



▲上田市の音訳ボランティアグループ「音の散歩道」と白馬村の音訳ボランティアグループ「声のポケット」の皆さん



▲録音室の見学



▲点訳ボランティア活動の見学



▲意見交換会の様子

今号の表紙

主な内容

- 令和5年度 上田市社会福祉協議会
事業報告…………… P 2
決算概要…………… P 3
- 地域の活動レポート…………… P 4
- 若い世代との新しい連携と協働のカタチ…………… P 5

「音の散歩道」と「声のポケット」との交流会を7月2日(火)に行いました。この交流会は、「声のポケット」から普段の活動や、新規メンバー募集方法などについて情報共有をしたいとの依頼を受けて開催しました。

当日は、上田市ふれあい福祉センターにある録音室や、同日に活動していた点訳ボランティア活動の見学をしました。見学後には、意見交換会を行い、実際の音訳の様子や工夫していることなどについて情報交換をしました。

※視覚に障がいのある方のために、活字で書かれている書籍や広報誌等の内容を“音声にして伝える”活動を「音訳」、 “点字にして伝える”活動を「点訳」といいます。





令和5年度は、多様な関係機関、団体などとの連携・協働のもと事業計画に掲げた重点目標を中心に、さまざまな事業活動を展開しました。主な重点施策について報告します。

1 住民参加と協働による地域福祉活動

地区社協住民会議では、防災や子どもに関する内容など、身近に感じるテーマの下、地域ごと工夫を凝らした取組を行いました。

また、住民支え合いマップでは、近年の災害増加に伴う、意識の高まりから、更新作業や新たにに取り組む自治会の増加がありました。

更に、災害時だけではなく、日ごろの見守りや声かけなどの効果も出ています。



2 生活困窮者への重層的な支援

新型コロナウイルス感染拡大に伴う特例貸付においては、所得の減少などで、償還が厳しい状況の方や、更なる貸付けを希望する方への相談支援を行いました。

また、フードドライブ事業により、生活に困っている世帯などへの支援を行いました。

更に、自治会等へ出向き、お米の配布会を実施しました。



3 資源の有効活用による持続可能な地域づくりの推進

自治会や地区社協単位によるフードドライブの取組が広がっています。また、社協だけではなく、行政や他団体、個人ボランティアと連携しながら開催することも定着してきました。ひとり親世帯への支援として、企業からご寄附いただいた日用品やパンをお渡しする事業なども定着してきました。



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

災害救援ボランティア養成講座などを開催し、災害発生時における正しい知識の再確認と、災害救援ボランティアの育成に努めました。福祉教育の推進としては、障がい者・高齢者への理解を深めることを目的に、ポッチャ、モルックなどのユニバーサルスポーツ体験や、高齢者疑似体験などを、小・中学校や高等学校に出向き実施しました。



5 介護保険事業の経営改善と包括的な支援

居宅支援事業では、利用者の個別ニーズに対し、地域包括支援センターなどと連携を図ることで、介護保険サービスの提供に加え、他のサービスを紹介するなど、包括的な支援に努めました。

デイサービスセンター事業では、引き続き感染対策に配慮して、利用者が安心して、楽しい雰囲気の中で過ごすことができるよう取り組みました。



6 地域で安心して生活できる子育て支援事業の推進

児童館・児童センターでは、引き続き感染対策を行い、保護者の理解と協力を得ながら、安全を確保し開館しました。

また、上田市ファミリー・サポート・センターでは、日常的な子育ての支援を行うだけでなく、登録会や交流会、講習会を開催し、地域や家庭で安心して子育てができるよう支援を行いました。

