

社協うえだ

令和7年(2025年)

2月号
No.111



▲お餅用のあんこを準備する運営委員の皆さん



◀餅つきの様子

主な内容

- 令和6年能登半島地震・令和6年奥能登豪雨災害支援 …… P2
- 地域の活動レポート …… P4
- 赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました。 …… P5
- ボランティア情報 …… P9
- 子育てを応援～社協が行う子育て支援～ …… P10

今号の表紙

昨年12月7日(土)に「ふれあいサロンhinata bocco ども食堂」で、餅つきが行われました。子どもたちは、今か今かと待ちわびながら、「よいしょ!」、「次にぺったんする〜!」と大きな声を出して、餅つきを楽しみました。小雪が舞う中、豊殿ふれあいサロン運営委員や地域のボランティアの方々も、もち米を蒸すところから準備し、お餅を振る舞いました。

発行 /  社会福祉法人 上田市社会福祉協議会

● 上田市中心3-5-1

印刷 / 田口印刷(株)

● TEL 0268-27-2025(代)

● 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。

令和6年能登半島地震・ 令和6年奥能登豪雨災害支援

令和6年1月1日に発生した「令和6年能登半島地震」、9月21日に発生した「令和6年奥能登豪雨」について、上田市社会福祉協議会では、さまざまな関係機関と連携し、支援活動に取り組んでいます。発生から1年経過に伴い、災害支援活動についてご報告します。(令和6年12月31日現在)

<災害義援金> **1,884,245円**

●募金箱：390,980円

設置場所：社協各地区センター、高齢者福祉センター
各老人福祉センター

●個人・団体：1,493,265円 (24件)

皆さまの温かいご支援に心から御礼を申し上げます。

お預かりした義援金は、中央共同募金会や石川県共同募金会を通じて被災地へ送金いたしました。

現在も「令和6年能登半島地震災害義援金」、「令和6年能登豪雨災害義援金」を受け付けています。今後とも皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いします。

▼ガールスカウト長野県第5団様、第25団様からの災害義援金寄附受領式(令和6年1月25日)



▲上田地域高校生徒会様の街頭募金の様子
(令和6年2月4日)

<令和6年能登半島地震被災地支援 災害ボランティア・バン>

過去の災害発生時には大型バスを使用し、個人ボランティアと被災地へ赴き災害救援活動を行う、ボランティア・バスパックを実施してきましたが、石川県内の道路状況を考慮し、バスではなくワンボックスカーを活用したボランティア・バンでの活動を行っています。

令和6年5月から11月までに9回(先遣隊を含む)のボランティア・バンを実施し、総勢86人が能登町や輪島市で災害支援活動を行いました。

当初は被災家屋の家財搬出作業を中心に災害支援活動を行い、令和6年奥能登豪雨災害以降は、家屋内及び敷地内の泥の撤去作業を行いました。



▲令和6年11月8日～11月9日活動の様子(輪島市)

活動日程	参加人数 (職員含む)	活動場所	活動内容
5月23日～5月24日	7人	能登町	被災家屋の家財搬出、災害廃棄物の運搬
7月25日～7月26日	10人	輪島市	被災家屋の家財搬出、災害廃棄物の運搬
8月9日～8月10日	8人	能登町	被災家屋の家財搬出、災害廃棄物の運搬
9月6日～9月7日	6人	輪島市	被災家屋の家財搬出、災害廃棄物の運搬
9月20日～9月21日	22人	七尾市	NGO結の活動補助
10月4日～10月5日	9人	輪島市	被災家屋の洗浄、泥出し
10月25日～10月26日	9人	輪島市	被災家屋敷地の泥出し
11月8日～11月9日	7人	輪島市	被災家屋敷地の泥出し
11月15日～11月16日	8人	輪島市	被災家屋敷地の泥出し



災害ボランティア・バン参加者の声

Mさん（長野大学生）

ボランティアにて能登半島へ赴き、現地の状況を実際に見たり現地の人とお話できたので、よい経験になりました。自分たちの活動はほんの一部だと思いますが、少しでも復興に役立てたのではないかと考えています。



Sさん（災害ボランティア・バン 3回参加）

率直に何も支援が進んでいない。特に建物の復旧が進んでいないと感じました。住民の皆さんは毎日その光景を目にしているので、いつまで待てば光が見えてくるのか、不安があったと思います。自分の活動でその不安を減らすことができたか分かりませんが、今後も参加することができれば、被災者の気持ちに寄り添って活動したいと思います。

能登半島支援の災害ボランティア・バンは、冬季の現在、降雪などにより活動が限られてしまうことと、安全面を考慮して行っていません。

今後は、道路状況などを考慮しながら、現地のボランティアセンターと調整を進めて、再開していく予定です。詳細が決まりましたら、広報紙「社協うえだ」や上田市社会福祉協議会ホームページでお知らせします。

ボランティア活動保険について



ボランティア活動保険は、ボランティア活動中の事故による怪我や損害賠償責任を補償します。現在活動中の方、これから活動をお考えの方は、ぜひご加入ください。

↑詳細はこちら

加入プランと内容	加入プラン	基本プラン 一般的なボランティア活動に おすすすめです。	天災・地震補償プラン 被災地等での活動に おすすすめです。
	特定感染症の補償	補償開始日から補償	
地震・噴火・津波によるケガ	対象外	補償	
保険料	350円	500円	

補償期間 4月1日から翌年3月31日までの1年間（年度で切り換えとなります。）
※いつでも加入できます。中途加入の場合は、手続完了日の翌日から補償が開始されます。

