竹花工業（株）、長野県労働金庫小諸支店、山屋物産（株）、（株）コミュニティテレビこもろ、Honda arslinaの小諸東店、（株）柳良、長野日産自動車小諸店、（株）あんでいく、（福）七草会、（福）長野県知的障害者育成会小諸みかけ、（福）小諸青葉福祉会、（福）山栄会、（福）浅間福祉会、（一社）こもろ観光局

社協会費へのご協力ありがとうございました

令和5年度 小諸市社会福祉大会を開催



令和5年度小諸市社会福祉大会を12月2日(土)、小諸市市民交流センタースタテラホールにおいて開催いたしました。日頃から社会福祉事業のため多大なるご尽力をいただいた個人・団体の皆さまへ小諸市長より賞状授与を行いました。

受賞者を代表して小諸市身体障害者福祉協会 佐藤久代様より「今後も小諸市の地域福祉の増進につながるよう、より一層の努力をしていく所存です」と謝辞を頂戴しました。当日ご来場いただきました皆さま、ありがとうございました。

令和5年度小諸市社会福祉大会受賞者

(順不同敬称略)

- 1 社会福祉事業功労者
福祉団体及びボランティア等
・ 佐藤久代
・ 刈山美子
・ 小川島子
・ 乙女倶楽部銭太鼓
・ 桜美会
・ 信州中村一座
・ 歌「えいひまなスターズ」
・ 小諸の民話を語り継ぐ朗読「わ」の会
・ 聞き書き隊こもろ
・ レインボークローバー
 - 2 社会福祉事業協働者
・ 土屋まさ子
3 模範介護者
・ 柏木シゲ子
 - 4 社会福祉協議会事業協力者
・ 土屋 利一
・ 小諸東中学校
・ モチーフの会
・ OKーネクスステック株式会社
・ 株式会社OKーハイテック
 - 5 共同募金会感謝者
(1) 長野県共同募金会会長感謝者
・ 小泉仁之助
・ 兼田龍彦
・ 松井元司
- (2) 長野県共同募金会小諸市委員会会長感謝者
・ 小林邦夫
・ 大塚政弘
 - ・ 有限会社渡辺商店
・ 佐藤外科医院
・ 有限会社共進製作所
・ 竹花工業株式会社
・ 山屋物産株式会社
・ エイワ税理士法人
・ 正眼院
・ 奥田青果
・ 株式会社三映電器製作所
・ 佐久産業株式会社
・ ソニック株式会社
・ 有限会社美里不動産
・ 株式会社コミヤマ
・ 有限会社みすず運輸
・ 株式会社アーデン
・ 株式会社日本ハイテック
・ 有限会社山岸設備
・ カネマン田村屋有限会社
・ 株式会社河野メリクロン
・ 株式会社ユウワ本社
・ 株式会社長野セキノ興産小諸営業所
・ 信州ほしの株式会社
・ 東漸寺
・ クボタ重車輜株式会社
・ 株式会社小諸村田製作所
・ 三映電子工業株式会社

ボッチャ大会 “ささえーるカップ2023”



社会福祉大会午後の部では、ボッチャ大会通称「ささえーるカップ2023」を開催しました。

ボッチャの魅力の1つは年齢や性別、障がいに関係なく誰もが一緒に競技をできることです。当日は子どもからシニアまで全8チームに参加をしていただきました。

競技中はチームでどこにボールを投げればいいのか作戦を考え、ナイスプレーが出たときには対戦チームに関係なく拍手で盛り上がっていました。出場者の中には、初めてボッチャを体験したという方もいました。試合後の感想では「すごく頭を使うけど、チームで作戦を話しながら試合できることが楽しかった」とお話をされていました。参加された皆さまありがとうございました。

社会福祉大会同時開催！ ふれあいまじり

今年度は初の試みとして小諸市社会福祉大会と同時開催を行いました。

今回はふれあいまじりの中でも「ふれあいマルシェ」「ふれあい美術展」「イエローリボンツリー」と3ブースに分けて実施しました。

ふれあいマルシェでは、普段各施設等で販売している飲食物や雑貨等を売っていただけ



飲食物や雑貨などたくさんのお店のあった「ふれあいマルシェ会場」

きました。実際に雑貨等を作った方が販売を行っており、自分の作った物が売れて嬉しかったと笑顔でお話をさされていました。市内飲食店からも出店していたので、昼食の時間は来場者の方が交流をしながら食事をしていました。