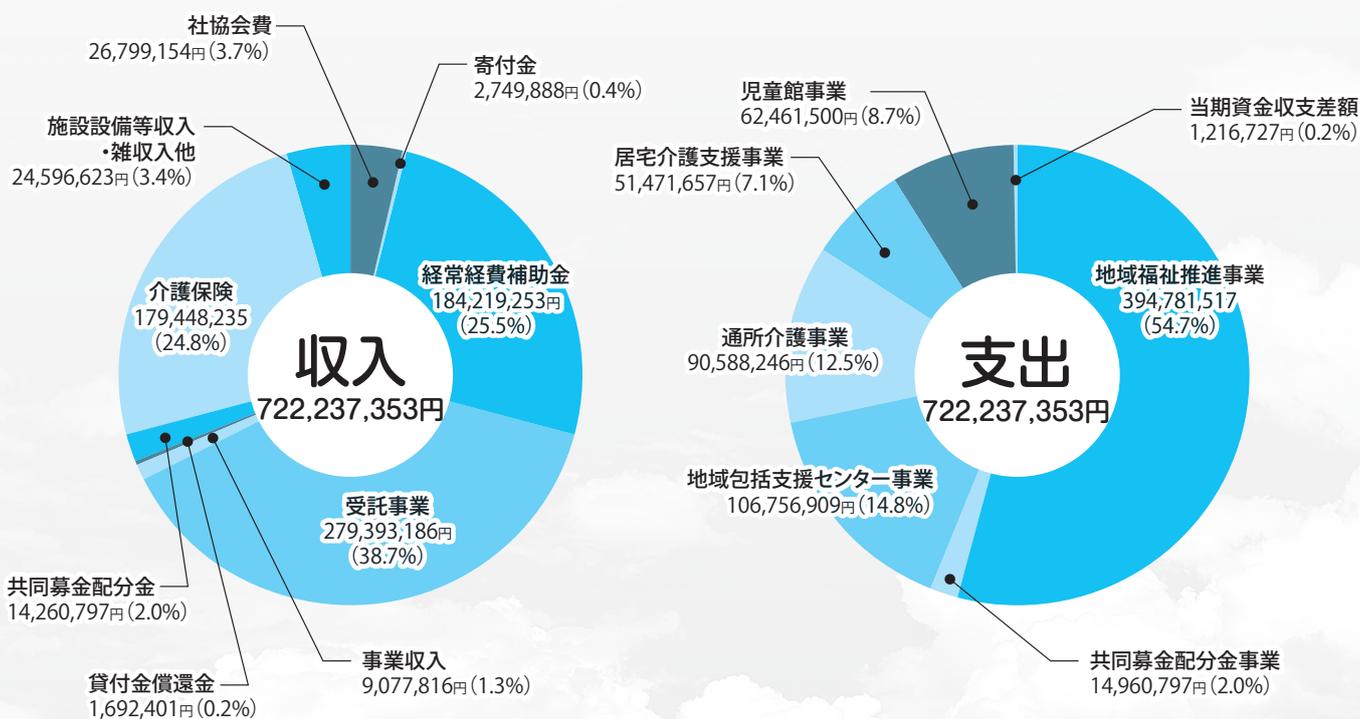


7 社協運営の基盤強化

職員研修計画に基づき各種研修会を実施し、メンタルヘルス、ハラスメントなどについて学びました。

また、個人情報の保護に関する法律の改正に対応するための職員研修の実施のほか、ガバナンス強化を図るために規程の整備を行いました。

令和5年度 決算概要



事業報告・決算概要の詳細は上田市社協ホームページをご覧ください。



上田市社会福祉協議会 理事・評議員交代のお知らせ

選出団体の役員改選により、理事・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 |
|-----|----------------------------------------|-------|
| 理事 | 地域の代表者 (上田市自治会連合会) | 岡村一成 |
| | 地域の代表者 (上田市自治会連合会) | 西牧真吾 |
| | 地域の代表者 (上田市自治会連合会) | 鈴木三千夫 |
| 評議員 | 学識経験を有する者 (上田市校長会) | 竹内仁一 |
| | 学識経験を有する者 (上田青年会議所) | 岩下佑也 |
| | 地域の代表者 (上田市自治会連合会) | 坂田和善 |
| | 地域の代表者 (上田市自治会連合会) | 井出守雄 |
| | 社会福祉事業を営む団体の役職員 (介護保険指定居宅介護支援事業者連絡協議会) | 山本伊久子 |
| | ボランティア活動を行う団体の代表者 (武石ボランティア連絡協議会) | 宮下辰男 |
| | その他社会福祉事業に熱意と理解を有する者 (上田市高齢者クラブ連合会) | 柳沢泉 |

地域の活動レポート

地域を歩いてゴミ拾い

S 真田地域 S 清掃 H ハイキング

清掃活動を通じた交流

真田地域清掃ハイキングは、毎年春と秋に開催しており、今回 53 回目となりました。この活動は、地域をきれいにする目的とともに、住民の交流の場として根付いています。

