社協うえだ

令和6年（2024年）
6月号
No.107

主な内容

地域の話題をお届け！
地域で集う、楽しい出会いの場……P 2
令和6年度社協会費納入のお願い……P 3
ボランティア情報……P 4
令和6年度 上田市社会福祉協議会
事業計画及び予算…P 6

今号の表紙

4月7日(日)に下塩尻自治会で、桜堤（さくらづつみ）大花見会が開催されました。福祉推進委員の足立勉さんは、「年齢関係なく、誰でも参加できる地域交流の場となれば」と話されていました。

当日は80人を超える参加者で、「ご近所、声を掛け合って参加しました。地域のみんなと季節を感じられて嬉しい。」「来年も計画してほしい。」との声が上がっており、世代を超えた、たくさんの笑顔の花が満開でした。

発行／社会福祉法人 上田市社会福祉協議会 ●上田市中央3-5-1 印刷／田口印刷㈱
●TEL 0268-27-2025㈹ ●FAX 0268-27-2500 ●https://www.ueda-shakyo.or.jp

「社協」とは社会福祉協議会の略称です。「社協うえだ」は社協会費及び共同募金の助成金で発行されています。

この印刷物は環境に配慮し、古紙及び植物性大豆インキを使用しています。

地域の話題をお届け！

地域で集う、楽しい出会いの場

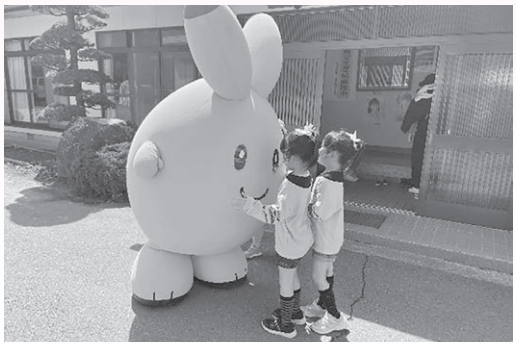
上青木自治会　桜を楽しむ会

３月31日（日）上青木公民館で桜を楽しむ会が開催されました。当日は、世代を超えて、子どもからご高齢の方まで、約40人の地域の皆さんが集まりました。

隣接する運動広場の桜はつぼみでしたが、自治会役員の方が用意した桜を館内に飾り、花を愛でながら軽食を楽しみました。

参加者の方は、「久しぶりに会える人が多くて良かった。」「子どもが元気に集まっていいね。」と話されていました。

また、より多くの子どもが参加できるようにと、上田市社協イメージキャラクターの「うさたま」も参加しました。子どもたちは「初めて見る。かわいい。」と楽しんでいました。



自治会からの依頼を受けて、出張する「うさたま」

千曲町自治会　元気で生きる会

千曲町自治会の「元気で生きる会」は、毎週火曜日の午前10時から午前11時30分まで、千曲町集会所で介護予防体操を行っています。５月７日（火）は、13人の方が参加されました。当日は、健康運動指導士の掛け声に合わせて、さまざまな体操を行いました。

参加回数が180回を超える参加者は、「家から近いから通いやすい。ここに来ると、いろんな皆さんに会える。」と話されていました。

また、「元気で生きる会」では、参加回数10回ごとに靴下を贈呈。更に参加回数100回目の方には、参加者一人ひとりに向けたメッセージが書かれた賞状と記念品を贈呈しており、参加者の励みになっています。

令和６年度　上田市社会福祉協議会

社協会費納入のお願い

本会の取組にご理解とご賛同いただき、社協会費のご協力をお願いします。

社協会費とは？？

　社協の会員会費制度は、住民一人ひとりが福祉に関心を持ち、積極的に地域の福祉活動に参加いただくことを目的としています。会員になっていただくこと（会費を納めること）が、福祉活動に参加することにつながり、地域福祉を支える大きな力になります。

　地域福祉の主役である住民の皆さまと、それを推進する社協が一体となり、ともに福祉のまちづくりを行う欠かせない仕組として、会員会費制度が成り立っています。

-----会費には、以下の４種類があります。-----

普通会費	特別会費	法人会費	団体会費
市内の全世帯にお願いしています。	個人で、社協事業に賛同してくださる方にお願いしています。	企業・事業所で、社協事業に賛同してくださる方にお願いしています。	団体や施設で、社協事業に賛同してくださる方にお願いしています。
年額／一口　500　円	年額／一口　1,000　円	年額／一口　5,000　円	年額／一口　1,000　円