持ち物 ・印鑑（法人の場合は、法人印と個人印）
・団体加入の場合は名簿（住所・氏名・電話番号・年齢が記載されたもの）

補助 上田市内在住、もしくは在学の方につきましては、上田市から150円の補助が出ます。

ボランティア活動保険の加入、問い合わせは、各ボランティア地域活動センターまでお願いします。

- 上田ボランティア地域活動センター TEL 25-2629
- 真田ボランティア地域活動センター TEL 72-2998
- 丸子ボランティア地域活動センター TEL 43-2566
- 武石ボランティア地域活動センター TEL 85-2466

地域の活動レポート

体操の後にはお買い物も！



踏入自治会の取組

令和6年10月23日（水）から、イオンスタイル上田で、踏入自治会の地域リハが始まりました。

自治会長の東井光司さんは、住みなれた地域で、健康で暮らし続ける環境づくりを目指し、地域リハを始めました。

▼体操の様子



▼体操の様子



お店で運動！！

地域リハ会場については、自治会範囲にこだわることなく、来たい人に広く門戸を開くため、駐車場があり、アクセスしやすいイオンスタイル上田を選定しました。イオンスタイル上田は、地域貢献に前向きに取り組んでいることもあり、協力を仰ぎ、開催に至りました。

体操の他にも・・・

現在、上田地域だけでなく丸子、真田、武石地域から通われている方もおり、毎回参加者が増えています。毎月第4水曜日10時から開催し、体操終了後には、店舗で休憩、昼食やお買い物をされる方も多く、参加者、店舗双方にメリットのある取組になっている、と東井さんはお話されました。

また、新たな取組として、地域リハ後にeスポーツ教室にも取り込まれています。東井さんは、「まだまだ、知名度が高くないeスポーツですが、身体と頭を鍛えることによる相乗効果で老若男女問わず心も体も頭も元気な地域になってほしいと思います。」と意気込んでいました。

▼e-スポーツの様子



【地域リハとは？】

上田市で行っている「地域リハビリテーション活動支援事業」のことです。上田市にお住まいのおおむね65歳以上の方を対象に、ひと月に1回講師が会場に出向き、参加者といっしょに運動を行います。

【e-スポーツとは？】

「エレクトロニック・スポーツ」の略称で、コンピューターゲーム、ビデオゲームを使った対戦をスポーツ競技として捉えたものです。プロフェッショナルな選手が活躍するだけでなく、誰でもプレイヤーになって楽しむことができます。



赤い羽根共同募金への ご協力ありがとうございました。

令和6年10月1日から全国一斉に始まった「赤い羽根共同募金運動」に、ご協力いただきありがとうございました。自治会役員をはじめとする住民や学校関係、企業の皆さま、また、街頭募金運動にご協力いただいた皆さまのお力添えにより、募金運動が無事終了できました。心から厚く御礼申し上げます。



▲上田高校生による街頭募金の様子

募金総額

22,967,164円

目標額 22,136,000 / 達成率 103.8% (令和6年12月31日現在)

集まった募金は、令和7年度に実施される各種事業に活用されます。

上田市内で使われます

14,139,164円

令和6年度に申請のあった社会福祉団体やボランティア団体、上田市社会福祉協議会で行う各種事業等に活用されます。



▲親子ピラティスの様子

長野県内で使われます

8,828,000円

長野県全域を対象に福祉活動のほか、防災物品の整備や災害援護金等に活用されています。



▲防災用テント
(丸堀町自治会)

	上田地区	丸子地区	真田地区	武石地区	上田市全体
戸別募金	14,635,505円	3,241,641円	1,556,769円	869,460円	20,303,375円
法人募金	1,093,717円	224,600円	118,000円	10,000円	1,446,317円
街頭募金	523,427円	43,310円	40,849円	11,427円	619,013円
学校募金	203,098円	42,424円	20,583円	4,921円	271,026円
職域募金	123,745円	22,534円	27,897円	19,209円	193,385円
その他の募金	134,048円	0円	0円	0円	134,048円
合計	16,713,540円	3,574,509円	1,764,098円	915,017円	22,967,164円

学校募金の協力校

小学校 / 東、西、北、城下、神川、神科、豊殿
東塩田、中塩田、塩田西、浦里、南
丸子中央、丸子北、菅平、長、本原、傍陽

中学校 / 第一、第二、第三、第四、第五、第六
塩田、丸子、丸子北、真田、菅平
依田窪南部

高等学校 / 上田千曲、上田染谷丘、上田東、丸子修学館
(学)上田学園上田西、(学)上田煌桜学園さくら国際

職域募金の協力団体・事業所など

イオンスタイル上田、上田市役所、エプソンアヴァンシス(株)、信州うえだ農業協同組合、(株)進和製作所、(株)タツノ、(医)友愛会千曲荘病院、上田地域広域連合、丸子地域教育事務所、丸子地域自治センター、(株)オートパル信州うえだ真田営業所、上田市上下水道局、(福)かりがね福祉会、(福)恵仁福祉協会、真田消防署、真田地域教育事務所、真田地域自治センター、真田図書館、武石診療所、武石地域教育事務所、武石地域自治センター、(福)縦の木福祉会就労センター、武石ふれあい、(福)依田窪福祉会、(福)依田窪福祉会デイサービスセンター武石、(福)上田市社会福祉協議会

(敬称略・順不同)



自治会別・戸別募金納入額を報告します。

令和6年12月31日現在 (単位：円)