主催は、社会福祉法人かりがね福祉会、社会福祉法人恵仁福祉協会、上田市社協と、真田地域ボランティア連絡協議会で計画・運営を行っています。当日は地域住民をはじめ、地元企業の参加もあり、約 100 人でゴミ拾い活動を実施しました。



地域の魅力再発見

「普段関わらない人と話げできた。」「車で走っているだけでは知らない場所があった。」との声が聞かれ、地域をゆっくり歩きながらのゴミ拾いは、自分たちが住む地域の魅力の再発見にもつながりました。

出合い 味わい ふれあい ~地域に向けた料理講習会~

7月5日(金)各支部社協(自治会)で行うふれあい会食会に向けて、川西地区社会福祉協議会が川西公民館で、「ふれあい会食会 料理講習会」を開催しました。講師に長野県栄養士会上小支部の手塚鈴子氏を迎え、栄養バランスについての講義の後、調理実習を行いました。夏野菜をふんだんに使ったドライカレー、ピシソワーズ等を作り、参加者全員で試食会をしました。参加者からは「とてもよかったです。自治会のふれあい会食会で早速やってみたい。」と感想がありました。



若い世代との新しい連携と 協働のカタチ

高校生や大学生と取り組む福祉の啓発活動

7月6日(土)上田千曲高等学校の文化祭(千曲祭)と、7月7日(日)上田西高等学校の文化祭(西高祭)で募金活動が行われました。

上田市社協はサポート役として上田市社協イメージキャラクター「うさたま」といっしょに協力をさせていただきました。

また、社協 PR 活動として社協オリジナル軍手※の販売をしました。

上田千曲高等学校生徒会は令和6年能登半島地震災害義援金と台湾地震災害義援金、上田西高等学校JRC部は令和6年能登半島地震災害義援金の募金活動を行い、多くの来場者に協力を呼びかけていました。

※ 上田市社協では、若い世代にもっと福祉活動に関心をもってもらい、「社協」を身近に感じてもらうために、信州大学繊維学部の「ハナサカ軍手プロジェクト」とコラボし、上田市社協イメージキャラクター「うさたま」デザインの軍手を製作しました。

購入希望の方は、上田市社協各地区センターへお問い合わせください。(連絡先は8ページ下部をご覧ください。)



赤い羽根コットン smile 応援事業 (赤い羽根共同募金助成金事業)



高校生とネーミングを
考えました!

上田市社協では、赤い羽根共同募金運動の助成金を活用し、目には見えにくい「生理の貧困」に対する取組の一環で、高等学校のトイレへ生理用品の設置事業を実施しています。身近な場所にも「いろいろな事情で、生理用品が買えない生徒がいるかもしれない。それを高校生と一緒に考えることができれば。」と、令和5年に高校生ボランティアを募り、ミーティングを開催しました。

高校生からは、「様々な家庭環境で、生理用品を買うことができない人もいると思うので、トイレがあると安心」という声が聞かれました。また、「補充については、誰がやる?」という問いに対し、「保健委員やJRC班、トイレ掃除をする生徒自身が行える」という意見が多数あったことから、令和5年度から本事業が始まりました。

2年目の取組となった現在も、高校生が主体となってトイレ内の生理用品の補充を行っています。





講座・イベントのお知らせ



第36回 ふれあい広場inさなだ



「深めよう 地域のつながりを！」をテーマに、真田地域を中心に活動している団体等が一堂に会し、地域住民交流の機会として開催します。

- ★日 時：10月5日(土) 9時～12時30分
- ★場 所：真田総合福祉センター(真田町長7190)
- ★内 容：ステージ発表、団体活動発表
- ★問合せ：真田ボランティア地域活動センター(72-2998)

ふくふくひろば週末開催



子ども服の再使用の場として上田市ふれあい福祉センターに常設しているのが、「ふくふくひろば」です。

当日は、新生児から140cmまでの子ども服を扱っています。1家族10点まで無料でお持ち帰りいただけます。

- ★日 時：8月24日(土) 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)
- ★問合せ：総務課 総務・企画係(27-2025)

ママのためのリンパケア



子育てを頑張っているママの心と体をリフレッシュしませんか♪

- ★日 時：10月9日(水) 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)
- ★講 師：健康運動指導士 小林 明美氏
- ★定 員：15人
- ★対 象：子育て中のママ
- ★託 児：あり(事前予約が必要です)
- ★申込み：丸子地区センター地域福祉係へお申し込みください。(42-0033)
- ★申込締切：9月30日(月)
※定員になり次第締め切ります。