※ ご賛同いただける方は、２口以上のご協力をお願いいたします。

会費で支えられている事業

- ●地域ふれあい事業
- ●住民支え合いマップ事業
- ●企画・広報事業
- ●ボランティア活動推進事業
- ●福祉推進事業
- ●各種相談事業
- ●有償在宅福祉サービス事業
- ●車いす・特殊寝台貸与事業
- ●ふくふくひろば（こども服リユース事業）

地域ふれあい事業
（北常田自治会：お餅つき大会）

福祉推進事業
（豊殿地区社協視察研修）

ボランティア活動推進事業
（出前福祉体験：車いす体験）

有償在宅福祉サービス事業
（福祉移送サービス）

※ 普通会費納入額の15パーセントを地区社会福祉協議会の活動費として還元しています。

社協会費の詳細につきましては、こちらをご覧ください。

ボランティア情報

令和６年能登半島地震による 災害ボランティアバン実施のお知らせ

上田市社会福祉協議会では、５月23日（木）24日（金）の２日間、石川県鳳珠郡（ほうすぐん）能登町へ先遣隊を派遣しました。今後は、継続的にボランティアを派遣していく予定です。日程については現在調整中ですので、調整でき次第、随時ホームページに掲載します。皆さまのご協力、よろしくお願いいたします。

★活　動　先／石川県鳳珠郡（ほうすぐん）能登町
★活動内容／災害ごみの仕分け・搬出、家屋の清掃・片付け等
★定　　員／各回８人（定員になり次第締め切りとなります。）
★費　　用／無料（飲食代は自己負担）
★申　込　み／ google フォーム（右記 OR コード参照）
　　または、下記連絡先へお電話ください。
★問い合わせ／上田ボランティア地域活動センター　TEL 25-2629

Google フォーム

上田市社会福祉協議会

ボランティアグループ紹介

音楽ボランティア　なかよしクラブ

自治会や施設で音楽ボランティアをしています。ハーモニカやサックス等を演奏し、懐かしい童謡や演歌をいっしょに歌います。語り手がユニークで、楽しい時間をお届けします。自治会等で出演をご希望される際は、上田ボランティア地域活動センターまでお問い合わせください。

おもちゃの救急隊うえだ

毎月第３木曜日、蓮の音こども園で活動しています。おもちゃの簡易修理や電池交換等を行っており、おもちゃにある思い出も守っています。現在、いっしょに活動していただける方を募集しています。詳細は、上田ボランティア地域活動センターまでお問い合わせください。

上田ボランティア地域活動センター　TEL 25-2629

ボランティア募集情報

地域活動支援センター「オアシス千曲」

●農作業の技術指導　3人
●水やり、草取りなど畑作業を利用者と行う　5～10人
日時／月曜日～金曜日
9時30分～11時30分
13時～15時　※どちらか片方のみでも可

ふれあい日本語教室

●地域在住の外国人に対して日本語を教えるボランティア。未経験者歓迎
日時／毎週日曜日10時～12時
場所／中央3-5-1（上田市ふれあい福祉センター）

竹遊会　tikuyuukai

●竹籠づくり
日時／毎月1～2回（平日1回、土・日1回）
●竹林整備
日時／8月～9月で月1回（土・日）
場所／別所温泉院内1723-1（別所温泉センター3階会議室）
（竹林整備は別所温泉地区、野倉地区）

