

社協うえだ

令和7年(2025年)
10月号
No.115



ごみ袋レインコート体験の様子



新聞紙スリッパ体験の様子



新聞紙スリッパ

今号の表紙

9月1日(月)に上田市立北小学校の5～6年生が「防災の日の学習」として、防災グッズの使い方について学びました。当日は、上田市危機管理防災課、北部地区まちづくり協議会、上田市社協がそれぞれブースを設けました。

上田市社協では、ごみ袋レインコートや新聞紙スリッパの体験ブースを設置しました。体験した児童たちからは、「着てみると思っていたより暑い」「歩いているうちにスリッパが壊れたから、もう1枚重ねたら丈夫になった」などの感想がありました。

主な内容

- 赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。..... P2
- ボランティア情報..... P5
- サマーチャレンジボランティアを行いました！..... P6

発行／ 社会福祉法人 上田市社会福祉協議会

●TEL 0268-27-2025(代)

●FAX 0268-27-2500

●上田市中心3-5-1

印刷／(有)大和印刷

●<https://www.ueda-shakyo.or.jp>





赤い羽根
共同募金

支える人を支える募金

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。

赤い羽根共同募金運動は、「お互いに助け合う福祉」を目的として毎年10月1日から実施されます。

今年の募金目標額



21,770,000円

共同募金は、事前に地域の福祉施設や団体などからの助成申請を受け、募金目標額を定める計画募金です。

上田市内の活動へ助成
13,230,000円

上田市内で
使われます。

募金の
使いみち

※今年度に皆さまからお寄せいただいた募金は、令和8年度の事業に使われます。

長野県全域の活動へ助成
8,540,000円

福祉活動のほか、防災物品の整備や災害援護金などに使われます。

3,670,000円

地域ふれあい事業など
地域でのサロンや体操など

3,051,000円

各種相談事業、
ボランティア育成事業、広報紙発行
結婚相談、法律相談、心配ごと相談など

2,031,000円

福祉普及校事業、子育て支援事業
小・中学校、高校への助成金、
子育て世代を支える講座など

582,000円

障がい者福祉事業
重度障がいのある方の希望の旅事業

3,733,000円

上田市内の団体の行う事業
(下表参照)

163,000円

高齢者福祉事業
配食弁当事業や一人暮らし高齢者
親睦会など



助成予定団体

【順不同】

上田地区	上田市子ども会育成連絡協議会	上田地区	日本舞踊荻元君香社中	真田地区	さなだ支え合い会議
	上田市視覚障がい者福祉協会		豊殿デマンド交通委員会		真田地域シニアクラブ
	上田市肢体不自由児者父母の会		豊殿ふれあいサロン運営委員会		真田地域ボランティア連絡協議会
	上田市赤十字奉仕団		〇〇カフェやすらぎ		大福会
	上田市聴覚障害者協会		モチーフの会		ふれあい広場実行委員会
	うえだ市民ふれあい広場実行委員会	丸子地区	丸子地域シニアクラブ	武石地区	ミミールの会
	上田地域福寿クラブ連合会		丸子ボランティア連絡協議会		上田地区更生保護女性会武石支部
	上田地区更生保護女性会上田支部		傾聴ボランティア・まるこ		武石えん結びの会
	上田地区保護司会		上田市食生活改善推進協議会丸子ブロック		武石シニアクラブ
	上田ボランティア連絡協議会		E-キャップの会		武石身体障害者福祉協会
	(特非)上田市身体障害者福祉協会	真田地区	上田市丸子地区赤十字奉仕団		武石地区社会福祉協議会
	こどもとおとなの居間だらっと		上田地区更生保護女性会丸子支部		武石ボランティア連絡協議会
	上小手話サークル		上田市真田地区赤十字奉仕団		武石もみじ会
	上小・東御生活と健康を守る会		上田市食生活改善推進協議会真田ブロック	全地区	ふれあいカフェ武石
	チャイルドラインうえだ運営委員会		おとぎの会		上田市自治会連合会
	点訳サークルでんでん虫の会		おもちゃ図書館くるくるさなだ		上田市民生委員・児童委員協議会
	長野県上田千曲高等学校生活福祉科		グリュックの会		(福)上田市社会福祉協議会