希望の旅



日ごろ、旅行に出る機会が少ない在宅の重度障がい者の方に、社会参加と仲間づくり、交流を目的に1泊2日の旅行を実施します。

- ★日 程：9月30日(月)～10月1日(火)
- ★行き先：静岡方面(芦ノ湖や伊豆フルーツパークなどの散策)
- ★定 員：16人(8組)
- ★参加費：1人15,000円
- ★受付期間：8月19日(月)～9月6日(金)
- ★申込み：各地区センターへお申し込みください。(連絡先は8ページ下部をご覧ください。)
- ★その他：介護者同伴でお申し込みください。(介護者は身体介護のできる方に限ります。)

婚活イベント ～一期一会で心に灯りを～



火おこし体験やろうそく作りを通して、出会いを楽しみましょう。

- ★日 時：10月13日(日) 9時30分～12時30分
- ★場 所：武石ともしび博物館(下武石1902-4)
- ★参加費：男性1,000円
女性1,000円
- ★定 員：男女各7人
※応募多数の場合は抽選となります。
- ★対象者：25歳～35歳の独身男女
- ★申込み：右記QRコードからお申し込みください。
- ★申込締切：9月29日(日)
- ★問合せ：上田地区センター生活支援係へお問い合わせください。(27-2025)



傾聴ボランティア養成講座



傾聴ボランティアに特別な資格は必要ありません。活動を始めるにあたっての知識や技術を学んでみませんか。

- ★日 程：①10月15日(火)13時30分～16時30分
②11月5日(火)13時30分～16時
- ★内 容：①基礎講座 ②おさらい講座
- ★場 所：丸子ふれあいステーション 3階 会議室(上丸子1600-1)
- ★定 員：各15人
- ★講 師：長野県傾聴ボランティア連絡協議会 弓削 淑子氏
- ★申込締切：10月8日(火)
- ★申込み：丸子ボランティア地域活動センターへお申し込みください。(43-2566)

イベント情報の詳細は、上田市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



災害ボランティア養成講座&スキルアップ講座

災害が発生した際に、地域のチカラを集結し、地域外からのボランティアとともに復旧・復興活動を進めていく方法を学びます。

- ★日 程：① 10月22日(火) 13時30分～15時
② 10月29日(火) 13時30分～15時
- ★内 容：災害にも強い地域づくり
①基礎講座
②スキルアップ講座
- ★場 所：真田総合福祉センター
大会議室(真田町長7190)
- ★定 員：各20人
- ★講 師：長野県社会福祉協議会
まちづくりボランティアセンター職員
- ★申込み：真田地区センターへお申し込みください。
(72-2998)
- ★申込期間：9月2日(月)～10月11日(金)

パトレぷらす講座

ひきこもりの当事者などを抱える家族向けの講座ですが、どなたでも参加可能です。精神疾患、発達障がい、社会保障制度等について学びませんか？

- ★日 程：10月28日(月)、11月25日(月)
12月23日(月)、令和7年1月27日(月)
2月17日(月)、3月24日(月)
- ★時 間：各回9時30分～11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)
- ★申込み：まいさぼ上田へお申し込みください。
(71-5552)

後見人のつどい

現在、上小圏域で成年後見人、保佐人、補助人として活動されている方、または今後成年後見人などになることを予定されている方が集い、情報交換ができる交流会を開催します。専門職によるプチ講演会も開催します。

- ★日 時：11月15日(金) 午前10時～12時
- ★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：20人
- ★内 容：プチ講演会①後見の実務について
②意思決定支援について
交流会(参加者同士の意見・情報交換)
- ★講 師：①長野家庭裁判所上田支部 職員
②川西地域包括支援センター
所長 蒲生 俊宣 氏
- ★申込み：上小圏域成年後見支援センターへ
お申し込みください。(27-2091)
- ★申込締切：11月1日(金)

第46回 うえだ市民ふれあい広場

福祉施設やボランティア団体、NPO法人の来店や各種催し物を通して、地域の皆さんとふれあいを深めましょう。

- ★日 時：10月20日(日) 9時30分～13時
- ★場 所：上田創造館(上田原1640)
- ★内 容：バザー、ステージ発表、展示
まごころいっぱいふるまい鍋
- ★問合せ：上田ボランティア地域活動センター
(25-2629)