丸子地域

申し込み・問い合わせ
丸子ボランティア地域活動センター
☎ 43－2566

しおがわ敬老園

●生け花、習字、お茶出し、お話し相手、読み聞かせなど
日時／月曜日・火曜日・金曜日10時～11時　14時～15時
場所／塩川1001

丸子モチーフの会

●毛糸でモチーフ編み
日時／毎月第4水曜日　13時～15時
場所／上丸子1600-1
（丸子ボランティア地域活動センター）

武石地域

申し込み・問い合わせ
武石ボランティア地域活動センター
☎ 85－2466

ふれんず 武石児童館、学童保育 ピーターパン

●学習支援や遊びを主体的に進めてくれる方
日時／学校の長期休業期間中

ボランティアの詳細はこちらからも確認いただけます →

上田地域

申し込み・問い合わせ
上田ボランティア地域活動センター
☎ 25－2629

福祉ボラ珈琲相談室事務局

●施設行事の協力、地域イベントの協力、傾聴、託児
日時／随時
場所／上田市、東御市、小諸市、佐久市、軽井沢町
御代田町、長野市、千曲市、坂城町

神川デイサービスセンター

●お茶入れ、利用者の話し相手、ドライヤーがけ
日時／月曜日～土曜日　9時～11時30分
場所／国分533-20

特定非営利活動法人　エリスン塩田館

●桑の実の摘み取り
日時／6月中旬～6月下旬
（天候により収穫時期がずれてしまう可能性があります。）
場所／八木沢1454-34

特定非営利活動法人　気塾　ワークハウス　塩嵜苑

●建物周辺の美化（草刈り等）
●作業補助（樹木の粉砕・薪割り他）
日時／随時（作業補助は平日）
場所／下室賀783

障害者グループホーム　アミティエ

●ガーデニングの手伝い、野菜栽培の手伝い、季節の花の飾り付け、簡単な清掃
●ボタン付けや裾上げ、年中行事の手伝い
●お菓子作りを教えてくれる方
日時／平日：午後
休日（土・日・祝日）：朝～夕方（都合の良い時間）
場所／上田原849-16

介護老人保健施設　ケアホーム上田

●利用者と作品作り（張り紙等）
日時／随時　15時～17時
場所／中野29-2

児童養護施設　森の家　はらとうげ

●施設周辺の環境整備（草取り、道掃き、水やり）
日時／随時
9時～16時の都合の良い時間
●休日に児童と過ごしていただける方（学習支援・遊び等）1～3人
日時／土　8時30分～9時30分
●登下校の付き添い（特に朝の登校時）1～2人
日時／平日朝　7時15分～8時
平日夕15時～16時
場所／御所38

「あったかい　心あふれる　協働のまち」
～　笑顔　花咲く　上田市社協　～

近年、急激な物価高騰による生活困窮や社会的孤立等、地域社会を取り巻く環境は大きく変化し、個々の課題も複雑化、多様化しています。

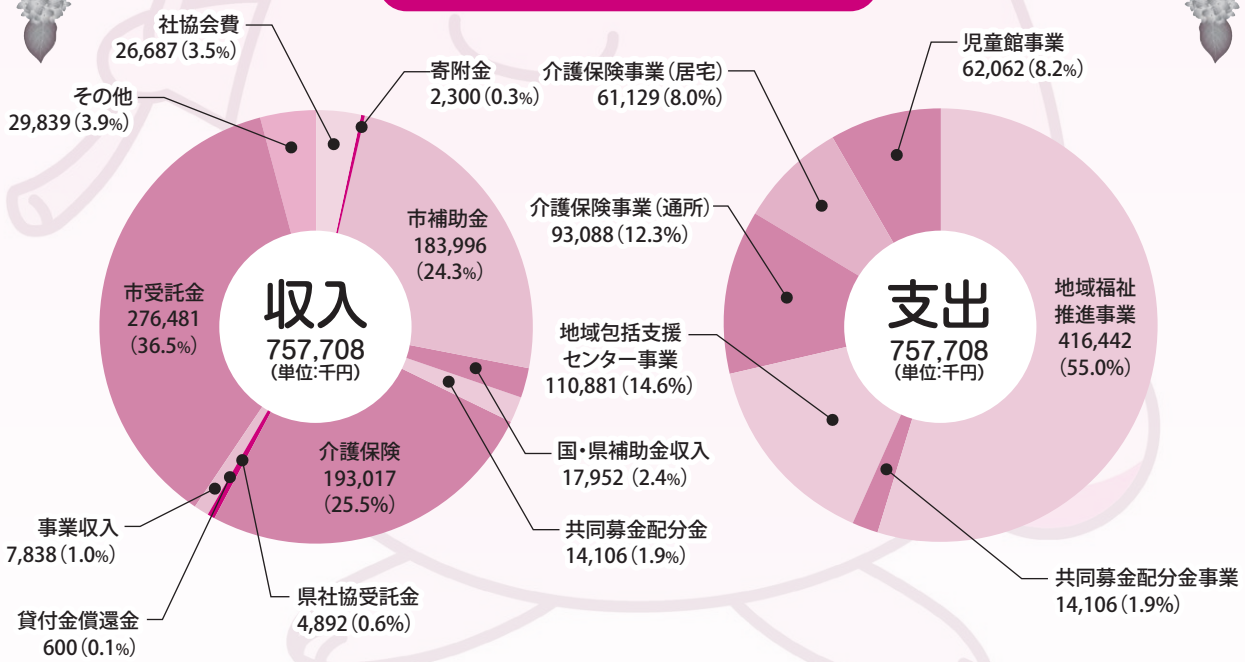
このような中、上田市社会福祉協議会では、上田市とともに策定した第４次上田市地域福祉計画及び上田市地域福祉活動計画に基づき「あったかい 心あふれる 協働のまち」を行動指針として、さまざまな福祉活動を推進しています。