	自治会	共同募金納入額(円)	自治会	共同募金納入額(円)	自治会	共同募金納入額(円)	自治会	共同募金納入額(円)
東部	踏 入	170,761	上 田 原	126,626	下 本 郷	48,500	菅 平	6,000
	泉 町	45,000	川 辺 町	421,943	東 五 加	43,400	大 日 向	24,000
	上 常 田	78,175	倉 升	263,200	五 加	438,350	角 間	24,000
	中 常 田	59,986	神 畑	184,400	上 本 郷	114,961	横 沢	73,000
	下 常 田	10,000	下 之 条	133,270	中 野	289,800	真 田	36,700
	北 常 田	70,000	築 地	162,815	上 小 島	110,400	十 林 寺	16,500
	材 木 町	175,000	東 築 地	25,000	下 小 島	71,070	石 舟	58,000
	常 入	48,800	半 過	60,500	保 野	230,000	戸 沢	33,813
南部	南 天 神 町	15,000	福 田	124,862	学 海 南	12,800	つ く し	32,276
	泉 平	22,000	吉 田	172,748	舞 田	132,300	横 尾	144,500
	天 神 の 杜	35,000	大 屋	144,170	八 木 沢	86,797	四 日 市	10,950
	北 天 神 町	50,000	岩 下	97,300	八 舞	16,207	入 軽 井 沢	12,000
	松 尾 町	4,000	下 青 木	111,443	学 海 北	7,000	岡 保	17,000
	鷹 匠 町	30,000	み ず ず 台 南	121,701	旭 八 木 沢	31,500	傍 陽 中 組	54,400
	本 町	39,000	み ず ず 台 北	64,750	十 人	22,831	大 庭	25,000
	末 広 町	25,200	上 青 木	150,000	塩 田 新 町	84,000	曲 尾	75,100
中央	大 手 町	105,700	梅 が 丘	50,000	東 前 山	62,958	田 萩	46,800
	横 町	29,673	久 保 林	170,000	西 前 山	77,000	下 横 道	50,000
	海 野 町	200,000	黒 坪	80,000	手 塚	131,150	中 横 道	30,000
	原 町	56,000	上 沢	130,000	山 田	39,640	上 横 道	13,000
	袋 町	22,000	国 分	125,837	野 倉	5,764	穴 沢	20,000
	馬 場 町	30,000	下 堀	63,555	分 去	140,000	三 島 平	13,000
	田 町	21,000	上 堀	55,000	大 湯	41,300	上 原	18,500
	丸 堀 町	80,000	畑 山	16,000	院 内	79,100	下 郷 沢	30,000
北部	木 町	50,000	伊 勢 山	137,997	上 手	24,500	小 玉 上 郷 沢	35,000
	北 大 手 町	45,000	富 士 見 台	57,700	仁 古 田	87,830	赤 井	25,000
	上 川 原 柳 町	205,000	神 科 新 屋	130,000	岡	104,000	下 塚	5,000
	下 川 原 柳 町	29,800	野 竹	90,000	浦 野	79,178	竹 室	54,600
	愛 宕 町	48,520	西 野 竹	116,231	越 戸	18,800	竹 荒 井	99,310
	上 鍛 冶 町	3,000	笹 井	60,000	藤 之 木	42,000	浦 野 南 団 地	80,000
	鍛 冶 町	49,818	川 原	16,500	浦 野 南 団 地	14,200	表 木	24,500
	上 房 山	12,000	岩 門	48,114	小 泉	100,000	大 畑	92,000
西部	下 房 山	27,600	染 屋	140,000	下 室 賀	106,740	下 原	120,000
	柳 町	18,000	金 井	149,850	上 室 賀	86,728	町 原	53,920
	新 田	265,132	大 久 保	106,934	ひ ば り ケ 丘	69,300	出 早	57,900
	山 口	158,604	長 島	100,000	西 内	100,600	鳥 屋	50,800
	上 紺 屋 町	55,000	金 剛 寺	30,000	平 井	110,345	沖	116,400
	蛇 沢	90,000	住 吉 が 丘	9,300	荻 窪	72,320	藪 合	105,100
	下 紺 屋 町	63,000	森	43,550	和 子	56,400	中 島	36,000
	鎌 原	63,000	大 日 木	37,800	下 和 子	82,240	七 ケ	136,500
城下	西 脇	40,000	長 入	10,000	辰 ノ 口	83,698	片 羽	30,150
	新 町	24,520	宮 之 上	20,000	三 反 田	96,300	堀 之 内	46,000
	新 諏 訪 部	54,301	小 井 田	62,000	海 戸	75,935	市 之 瀬	49,000
	生 常 磐 町	80,873	中 吉 田	105,000	八 日 町	91,400	下 本 入	60,811
	常 磐 町	80,728	町 吉 田	107,100	腰 越	178,110	下 権 現	24,000
	緑 が 丘	74,790	ひ かり	50,000	中 丸 子	299,407	下 小 寺 尾	19,000
	新 屋	75,000	下 桜 台	10,000	下 丸 子	177,497	上 小 寺 尾	27,000
	緑 が 丘 北	75,000	下 吉 田	29,670	御 嶽 堂	200,151	唐 沢 ・ 小 原	21,000
塩尻	緑 が 丘 西	118,941	林 之 郷	80,000	飯 沼	239,160	築 地 原	10,000
	城 北	123,440	下 郷	67,500	北 原	18,000	大 布 施 ・ 棠 栗	12,000
	小 牧	95,000	岩 清 水	41,300	尾 野 山	115,211	西 武	19,000
	諏 訪 形	283,500	矢 沢	98,000	上 長 瀬	195,000	小 沢 根	62,699
	須 川	13,300	赤 坂 戸	50,500	長 瀬 中 央	145,003	余 里	44,000
	中 朝 日 ケ 丘	200,000	下 漆 組	66,838	下 長 瀬	192,000		
	三 好 町	30,000	富 士 山 中 組	161,000	石 長 井	80,969		
	御 所	384,000	奈 良 尾	59,732	坂 井	85,250		
塩尻	中 之 条	500,000	平 井 寺	47,600	狐 塚	117,238		
	千 曲 町	252,000	鈴 子	71,000	郷 仕 川 原	13,000		
	秋 和	202,708	石 神	154,570	南 方	123,337		
	上 塩 尻	199,800	柳 沢	61,600	藤 原 田	64,970		
	下 塩 尻	151,630	下 之 郷	157,295				
			桜	20,300				