が並びました。来場した方からは「素敵な写真だね」「丁寧に作られているね」と称賛のお声をいただきました。イエローリボンツリーでは、様々な願い事が飾られとてもきれいなクリスマスツリーが完成しました。ツリーと一緒に写真撮影をしている方もおり楽しい雰囲気が伝わってきました。



上「想いを込めて制作した作品が並んだ「ふれあい美術展」
左「イエローリボンツリー」のブース。リボンに様々な願いを書きクリスマスツリーに飾った

野岸小学校4年生 高齢者疑似体験 歳をとるとどうなる？ 高齢者の生活を体験しよう！



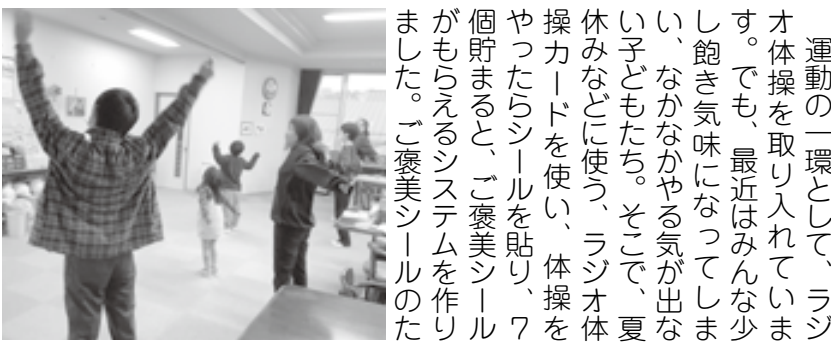
野岸小学校4年生を対象として高齢者疑似体験が行われました。高齢者疑似体験とは、特殊な装具を付けることで高齢者の運動機能や感覚を疑似的に体験するものです。「高齢者と関わる時に自分ができることを考える」を目標に児童約30名が学びを深めました。児童は4グループに分かれて各ブースを回り、高齢者の「視力」「手の動き」「足の動き」「聴力」を疑似体

験しました。体験終了後、児童からは「何をするときに助けてほしいか分かりました。相手のペースに合わせたいです」「一人だと難しいことは手伝ってあげたいです」など様々な感想が挙がりました。歳をとることで生じる変化は誰にでも起こるものですね。今回の体験学習が児童にとって、自分に何ができるのかを考えるきっかけとなれば嬉しく思います。

アスパラdays

放課後や長期休暇などの学校休業日に障がいを持つ小学生から高校生までの児童・生徒が通所し、生活能力の向上を図る放課後等デイサービス「社協アスパラキッズ」。日々の活動の様子を一部、紹介します。

ラジオ体操



小諸動物園にカボチャ寄付



郵便局までの散歩

め、体力づくりのため、目的は様々ですが、毎日がんばって体操をしています。

小諸動物園にカボチャ寄付
11月28日にハロウィンで使った、かぼちゃを小諸動物園へ寄付に行きました。代表の児童・生徒3名と一緒にいき、動物園の飼育員さんにお渡ししました。

ルなどが食べてくれるそうです。動物さんたちがおいしく食べられますように。

郵便局に年賀状購入
12月は年賀状を郵便局まで買いに行きます。そこで、体力づくりとして、社協の周りを散歩して、当日はがんばって郵便局まで歩いて行くことができました。年賀状は自宅や学校宛てに出しました。アスパラキッズでがんばっている姿がお家の方や先生に伝わるとうれしいです。12月25日にはクリスマス会を行いました。サンタ役の依田局長からプレゼントをもらって、子どもたちもとても嬉しそうでした。

★譲ります★

用具名	型番、仕様など
①帽子	L (58cm)
②手袋	スノーグローブ
③靴	茶 (27cm4E) 紐靴
④ポータブルトイレ	
⑤二層式電気洗濯機	メーカー：ハイアール 2台
⑥ピアノ	メーカー：ヤマハ



①帽子



②手袋



譲りあえるQRコード

★譲ってください★

用具名
コンバイン

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：

<https://k-syakyo.org/archives/introduction/2203>

(6ヵ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。)