また、若者のボランティアや就労体験のサポート、子ども食堂の活動支援や、人と人とのつながりが実感できる地域づくりのほか、緊急小口資金等特例貸付に関するフォローアップ支援に、引き続き取り組んでいきます。

１人でも多くの市民が笑顔になれるよう「笑顔 花咲く 上田市社協」をコンセプトに、さまざまな福祉課題を抱える住民に対して、事業の充実、安定的な組織・基盤づくりを行い、地域福祉の推進に努めてまいります。

① **住民参加と協働による地域福祉活動**
② **生活困窮者への重層的な支援**
③ **資源の有効活用による持続可能な地域づくりの推進**
④ **ボランティア地域活動センターの充実とボランティア育成の推進**
⑤ **介護保険事業の経営改善と包括的な支援**
⑥ **地域で安心して生活できる子育て支援事業の推進**
⑦ **社協運営の基盤強化**

令和6年度　予算概要



事業計画及び予算の詳細は、こちらをご覧ください。

お知らせ YOLO'S（よろず） 勉強会
～ひきこもり当事者のための コミュニケーショントレーニング～

参加費 無料

「YOLO'S 勉強会」では会話術、e スポーツ、ボードゲーム、ソーシャル・スキル・トレーニング等でコミュニケーション力 UP を目指します。

★日　程／ 6 月 27 日（木）、 7 月 25 日（木）
8 月 29 日（木）、 9 月 26 日（木）
10 月 24 日（木）、11 月 28 日（木）
12 月 26 日（木）
令和 7 年 1 月 30 日（木）、 2 月 27 日（木）
3 月 27 日（木）
★時　間／ 各回 13時30 分～15 時30 分
★場　所／ 上田市ふれあい福祉センター
3 階研修室（中央 3-5-1）
★対　象／ 上田市在住でおおむね 50 歳未満の
ひきこもり状態（6 ヶ月以上）の方
★申込み／ 下記連絡先へお電話ください。

申込み／問い合わせ ▶ まいさぽ上田　TEL 71-5552

お知らせ 令和6年度 成年後見制度セミナー
～老後のために早めに知っておくと安心！ 認知症と成年後見制度について～

参加費 無料

成年後見制度とは、認知症や精神障がい等で判断能力が十分ではない方に代わって、財産管理や福祉サービスの契約を行い、その方が安心して地域で暮らせるよう支える制度です。本セミナーではこの制度について、わかりやすくご説明します。

★講　師／司法書士　村山 澄江 氏
ノンフィクションライター　中澤 まゆみ 氏
★日　時／ 9月6日（金）13時30分～15時10分
（開場：12時30分）
★会　場／丸子文化会館 小ホール（上丸子 1488）
★対象者／上田市、東御市、長和町、青木村在住の方
★定　員／ 100 人
★申込み／下記連絡先へお電話ください。
★申込締切／ 8 月 23 日（金）

申込み／問い合わせ ▶ 上小圏域成年後見支援センター　TEL 27-2091

お知らせ はじめてのダンス教室
～高校生といっしょにダンスを楽しもう！～

参加費 無料

上田染谷丘高等学校 地域貢献し隊（ダンス同好会所属）の皆さんが、初めての方でも楽しめるダンスを教えます。ダンスを通して体を動かし、いっしょに夏休みを楽しみましょう。