ひきこもりパトレ交流会

ひきこもりの当事者がいる家族同士の交流会に参加してみませんか？誰にも相談できずに悩んでいる方、同じ境遇の仲間と話をしてみたいと思っている方、一人で抱え込まず、まずは話してみませんか？

- ★日 時：10月21日(月) 10時～11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)
- ★その他：参加希望の方は事前にまいさぼ上田までご連絡ください。(71-5552)

体組成測定とやさしい筋トレ

測定器で脂肪量や筋肉量を測り、自分のからだの状態を確認した後、やさしい筋力トレーニングを行います。

- ★日 時：9月24日(火) 10時～11時30分
- ★場 所：ひとまちげんき健康プラザ
2階 多目的ホール(中央6-5-39)
- ★対 象：上田市ファミリー・サポート・センター
会員または、活動に興味がある方
- ★定 員：20人
- ★持ち物：運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物
- ★申込み：上田市ファミリー・サポート・センターへ
電話またはQRコードでお申し込みください。(21-3016)
- ★申込締切：9月17日(火)



第47回 高齢者学園文化祭

上田市高齢者福祉センターで活動されているクラブ会員の皆さんが、一年間の成果を発表する場が高齢者文化祭です。大勢の皆さまのご来場をお待ちしております。

- ★日 時：9月28日(土) 9時40分～15時
- ★場 所：サントミュージゼ(天神3-15-15)
- ★内 容：ステージ発表(小ホール)
作品展示発表(多目的ルーム)
- ★問合せ：上田市高齢者福祉センター(22-4119)



→ 社協会費で運営している事業です。



→ 赤い羽根共同募金の助成金を受けて行っている事業です。

(令和6年5月1日～6月30日 寄附受付順)

- 匿名……………白米10kg(指定寄附/丸子地域へ)
- 丸子山野草くらぶ様…219,539円(指定寄附/丸子地域へ)
- 株式会社 五大様……………50,000円
(指定寄附/チャイルドラインうえだ様へ)
- 株式会社 丸二ちきりや様
…… クリアブック15点、レターファイル19点、文具他6点
- 匿名……………お米60kg
- 匿名……………毛糸3.2kg
- 信州うえだ農業協同組合様……………68,007円
(指定寄附/令和6年能登半島地震災害義援金)
- かがやき21上田様
……………未使用切手161枚、使用済み切手3,306kg、
未使用はがき383枚、書き損じはがき343枚
- 匿名……………白米10kg(指定寄附/丸子地域へ)
- 匿名……………紙おむつ1袋、尿取りパット5袋、食品6点
- 升本かおり様……………毛糸110点
- 匿名……………手作り品27点、玩具3点
- 匿名……………生理用品8点、電球2点、レトルト食品他8点
(指定寄附/フードドライブ、ひとり親家庭へ)
- 学校法人北野学園 上田女子短期大学様……………50,000円
(指定寄附/令和6年能登半島地震災害義援金)
- 匿名……………100,000円(指定寄附/フードドライブへ)
- 丸子有線放送農業協同組合様……………使用済み切手128g

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。

赤い羽根共同募金のありがとうメッセージが届きました！

E-キャップの会(やさしい帽子の会)様へ

「これから抗がん剤治療をうけるところ、病院で帽子をいただきました。
とても嬉しかったです。大切に使用させていただきます。」



E-キャップの会は、赤い羽根共同募金の助成を受け、闘病生活をおくるガン患者の方にタオルで作った帽子をお届けしています。

赤い羽根共同募金の詳細につきましては、次号(社協うえだ 109号)でお知らせいたします。

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 TEL 27-8080 丸子ふれあいステーション TEL 42-0033 真田総合福祉センター TEL 72-2998 武石地域総合センター 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 10時～15時 毎月第2土曜日 ※受付 14時30分まで 毎月第4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 TEL 22-3082 ※相談日以外の問い合わせは TEL 27-2025 丸子ふれあいステーション TEL 42-0033 |
| 法 律 相 談 ※要予約 | 9月21日(土)、10月19日(土) 10時～12時 9月6日(金) 13時30分～15時30分 | 上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080 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。)