譲りあえる事業

☆「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。

「市民活動 井戸端会議 ～地域づくりのヒント発見～」 開催のお知らせ

各地域の楽しい取り組みを聞き、参加者同士でざっくばらんに話してみませんか？
みなさんで地域づくりのヒントを見つけましょう！

- ▷ 開催日：令和6年2月2日（金）14時～15時30分（受付開始13時30分）
- ▷ 会場：小諸市市民交流センター ステラホール
- ▷ 対象：地域づくりに関心のある方どなたでも
- ▷ 講師：上原貴夫さん（佐久大学 評議員）
- ▷ ゲストスピーカー：氷風穴の里保存会、棚田開墾の会、糠地郷蝶の里山会
- ▷ 定員：50名
- ▷ 申込み：1月26日（金）まで

主催者および問合せ先：小諸市市民活動・ボランティアサポートセンター
電話 0267-26-0315 メール borasen@ctknet.ne.jp

小諸市市民活動・ボランティアサポートセンターは
小諸市社会福祉協議会が市の委託を受けて運営しています



センターホームページ



順不同
敬称略

お送りありがとうございます

（令和5年10月1日～11月30日）
◇社協・ぼらせんこもる受付分
土屋利一、退職女性校長会ながの梅の実会、知久章、
長野県社会福祉協議会、小諸市身体障害者協会、小
諸ランナイズ、匿名5名
（寄付内容：米、現金、タオル、お手玉など）

編 集 後 記

新年あけましておめでと
うございます。今年もよろ
しくお願いいたします。
お正月遊びの一つに「けん玉」があります。日本で古くから親しまれている遊
びであり、現在は小学校や
保育園で取り組んでいると
ころもあるようです。技の
数は30,000以上あると
言われており、今ではけん
玉ワールドカップが開催
されているほど世界中で競
技者を増やしています。
わたしは「考えるけん玉の
魅力は「できた！」を感じ
られることだと思います。
難しい技はやはり簡単には
できません。失敗を重ねて
何度も挑戦してやっとでき
た時、大人も子どももみな
な瞳がきらきらと輝きます。
「できた！」「楽しい！」と
思えるのはまさにこの瞬間
ですよ。

けん玉の他に上田市で発
祥した「筒けん」というも
のがあります。けん玉より
簡単に「できた！」を味
わうことができるもので、
けん玉は少し難しいという
小さい子や高齢者の方にも
おすすすめです。「けん玉筒
けん」を新しい年にぜひ始
めてみてはいかがでしょうか。

社協 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. けん玉で、たまにけんを乗せるこの技の名前は？

- ① 灯台 ② とめけん ③ ろうそく



●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、ささえーるこもるの感想を添
えて応募先まではがきかメールでお送りください。

●応募締切：1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

（11月号の答え）② 44本

「地区支え合い活動事業説明会」のお知らせ

実施日

【東南部・東部・中部】1月24日(水)10:00~12:00
【大里・西小諸・西部・川辺】1月24日(水)14:00~16:00
【北大井・南大井・三岡】1月26日(金)10:00~12:00

会場

小諸市市民交流センター2階 ステラホール
※全体説明後、地区ごとに話し合える会場を用意しています。

対象者

区長ほか区役員、民生・児童委員、福祉推進委員、
介護予防ささえ愛サポーターなど

災害時等住民
支え合いマップ

健康達人区らぶ

介護予防
地域交流事業

区民同士の
相互援助活動

福祉推進委員会
の運営

福祉推進委員会（区）が主体的に取り組んでいる支え合い活動

小諸市役所

小諸市社会福祉協議会



目的とねらい

対象：区長ほか区役員・民生
児童委員・福祉推進委員・介
護予防ささえ愛サポーターなど

「支え合える区」をつくりましょう。

健康達人区らぶや介護予防地域交流事業、災害時等住民支え合いマップ等の「地区支え合い活動」に関する説明会となります。区で本事業に関わりのある方をお誘いのうえ、ぜひお気軽にご参加ください。

※地区ごとに日程を設定しておりますが、ご都合が合わない場合は別日程での参加も可能です。
※駐車場は小諸市役所第1～3駐車場をご利用ください。

▼お問合せ先：小諸市社会福祉協議会 電話 25-7337