★日　程／ 7 月 31 日（水）・8 月 2 日（金）
★時　間／各回 10 時～ 11 時 30 分
★場　所／上田市ふれあい福祉センター
2 階大会議室（中央 3-5-1）
★定　員／各回 20 人（定員になり次第締め切ります。）
★対　象／小学生以上の方
★申込み／下記連絡先へお電話ください。
★持ち物／水分補給用の飲み物、汗拭き用タオル
★その他／動きやすい服装でお越しください。

この事業は赤い羽根共同募金の助成金を受け実施しています

申込み／問い合わせ ▶ 上田地区センター地域福祉係　TEL 27-2025

お知らせ 子育て支援事業「親子ピラティス」

参加費 無料

ピラティスは、体の深い部分にある筋肉を安全に効率よく鍛えることができ、体のゆがみを調整する効果もあります。子どもから大人まで気軽にできますので、お子さんといっしょに、リフレッシュしませんか。

★日　程／①７月 26 日（金）、②８月２日（金）
★時　間／両日とも 10 時～ 11 時 30 分
★場　所／丸子ふれあいステーション３階
ふれあいグループ活動室（上丸子1600-1）
★対　象／①０～１歳のお子さんと保護者
②２～３歳のお子さんと保護者
★定　員／各回 15 組
★講　師／ピラティスインストラクター　青木 いつみ 氏
★申込み／下記連絡先へお電話ください。
★申込締切／①7月19日（金）、②7月26日（金）
★持ち物／タオル、親子の飲み物
★その他／託児が必要な方はご相談ください。

この事業は赤い羽根共同募金の助成金を受け実施しています

申込み／問い合わせ ▶ 丸子地区センター　TEL 42-0033

お知らせ 上田市ファミリー・サポート・センター登録会（ファミサポひろば）

参加費 無料

★日　時／７月 11 日（木）10 時 30 分～ 11 時 30 分
★場　所／上田市ふれあい福祉センター 3 階訓練室（中央 3-5-1）
★定　員／先着６組（要予約）
★予約方法／下記連絡先へお電話いただくか、応募フォームでご予約ください。
★持ち物／登録する方の写真2枚（免許証のカラーコピーも可）
本人確認できるもの（免許証、マイナンバーカード等）

応募フォーム

申込み／問い合わせ ▶ 上田市ファミリー・サポート・センター　TEL 21-3016

●掲載の講座、催し等について、内容の変更や延期・中止をする場合がありますので、ご了承ください。● 各お知らせの詳細はこちらからもご確認いただけます。

評議員交代のお知らせ

選出機関の役員改選により、評議員が交代となりましたので、ご紹介します。

選出区分及び選出団体	氏　名
学識経験を有する者（上田商工会議所）	矢ヶ﨑　雅　哉
学識経験を有する者（上田市子ども会育成連絡協議会）	坂　口　純　一
学識経験を有する者（上田市多文化共生推進協会）	柴　田　隆　一
地域の代表者（上小東御地域女性団体連絡協議会）	沖　島　則　子