法人募金にご協力いただいた事業所をご紹介します。

(令和6年12月31日現在)
(敬称略 50音順)

上田地区				
アース電設(株)	オオタ自動車販売(有)	佐藤工業(株)	(株)滝沢歯科器械店	(株)長野レジン
アート金属工業(株)	(株)太田廣 長野支店	(株)真田	滝沢商事(株)	(株)中村商会
アート金属工業(株) 山田工場	大塚量工業(有)	(株)真田自動車学校	滝沢損害保険(株)	(株)中村体育
(株)R&C ながの青果	大屋設備(株)	サンシャイン洗車場国分店	(有)田口建設	(有)七久里石材店
(有)アイケイケイ工業	岡崎酒造(株)	医 療清会 高橋歯科医院	(有)竹内オートカラー	(有)ナベシン
アイン薬局 常磐城店	オルガン製針(株)	(株)サンタプロセス	医 竹内歯科医院	(株)新村
青木運輸倉庫(株)	オルガン針(株)	(有)サンティエ	(株)武重商会 上田給油所	(株)二幸建設
アカネ工業(株)	笠原工業(株)	(株)ジェー・ピー・イー	(株)武重商会 上田南給油所	(株)西沢祐工務店
アクティ(株)	(株)カツタカ	塩田運輸(有)	(株)竹田	西田技研工業(株)
(株)アグロ信州	カットインライブ	(株)塩田家具センター	田沢倉庫(株)	医 日新会 日新堂医院
(株)あけぼの通商	(有)金井ムステイ	(有)塩田観光タクシー	(株)タツノ	(株)日誠イーティーシー
(株)朝倉 上田営業所	(株)金沢工務店	(有)塩田電工	田中商事(株)	日本アランダム(株) 長野営業所
浅間設備(株)	(株)金谷興油 長野支店	医 慈修会 上田腎臓クリニック	玉井電設(株)	日本建設工業(株)
(株)ANX	カネテック(株)	医 慈善会 安藤病院	玉姫殿 上田迎賓館	日本部品工業(株)
甘利樹脂工業(株)	神畑薬局	信濃国分郵便局	太郎観光(株)上田太郎ゴルフ練習場	(株)ニヤクローポレーション 関東支店 上田事業所
(株)アルカディア	(株)かまや	(株)シナノ生コン	(一社)小泉医師会	(有)ヌシデン塗装
アルファライフ(株)	川西自動車整備協業組合	渋沢電設(株)	千曲観光(株)	(株)ノZZ
(株)あんでくつく上田営業所	川西陸送(株)	(株)清水家具店	(株)千曲社	福のどか 神川苑
安楽寺	川辺整骨院	社会保険労務士法人コーチジャパン	千曲電業(株)	パーラー・パビデ上田西店
(有)飯島 イイジマ薬局 木町薬局	医 共和会 塩田病院	シャトレーゼ 上田国分店	千曲バス(株) 上田営業所	(株)長谷川ハガネ店 上田営業所
(株)飯島商店	(株)草笛	十字屋リース(株) 上田営業所	(株)中央開発設計	(有)ハチマル商事
飯塚税務会計事務所	(株)杏掛工業	上小建設労働組合	中央電機サービス(株)	花岡商事(株)
(株)五十嵐鯉節	窪田建設(株)	上小木材協同組合	中信アスナ(株) 上田支店	(有)花の木薬局
池田クリニック	倉澤正勝行政書士事務所	(株)城南アクト	(一社)中部電気保安協会	(株)浜村建工
(株)池野ガレーヂ商会	(株)倉升酒店	正福寺	中部陸運(株)	早川製作所
石井工務店(株)	(株)グリーン・ヒル神畑	常楽寺	(株)長興	(株)林工務店
石井電気工業(株)	(株)K-POWER	昭和商事(株)上田支社	長昌寺	はやし薬局 フォレスト薬局
(有)いすゞ製作所	けやき歯科医院	昭和薬局	つくし歯科	(株)原工業
(株)イズミダ	医 健救会 柳澤病院	信越電線(株)	蔦屋書店 上田しおだ野店	(有)原製作所
(有)井出電気土木	医 健静会 上田病院	信越明星(株)	(株)つばさ公益社	医 はらだ内科クリニック
伊藤経理事務所	医 健和会 小林脳神経外科神経内科病院	(有)新工	医 弦巻会 上田原ダイエー&777-クイック	原町自治会
(有)伊藤石材工業所	(株)コイズミ	信州うえだ農業協同組合	(有)手塚製作所	ハリカ 上田店
い内科クリニック	医 幸英会	(株)信州さがみ典礼 上田迎賓館	(株)手塚工務店	(株)ヒオキ楽器
インマヌエル上田キリスト教会	医 光仁会	(株)信州さがみ典礼 上田法事センター	(有)手塚農園	(有)樋口農園
上田愛昇殿	(株)コズケヤ	(株)信州さがみ典礼 国分法事センター	寺崎社会保険労務士事務所	ピノキオ薬局
(有)上田犬猫病院	医 甲田医院	新進商事(株)	(株)デルトラウム	(株)平林工務店
上田運送(株)	(株)甲田ケイテイ	医 仁治会 関歯科医院	(株)TOTOKU	ファミリーマート上田神畑店
上田卸商業協同組合	(株)幸和建設	(有)伸和印刷	(株)東京コンピューター	ファミリーマート上田中之条店
秘 上田会計	国際経営(株) 長野営業所	進和商事(株)	東京精電(株) 上田工場	富国木工(株)
上田ガス(株)	(株)古里住建	(有)春原工業所	東西金型工業	(株)フジ技研
上田観光自動車(株)	小島 (資)	諏訪梱包運輸(株)	(株)東信公害研究所	(有)藤建工
(株)上田ケーブルビジョン	(株)小西屋	諏訪倉庫(株) 上田支店	トータルオートTEZUKA	藤本化工(株)
上田市医師会	(資)こはまや酒藏	(株)セイワ	常田薬局(有)	藤本工業(株)
上田自動車学校	小林製館所	(株)清蘭堂	とりみつ	フタバ靴店
上田信用金庫 塩田支店	(有)小林三郎製作所	(株)SEIRYOU	(株)永井建設	(株)フロンティア
上田スズキ販売(有)	(有)小林精工	(株)関口商会	中川電気工業(株)上田営業所	ヘア&メイクS AWA
(株)上田スプリング製作所	(株)小林製作所	医 関歯科医院	(有)中島製作所	Hair Salon こころ
(株)上田第一ホテル	小林多佳史司法書士事務所	せき薬局	(有)長野ウインドー	福 別所清明会 特別養護老人ホーム
上田プラスチック(株)	(有)小林部品	セジュール古里	長野計器(株)	別所温泉長寿園
(有)上田ミニポンプ	(有)小林溶工	千石綜合観光(株)	長野県酒類販売(株) 上田支店	ホームセンター ムサシ上田店
上田三好町郵便局	小牧橋歯科医院	(株)セントラルハウジング	長野県信用組合 上田支店	医 芳栄会 甲田クリニック
上田蚕種(株)	(有)小宮山建材	善美歯科	長野県信用組合 上田原支店	(株)北信ポンプ
上野設備(株)	コムパックシステム(株)	そば処更科	長野県民共済生活協同組合	ホクト産業(株)上田支店
(株)ウェルサイクル	コロナ技建(株)	第一建設工業(株)	長野県労働金庫上田支店	(株)細井建設
うな藤	斎藤金型設計事務所	第一商工(株)	(有)長野スクリーン	(有)保屋野製作所
エイエス・ロードサービス(株)	斎藤外科医院	大廣建設(株)	長野精器(株)	保野薬局
(株)エイト	三枝塗料(株) 上田営業所	大信産業(株)	(株)長野精工	堀内税務会計事務所
エスピー食品(株)上田工場	サカイ電器	(有)大信堂印刷所	長野トヨタ自動車(株) 上田川西店	(株)堀内電機製作所
(株)オーサン模型	(株)栄部品商会	大洋機材(株)	長野日産自動車(株) 上田国分店	(株)ほりかわ 上田事業所
(株)オートショップ甲田	(有)坂口製作所	高野自動車整備工場	長野日産自動車(株) 上田店	本州木材センター
おおぎやラーメン長野上田店	(有)坂本商店	宝資源開発(株) 上田営業所	長野日産自動車(株) 上田原店	(株)町川商会 長野営業所

