

# ささえーる こもる

2024  
11  
月号



## 小諸市の地区民児協紹介 ⑦川辺地区

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 7 回目となる今月号では、川辺地区の民児協を紹介します。

川辺地区は委員数が 9 名であり、小諸市内で人数が少ない地区の一つです。少人数ながらそれぞれが広い地区を担当しており、悩みや課題を抱えながらもお互いに相談しあい、解決に向けて活動しています。研修にも積極的に参加し、それぞれが学びを深めるほか、地区の会議では委員が積極的に意見を出し合い、民生・児童委員としての研鑽に努めています。

会長からは悩みや疑問、考えなどをなんでも出しあい、地区の方々としっかり向き合えるような地区会にしていきたいとお話がありました。

### 11 月号の主な内容

- こもれば講座「筒けん体験」
- 地域のつながり・支え合い
- 「未来の福祉を支える人材」育成中
- 中学校でふくし学習
- アスパラ days
- 「紙の門松」

こもれび講座

筒けん体験 20人が参加

8月22日(木)に高齢者福祉センターこもれび内にて、こもれび講座を開講しました。

今回は「筒けんを使って体を動かそう！」ということでおよそ20人の方に参加いただきました。とても上手な方が多く、座りながら、そして立って体を動かしました。

筒けんとは、筒と砂の入ったボールを使う上田発祥のニュースポーツです。簡単にできることから、少し難しいものまで、参加者・スタッフ全員で取り組み、楽しい時間をみなさんと共有することができました。

これからこもれび講座ではさまざまな企画を行っていきます！ぜひご参加ください！



イベント開催のお知らせ

令和6年度 ふれあいまつり  
障がい者作品展覧会

1 目的	障がい者週間がスタートするにあたり、小諸市民の障がい福祉に対する関心や理解が深まり、障がいをお持ちの方があらゆる活動に積極的に参加する意欲が高まることを目的に、様々な意識啓発に係る取り組みを展開します。
2 主催	令和6年度ふれあいまつり実行委員会 社会福祉法人 小諸市社会福祉協議会
3 後援	小諸市 小諸市共同募金委員会
4 日時	令和6年12月1日(日) 10時~15時
5 会場	小諸市市民交流センター 会議室1~5
6 内容	ふれあいマルシェ(物販・飲食) ふれあい美術展 イエローリボンツリー 等



# 「未来の福祉を支える人材」 育成中!!

本会では福祉に従事する人材を育成するため、毎年福祉系大学の実習生を受け入れていきます。今年も8月からの1カ月間に4名を受入れ、地域福祉などについて実践で学びました。ここでは実習を終えての学びを紹介します。

実習の中で様々な専門職に関わる機会があり、各専門職と社会福祉士の役割について学ぶことが出来ました。また大学の講義では得られない実践的な学びが多く、この貴重な経験を大切に、今後の学びを深めていきたいです。(野村)

実習では地域住民の方が主体となった地域づくりについて知るために、健康達人区らぶや、ちよっくらいく会に参加させていただいたり、困りごとを解決し、地域社会が生き生きと暮らすために何が

必要かを学んだり、非常に貴重な経験をさせていただきました。この経験や学びを糧として日々精進し成長していきたいです。(福田)

実習に参加して、実際の現場で働く社会福祉士がどのような援助技術をどんな場面で、どう活用しているのかや、どんな視点をもって支援を行っているのかについて学ぶことが出来ました。今後はその学びを活かして、大学のグループワークや

ロールプレイで実践し、より学びを深めていきたいです。(藤田)

この実習では、私の地元である小諸市の社会福祉協議会がどのような地域に働きかけ活躍しているのか、観察し学ぶことが出来ました。これからは、この実習で学んだことを活かし、人に寄り添える社会福祉士を目指していきたいです。(滝澤)