善意銀行

～あたたかな善意ありがとうございます～

（令和6年3月1日～4月30日　寄附受付順）

- 上田市立第二中学校 福祉協力委員会様 ……使用済み切手4.48kg、はがき455枚
- 匿名…… 白米10kg、食品14点（指定寄附／丸子地域へ）
- (株)関根商店様 …… タオル79点、使用済み切手408g、食品10点
- 長野県上田千曲高等学校同窓会様 ……50,000円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）
- 深町共榮様 ……30,000円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）
- (特非)ぽけっと様 ……使用済み切手114g
- 上田岳風会様 …… 使用済み切手1.475kg
- 信州うえだ農業協同組合 女性部 上田支会様 ……16,450円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）
- 匿名…… 口腔ケアスポンジ137点、衛生用品他214点
- 上田市赤十字奉仕団様…… 使用済み切手345g、はがき4枚
- 信州うえだ農業協同組合様 ……パン520点、リンゴジュース420点
- 上田古里郵便局様 …… 使用済み切手5.18kg
- 八十二銀行 上田東支店様 ……使用済み切手140g
- 青木郵便局様 …… 使用済み切手1.06kg
- 匿名…… 未使用切手10枚、紙パンツ2袋、衛生用品他75点
- 信州うえだ農業協同組合 女性部 真田支会様 ……白米27kg、食品121点
- 更生保護女性会 真田支部様……34,704円
- 中横道婦人部様……4,567円
- 上田商工会議所女性会様 ……使用済み切手600g、はがき10枚、タオル・手ぬぐい8点（指定寄附／タオル・手ぬぐい：㈱アーチメディカルサポート様へ）
- 信州うえだ農業協同組合 女性部様 …… 白米39.5kg、食品123点、他日用品127点
- 第一生命保険(株) 丸子営業オフィス様 ……使用済み切手230g
- 渡辺税理事務所様 ……使用済み切手392g
- 匿名…… 50,000円（指定寄附／フードドライブへ）
- 新田長生会 こすもすサロン様…… 使用済み切手2.16kg
- 上田間税会女性部様…… 使用済み切手6.04kg
- 匿名…… 白米10kg（指定寄附／丸子地域へ）
- 上田市役所 丸子地域自治センター様 ‥使用済み切手165g
- 信州うえだ農業協同組合 女性部 真田支会様 …… 食品24点
- 信濃国分郵便局様 …… 使用済み切手1.44kg
- 上田ソフトボール協会様 ……91,400円（指定寄附／石川県ソフトボール協会様へ）
- 第一生命保険(株) 上田営業オフィス様 …… マスク12箱
- 神川合戦場桜まつり実行委員会様 ……22,512円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）
- 荻元君香社中 藤本頼貴次会様 ……12,548円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）
- (宗)安楽寺様 …… 使用済み切手3.56kg
- 匿名……紙パンツ1袋、衣類2点、衛生用品他7点
- 吉井宏子様……手編みマフラー 58点、手作り品他3点（指定寄附／神川デイサービスセンターへ）
- 真向法同好会（故）澤柳健様……60,000円（指定寄附／令和6年能登半島地震災害義援金）

指定寄附以外の寄附につきましては社協、または福祉施設等で活用します。

社協の無料相談

※相談日は、都合により変更になる場合がありますので事前にお問い合わせください。

内　容	日　時		場　所	
心配ごと相談	毎週月曜日～金曜日	9時～16時	上田市ふれあい福祉センター 丸子ふれあいステーション 真田総合福祉センター 武石地域総合センター	TEL 27-8080 TEL 42-0033 TEL 72-2998 TEL 85-2466
結婚相談 ※12時～13時相談員の休憩時間とさせていただきます。	毎週水曜日 毎月第２土曜日	10時～15時 ※受付 14時30分まで	上田市ふれあい福祉センター ※相談日以外の問い合わせは	TEL 22-3082 TEL 27-2025
	毎月第4土曜日	10時～15時 ※受付 14時30分まで	丸子ふれあいステーション	TEL 42-0033
法律相談 ※要予約	7月20日㈯、8月17日㈯	10時～12時	上田市ふれあい福祉センター	TEL 27-8080
	7月5日㈮	13時30分～15時30分	丸子ふれあいステーション	TEL 42-0033

ご意見をお寄せください。「社協うえだ」へのご意見、ご感想、また、福祉事業に関するご要望などお寄せください。宛先は、各地区センターまたは総務･企画係広報担当（上田地区センターと同じ）まで。

- ●上田地区センター　〒386-0012 上田市中央3-5-1（上田市ふれあい福祉センター内）　TEL 27-2025 FAX 27-2500
- ●丸子地区センター　〒386-0404 上田市上丸子1600-1（丸子ふれあいステーション2階）　TEL 42-0033 FAX 42-0034
- ●真田地区センター　〒386-2201 上田市真田町長7190（真田総合福祉センター）　TEL 72-2998 FAX 71-5740
- ●武石地区センター　〒386-0503 上田市下武石742（武石地域総合センター内）　TEL 85-2466 FAX 85-2471

業務時間／ 8時30分～ 17時15分（月～金曜日　※祝日、年末年始を除く）