上田地区				
松尾が丘法律事務所	(有)三ツ角商店	(有)宮林設備	矢野実税理士事務所	りんどう整骨院
松葉タクシー(有)	三星商事(株)上田営業所	宮原恵子司法書士事務所	(有)山崎製作所	ロイヤル不動産(株)
マリアン	(有)美松	ミルキーウェイ	山崎設備工業(有)	(株)レクスト・アイ 上田高砂殿
マリモ電子工業(株)	(株)宮尾商店	武舎煙火工業(株)	(株)山辺	ワークマン上田秋和店
(株)丸大商店	(株)宮下組	召田薬局	(有)山辺建材	(株)ワールド重機開発
丸登電業(株) 上田支店	(株)宮嘉組	もとき薬局	(有)ユーサイドツアーズ	渡辺自動車板金塗装
萬寿すし	宮川電線(株)	(株)本久 上田事業所	(株)ユー・ピー・コーポレート	わんにゃんず
水沢健時税理士事務所	(有)宮坂製作所	(株)やおふく	(株)ユダ	
(株)みすず上田事務所	(株)ミヤザワ	矢ヶ崎清税理士事務所	(有)陽光	
(株)みすず総合コンサルタント	宮澤広税理士事務所	(株)矢島工務店	リフォームワン(株)	
水野商工(株)	(株)ミヤ ジュエリー東京	柳屋商事(株)	龍京	

丸子地域				
あさかわ奉仕会	(有)坂田電気商会	(有)大和印刷	(有)中村 プレス工業	丸子有線放送農業協同組合
上田市丸子農産物直売加工センターあざつゆ	(有)笹沢ペーカリー	(有)高野生花店	成澤自動車	(特医)丸山会 丸子中央病院
(有)魚久本店	(株)さわむら	辰野電業(株)	丸子温泉開発(株)	(有)ミツナガ建設
(有)エスエス自動車	医 秀栄会 岸医院	(有)旅ネット長野	(有)丸子自動車工場	(有)柳沢自動車工場
鹿教湯温泉観光協会	(有)炊飯センター柳澤	塚原醫院	丸子テレビ放送(株)	(有)柳原工業
(有)栄屋クリーニング	医 清心会 のどか内科クリニック	徳竹自動車(株)	丸子十日会	(株)柳原製作所