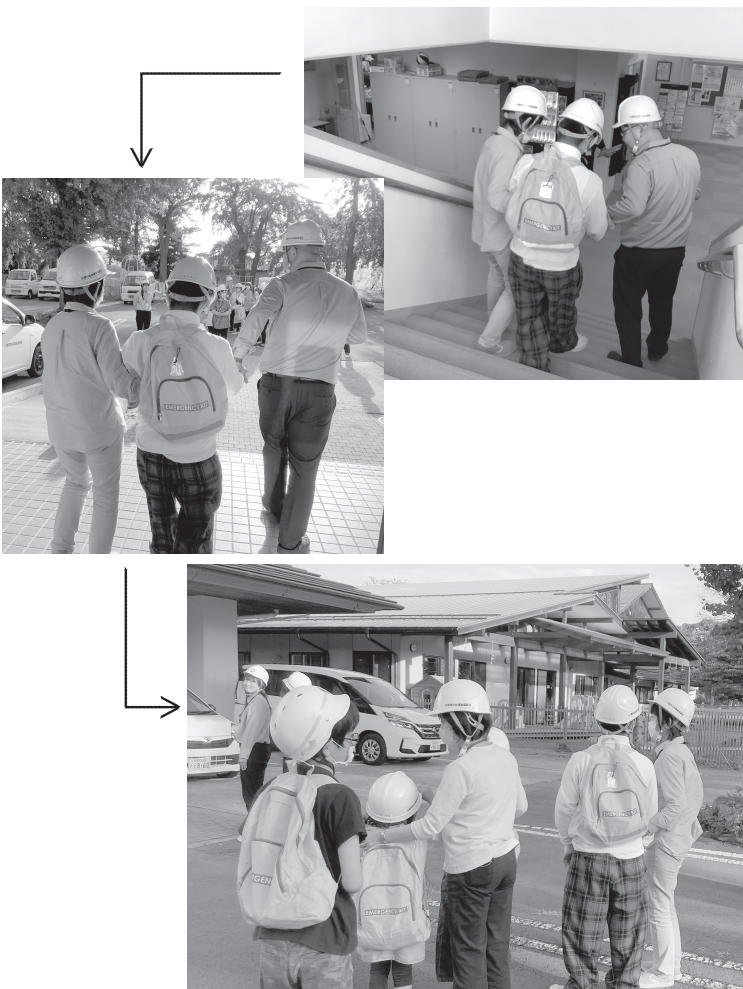


左から 滝澤さん 藤田さん 福田さん 野村さん

## アスpara days 避難訓練に参加

9月は防災月間ということもあり、社協アスparaキッズでも半年に1度の避難訓練を9月30日に行いました。おやつを食べ終わった時に、非常ベルが鳴り響きました。普段から学校でも避難訓練を実施・参加している子ども達でもあり、手慣れた様子で机の下に潜って身の安全を確保してから、ヘルメットや避難用リュックを揃え、職員と一緒に

に落ち着いて避難行動できました。なかには、避難時にお気に入りのおもちゃをもって行動する子どももあり、不安な気持ちを少しでも和らげながら避難できました。今年1月には「能登半島地震」、8月には「南海トラフ地震臨時情報」の発令、9月には全国各地での豪雨被害など、自然災害が多く、改めて普段からの備え、心構えの必要性を感じました。



拜見!

# 地域のつながり・支え合い

## 市区

### 災害時等住民支え合いマップに向けた話し合い

7月11日、市区で災害時等住民支え合いマップ（以下マップ）の更新に向けた取り組みと防災訓練について話し合いが行われました。

区長や副区長、民生・児童委員が集まり、誰も孤立しない区を目指して意見交換を行いました。マップを作る背景や目的、貼付するシールの内容について説明を聞いた後、区長が管理しているマップを参加者で共有し、新しい地図に支援が必要な方や支援ができそうな方、災害時に必要な資機材をどのように入れていくのかについて確認しました。

今後もマップの更新と併せて防災訓練を行

い、災害時にも強い地域作りに取り組んでいきます。



## 西原区

### 健康達人区らぶを楽しんでいます！



7月に行われた西原区の健康達人区らぶでは、11名の方が参加し、テーマである高齢者と電話でお金詐欺について話を受けました。詐欺の種類や被害の状況、実際の事例について話を受け、かかってきた電話で話が始まる詐欺が多いことから、電話を受ける際の対策が重要であると学びました。