真田地域				
(株)アサヒ興業	真田やまざわ薬局	(有)すずもと	日立 Astemo 真田(株)	(有)三井醸造店
(有)今川自動車板金塗装	真田山長谷寺	(株)創風	(株)ホテルやまびこ	
(有)かりがね福祉会	(株)サングリーン	ゾントック	ホンダトラスト	
(有)恵仁福祉協会	(有)山光館	(有)第一館	(株)マッキンレー流石	
(有)真田清掃社	清水電気商会	(株)塚田メディカル・リサーチ	(株)マルホー食品	

武石地域				
(有)掛川造園	(有)美国ホーム			

あなたの団体の活動に共同募金をご活用ください。

令和7年度 赤い羽根共同募金 助成申請のお知らせ

上田市内でさまざまな福祉活動に取り組んでいる社会福祉施設やボランティアグループ・福祉団体（法人格を持たない任意団体を含む。）の活動を応援するため、市民の皆さまから善意で寄せられた募金を、下記の条件で助成します。

また、助成の採択については、上田市共同募金委員会で審議し決定します。

- 助成対象年度 **令和8年度に実施する事業**（申請の翌年に助成）
- 助成対象事業 上田市地域福祉活動計画の基本目標に則った事業に助成します。
 - (1) 地域福祉を支える人づくり
 - (2) 安心して暮らすための地域づくり
 - (3) さまざまなニーズに対応できる基盤づくり
- 助 成 額 事業実施に必要な経費 25 万円（社会福祉施設は 15 万円）が上限です。
- 申 請 書 類 (1) 共同募金配分申請書（様式 1-1）
 (2) 共同募金申請事業計画書（様式 1-2、1-3）
 ※ (1)、(2) の書式は上田市社協ホームページでダウンロードできます。
 (3) 添付書類
 (①定款又は会則、②令和7年度事業計画、③令和7年度予算書、④令和6年度決算書)
- 申 請 方 法 申請書類一式を各地区共同募金会（上田市社協各地区センター内）に提出してください。
- 募 集 期 限 令和7年4月2日（水） ※審議の関係上、期限厳守でお願いします。
- 問 い 合 わ せ ・上田地区共同募金会 TEL 27-2025 ・丸子地区共同募金会 TEL 42-0033
 ・真田地区共同募金会 TEL 72-2998 ・武石地区共同募金会 TEL 85-2466



書式はこちら

ボランティア団体を紹介します！



ボランティア情報



真田ハンドメイドの会

「真田モチーフの会」の思いを受け継ぐ新団体

長年真田地域で、手作りのひざ掛けを編み、ひとり暮らしの高齢者等に贈る活動をしていた「真田モチーフの会」が令和4年度に活動中止となりました。

しかし、地域にはひざ掛けを楽しみにしている方々があり、その思いに応えるべく、この活動を存続させようと、手芸が得意な住民の皆さんが集結し、令和5年12月にボランティア団体「真田ハンドメイドの会」が立ち上がりました。



寄せられる思いをハンドメイド

地域からご寄附いただく毛糸と、その他の手芸用品を活用して、会員の特技を活かしたさまざまな小物を作成し、地域のイベントなどで販売しながら、ひざ掛けの材料費に充て活動しています。

ひとり暮らしの高齢者にひざ掛けを贈ることを目的に、現在15人の会員で、「みんなで無理なく、楽しく」を目標に活動しています。人、物、思いをつなげ、一つ一つ丁寧に編み込んだ毛糸は、地域も温めるひざ掛けとなっています。

現在、毛糸を中心とした手芸用品、新規会員大募集中です。詳細は真田ボランティア地域活動センターへお問い合わせください。
(TEL: 72-2998)



武石えん結びの会

結びなおして、つないでいく！

武石えん結びの会は、毎月第3土曜日に武石地域総合センターで「武石えんカフェ」を開催しています。武石えん結びの会という名前には、「ほどけそうなえにし（縁）を結びなおして、つないでいきましょう。」という思いが込められています。また、武石えんカフェは、「大人と子どもが交流できる場をつくる・子どもたちが安心して気軽に立ち寄れる場をつくる。」ことを目的に開催しています。

調理の様子



あったかい地域の居場所！

令和元年12月から活動を始め、コロナ禍では手作り弁当や食材を配付することもありました。地域の方々から食材をいただいています。最近では、親子だけでなく、ひとり暮らしの高齢者や、武石地域外の方も参加しています。令和6年12月21日（土）の武石えんカフェでは、50食近い申し込みがあり、カレーライスとクリスマスに合わせて特別注文したケーキを提供しました。



みんな笑顔で

SAD サークル Nagano

いっしょに活動してくれるボランティアを募集しています！

内容：軽いあがり症～社交不安症の交流会（悩み事、趣味話、メンタルヘルス勉強）
対象：18歳～50代（あがり症の未成年は親といっしょに相談可能）、継続参加出来る方
会場：上田市ふれあい福祉センター（中央3-5-1）
日時：毎月第3もしくは第4日曜日 13時
その他：ボランティアも月会費500円（学生会費免除）
問合せ：宮下（TEL 090-6539-1363）



ボランティア
募集情報

子育てを応援～社協が行う子育て支援～

上田市社協では子育て世代を応援する、さまざまな事業を展開しています。お気軽にご利用ください。

上田市ファミリー・サポート・センター

-随時-
会員
募集中

主な利用内容

幼稚園、保育園、
放課後児童施設
の送迎や前後の
預かり

学校や幼稚園・
保育園がお休みの
ときの預かり

短時間の
リフレッシュ

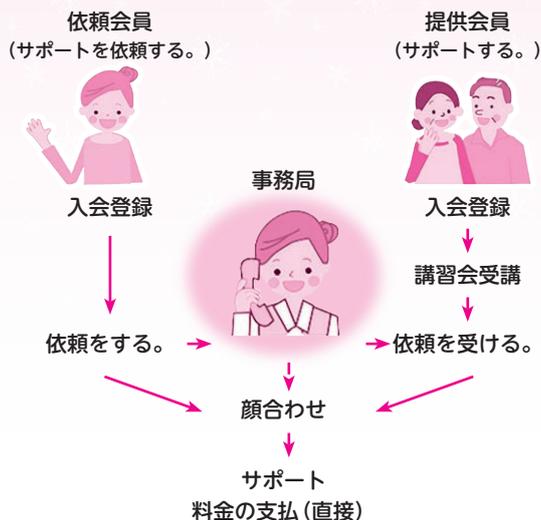
兄弟姉妹の
学校行事などの
ときの預かり

保護者の通院
などの外出時の
預かり

※事前の会員登録が必要です。
※サポートの対象は、生後3か月
から小学校卒業までです。

上田市ファミリー・サポート・センターは、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、それぞれ登録し、子育てのサポートを有償で行う会員組織です。

【しくみと活動のながれ】



利用料金

- 月曜日～金曜日（平日）
7時～19時
600円/時間
- 上記以外の場合
700円/時間

登録時の持ち物

- 本人確認できるもの
（免許証やマイナンバー
カードなど）
- 入会者の顔写真
（2cm×3cm）…2枚
※免許証などのカラーコピー可



◀活動の様子

問い合わせ

上田市ファミリー・サポート・センター
本部 TEL 21-3016

- 丸子支部 TEL 43-2566
- 真田支部 TEL 72-2998
- 武石支部 TEL 85-2466



◀詳細はこちら

放課後や休校日の安心で安全な遊び場 ※市内在住の18歳未満の方が無料で利用できます。

児童館・児童センター

地域の子どもたちが安心して遊べる場として利用できます。各館では、充実した遊びや運動が楽しめるよう、年間を通じてさまざまな取組をしています。

また、小学校から直接来館する下校途中の利用もできます。幼児（要保護者同伴）、中学生、高校生の方もご利用下さい。



▲朝日が丘児童館

<問い合わせ>

- 朝日が丘児童館 …… TEL 25-0849
- 川辺町児童センター …… TEL 25-2945
- 東塩田児童センター …… TEL 38-9150
- 神科児童センター …… TEL 25-2055
- 神川児童センター …… TEL 21-1156
- 下丸子児童館 …… TEL 42-0033
- 緑が丘児童館 …… TEL 25-0444
- 秋和児童センター …… TEL 25-6011
- 大星児童センター …… TEL 27-5610



◀詳細はこちら



未就園児の親子の交流の場 ※無料で利用できます。

子育てひろば

子どもを遊ばせながら親同士が交流し、情報交換ができる場所です。専属の職員に子育てに関する相談ができます。

また、毎月親子で楽しめるさまざまな講座を企画しています。お気軽にご利用ください。



▲大星子育てひろば

<問い合わせ>

- 大星子育てひろば …… TEL 27-5610
- 神科子育てひろば …… TEL 25-2055
- 清明子育てひろば …… TEL 22-2252
- 東塩田子育てひろば …… TEL 38-9150



◀詳細はこちら





講座・イベントのお知らせ



令和7年度 YOLO'S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～

「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・トレーニングなどで、コミュニケーション力UPを目指します。

- ★日程：4月24日(木)、5月29日(木)
6月26日(木)、7月24日(木)
8月28日(木)、9月25日(木)
10月23日(木)、11月27日(木)
12月25日(木)、
令和8年
1月29日(木)、2月26日(木)
3月26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
- ★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か月以上)の方
- ★申込み：“まいさぼ上田”へお申し込みください。(TEL：71-5552)

令和7年度 上田市高齢者学園学生募集

上田市高齢者学園では、『仲間づくり、健康づくり、生きがいづくり』を目指す学びの場として、さまざまな学習活動(授業・クラブ・校外)を行っています。

- ★応募資格：市内在住の60歳以上の方
(令和5年度以前の学園卒業生も定員に余裕がある場合は再入学できますが、卒業から年数を経過した方が優先となります。詳しくはお問い合わせください。)
※市ことぶき大学・大学院、県シニア大学との併願はできません。
- ★開催場所：上田市高齢者福祉センター
- ★授業料：無料
※クラブなどの諸活動、研修旅行に要する費用は、別途自己負担となります。
- ★定員：40人
- ★修業年数：3年(年間17日程度)
- ★申込締切：2月28日(金)
※再入学希望者は3月3日(月)以降、上田市高齢者福祉センターへお申し込みください。
- ★申込方法：上田市高齢者福祉センター、上田市社会福祉協議会各地区センター、各公民館にある入学願書に記入のうえ、上田市高齢者福祉センター窓口へ提出してください。
- ★問い合わせ：上田市高齢者福祉センター(TEL：22-4119)