後半は歌や脳トレ、輪投げをしました。輪投げでは個人で点数を競い、1位を目指してお互いに応援しながら輪投げを楽しみました。

参加者の中では健康達人区らぶでしか会わない方もおり、1ヵ月ぶりの出会いを楽しみながら参加者同士の親睦を深めました。

## 新町区

### 地域の集いの場「ひまわりの家」



「ひまわりの家」は、新町区で定期的で開催されている空き家を活用した介護予防活動です。趣味の映画会や服を再利用したポーチづくりなど、毎回様々なテーマで参加者同士、和気あいあいと交流しています。今年は日々の活動に加え、サロン活動スタッフとして大勢の前で話をしたり、小諸

市外から視察の依頼が来たり数多くのイベントの機会がありました。

「ひまわりの家」といえば名前のとおり、夏に一斉に咲き誇るひまわりの花が魅力です。大切に育てられてきたひまわりは、今年も大きく、綺麗な花を咲かせました。

# 小諸東中学校で 福祉体験学習 しました

7月18日に小諸東中学校で福祉体験学習が開催されました。体験学習は手話体験、アイマスク体験、認知症講座の3つに分かれ、2クラスごとに移動しながらすべての講座を受講しました。



手話体験では講師を招き、手話通訳を受けながら挨拶やし方などを手話で学びました。アイマスク体験では2人1組でアイマスクをして校舎の中を実際に歩き、声かけの方法などを学びました。認知症講座ではキャラバンメイトの講師を招き、認知症の症状や対応の仕方について動画を交えながら学びました。

各講座を通して福祉を自分ごととして考えることや人を大切にすること、自分自身も大切にすることということを学びました。

生徒からは「人と関わるときに優しく接するようにしていきたい」「まずは受け止めることが大切だとわかった」という声をいただきました。

当日は普段会うことができない方との交流を楽しみむほか、マンドリン演奏をしているポランティアグループのポコ・ア・ポコさんによる演奏もあり、普段聞く機会のないマンドリンによる音色に癒されながら、懐かしい曲と一緒に歌い盛り上がりました。その後はカラオケも行い、練習の成果を発揮される方や、参加された方同士で一緒に歌うなど、会場にいる方が一体となり楽しみました。



あんしんコール・ふれあいレター交流会 会場一体となり楽しむ

お送りありがとうございます

(令和6年8月1日～9月30日)



順不同  
敬称略

◇社協受付分  
竹内孝栄、匿名(食糧、未使用  
タオル)

### ★譲ります★

用具名
五月人形
こいのぼり
ひな飾り7段
鉢植え(テイカカズラ)
二段ベッド
背負い式動力噴霧器
子ども用布団
子ども用椅子

☆「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

●問合せ先 地域福祉係 電話 25 - 7337

●ホームページ(右下のQRコードを読み取ってください)

[http://www.k-syakyo.org/?page\\_id=6867](http://www.k-syakyo.org/?page_id=6867)

※6ヵ月過ぎても残っている案件は、「ささえーるこもろ」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、登録いただいている全ての写真も掲載しております。



譲りあえーる  
QRコード

### ★譲ってください★

用具名
ウォーキングポール(両手用)
おしぎり(わら切り)
一人用冷蔵庫
ローテーブル

譲りあえーる事業

## 編集後記

あっといいう間に11月。2024年も終わりに近づいてきましたね。皆さんは今年思い出に残った出来事はありますか？

少し時をさかのぼって8月3日。この日はこもろドカンショの日！今年も小諸市社会福祉協議会連として参加してきました。浴衣や甚平などの「夏っぽい」服をまとって、応援うちわを持って列に並びました。個性豊かな職員がそろっているため、踊りはまとまっているとは言えなかつたかもしれませぬ。ですが、「ドカンショー！」の掛け声はどの連よりもぴったり、大きかったと思います。その結果、なんと小諸市長から小諸市長賞をいただきました！大声を出し過ぎてか、喉はガラガラになりましたが、夏一番の思い出になりました。

## 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。

今年のこもろドカンショで小諸市社会福祉協議会連が受賞したのは何賞でしょうか？

①がんばったで賞

②ドカン賞

③小諸市長賞

- 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はがきかメールでお送りください。

- 応募締切：11月29日(金) 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

(9月号の答え) ②月見団子