「こもりびと」の写真展2025 ～ひきこもりがちな私たちがレンズ越しに見た世界～

“まいさぼ上田”では、ひきこもり当事者の方を対象に、外出機会獲得や余暇活動の一環として、講座(Myふおと倶楽部)を開催しています。

この度、講座で撮影した写真を持ち寄り、写真展を開催いたします。大勢の皆さまのご来場をお待ちしています。

- ★日程：3月5日(水)～3月9日(日)
- ★時間：10時～17時
(3月5日(水)のみ13時～)
- ★場所：サントミュージアム アトリエ
- ★その他：観覧料は無料です。
講座参加者も募集中です。
お気軽に“まいさぼ上田”へお問い合わせください。(TEL：71-5552)

令和7年度 子育て支援事業 体操くらぶ



身体ほぐし体操、体幹トレーニング、ヨガなどを通して、心と体をリフレッシュさせませんか？年齢などに関係なく、どなたでもご参加ください。

- ★日程：①偶数月コース(全6回)
4月16日(水)、6月11日(水)
8月6日(水)、10月8日(水)
12月10日(水)、令和8年2月4日(水)
②奇数月コース(全6回)
5月7日(水)、7月9日(水)
9月10日(水)、11月12日(水)
令和8年1月14日(水)、3月4日(水)
※上記どちらかのコースをご選択ください。
両方のコースのお申し込みはできません。
- ★時間：各回10時30分～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
- ★講師：内田久美子氏(ヨガインストラクター)
- ★定員：各コース20人
- ★申込期間：3月3日(月)9時から申込を受け付けます。
定員になり次第締め切ります。
- ★持ち物：ヨガマット(貸出用もありますが、自宅にある方はお持ちください。)、飲み物、タオル
- ★その他：参加費は無料です。
動きやすい服装でお越しください。
託児もありますので、事前にご相談ください。
(各コース先着3人)
- ★申込み：上田地区センター地域福祉係へお申し込みください。(TEL：27-2025)



→この事業は、赤い羽根共同募金の助成金を受け行っています。 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。



(令和6年11月1日～12月31日 寄附受付順)

- 信州うえだ農業協同組合 女性部様……………食品 140 点
- 匿名……………食器類 18 点、タオル 2 枚
(指定寄附/森の家はらとうげ様へ)
- 上田山草会様……………16,700 円
- 匿名……………未使用切手 294 枚
- 英 神社奉納米様……………玄米 60 kg
- 匿名……………商品券 40,000 円分
- 株式会社岩屋館様……………食品・調味料類 41 点、生理用品 10 点
日用品 6 点(指定寄附/ひとり親家庭へ)
- 匿名……………紙パンツ 12 枚、紙おむつ 5 枚
尿取りパット 11 枚、おしりふき他 4 点
- 傍陽中学 昭和 24 年卒業の洗馬の会同級会様
……………商品券4,000円分、未使用はがき36枚、未使用切手28枚
- 長野県上田東高等学校 JRC 班様……………17,059 円
(指摘寄附/令和 6 年能登豪雨災害義援金)
- 匿名……………商品券 100,000 円分(指定寄附/フードドライブへ)
- 殿城郵便局様……………使用済み切手 2.26 kg
- 匿名……………お菓子 30 点
(指定寄附/真田地域のこども食堂へ)
- 上田常入郵便局様……………使用済み切手 1.48 kg
- 匿名……………白米 10 kg(指定寄附/丸子地域へ)
- 東塩田郵便局様……………使用済み切手 2.18kg
- 匿名……………毛糸 1.1kg、手ぬぐい 2 点、タオル他 18 点
- 長野県理容生活衛生同業組合様
……………32,000 円、タオル 55 枚
- 日置電機株式会社様・日置フォレストプラザ株式会社様
……………衣類 112 点、使用済み切手 78g
- 経蔵寺様……………紙おむつ 3 点、尿取りパット 15 点
赤ちゃん用おしりふき 24 点
- 国分自治会様……………食品 153 点
- 吉井宏子様……………手編みマフラー 35 点、手編みブローチ 15 点
(指定寄附/神川デイサービスセンターボランティアの方へ)
- 上田市役所様……………使用済み切手 300g
- 柳澤政次様……………31,505 円
(指定寄附/令和 6 年能登半島地震災害義援金)
- 匿名……………30,000 円(指定寄附/中学生・高校生支援へ)
- 生島足島神社様……………白米 120 kg(指定寄附/フードドライブへ)
- 匿名……………りんご 40 kg(指定寄附/フードドライブへ)
- 株式会社丸二ちきりや様
……………カレンダー 29 点、便箋 10 点、封筒 8 点
- 「小さな親切」運動 上田支部様……………車いす 1 台
- 東信醸造株式会社様……………石鯰 159 点、タオル 73 点
- 匿名……………白米 10 kg(指定寄附/丸子地域へ)
- 中村久夫様……………洗剤ギフト 1 点
- 匿名……………食品類 20 点、生理用品 7 点、日用品 4 点
(指定寄附/ひとり親家庭へ)
- 信州うえだ農業協同組合様……………お餅 720 点
(指定寄附/ささえあい年末市へ)
- 信州うえだ農業協同組合 女性部様
……………白米 30 kg、食品 8 点(指定寄附/フードドライブへ)
- 大屋駅郵便局様……………使用済み切手 3.48 kg

指定寄附以外の寄附につきましては社協、または福祉施設などで活用します。

令和6年11月1日以降に会費を納入いただきました法人を紹介します

(令和6年11月1日～令和6年12月31日受付分 ※順不同・敬称は省略します。)

法人会員	上田地域
カントリーハウス21	弥助寿し

法人会員	真田地域
(株)カナダデンキ	(有)菅平プリンスホテル

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	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
	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	3月15日(土)、4月19日(土) 10時～12時	上田市ふれあい福祉センター TEL 27-8080

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 上田市中心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。)