赤い羽根共同募金が申請団体に助成されるまでのながれ

助成申請受付 (3月～4月)

福祉活動を行う地域の
団体などから、助成申請を
受け付けます。



審査、目標額の決定 (5月～6月頃)

受け付けた申請をもとに、地域の代表者により、
助成額の審査が行われ、各団体への
助成予定額が決定します。その合計が
「募金目標額」となります。



助成(申請受付の翌年7月頃)



集まった募金から、
助成額を決定し、各
団体へ助成します。

審査
委員
会

募金運動(10月1日～)



住民の皆さまのご協力
による戸別募金や街頭募
金など、さまざまな形で
募金運動が行われます。

ありがとうメッセージ

団体や自治会から
ありがとうメッセージが届いています！



上田モチーフの会

高齢者や一人暮らしの方々に贈るひざ掛けに
使う毛糸は、市民の皆さまからご寄附いた
っていますが、十分に賄いきれません。その不足
分を共同募金からいただく助成金で購入させて
いただいています。最近は物価高騰により購入
が困難です。そんな中でも、ひざ掛けを受け取
った方々に喜んでいただくのは、会員にとって何
よりの励みとなります。長く活動できているの
も、共同募金のおかげと、会員一同、またご寄
附くださった皆さまに感謝しております。あり
がとうございます。



入軽井沢自治会



赤い羽根共同募金の助成金で、当自治会は発
電機を購入させていただきました。

災害など非常時に、電源や携帯電話の充電な
ど、生活に欠かせない防災用品として、発電機を
有効活用させていただきたいと考えております。

募金をいただいた方々に、心から感謝申し上
げます。ありがとうございました。



たくさんの
ありがとうの声は、こちらから。
(赤い羽根データベース はねっと)



上田市内の店舗や施設などにご協力いただき、募金箱を設置しています。
募金箱の設置箇所は次のとおりです。



詳細はこちら

募金箱設置協力施設・協力店など

【順不同】

上田地区	iプラザうえだ	上田地区	別所温泉あいそめの湯	真田地区	西友真田店
	イオンスタイル上田		満点とんかつ丸勝		関酒店
	上田市観光会館2階(信州上田観光協会)		味楽亭		パティスリーブランソレイユ
	上田市観光会館売店(信州上田観光協会)		室賀温泉ささらの湯		ふれあいさなだ館
	上田商工会議所		やおふく古里店		焼きカレー屋MEL's
	上田情報ビジネス専門学校		弥助寿し		(特非)やまぼうし自然学校
	上田市役所		やまぎわ薬局		ゆきむら夢工房
	上田創造館		やまざきや		若林パン
	A・コープファーマーズうえだ店		医友愛会千曲荘病院		上田市武石診療所
	カインズホーム上田店(本館)		リーフどうぶつ病院		グリーンフォーラムとびうお
	学北野学園上田短期大学		リカーランド現金屋		下村歯科医院
	株バロー秋和店		生田上原薬局		旬彩処鳥羽
	元祖ニュータンタンメン本舗上田住吉店	コバヤシ薬局	信州うえだ農業協同組合よだくほ南部支所武石店		
	元祖ニュータンタンメン本舗上田店	(有)栄屋クリーニング	武石観光センター		
	大長野大学	(有)笹沢ペーカリー	武石ともしび博物館		
	ことぶき商店	株さわむら	武石郵便局		
	ザ・ビッグ上田中央店	(一財)信州国際音楽村	岳の湯温泉雲漢荘		
	ザ・ビッグしおだ野店	関薬局	つなぐ家		
	JA信州うえだ食彩館ゆとりの里	セブンイレブン上田下丸子店	手打ちらーめんかじかや		
	自家焙煎珈琲店亀山珈琲焙煎所	セブンイレブン上田長瀬店	練馬区立武石少年自然の家ベルデ武石		
	信州大学生生活協同組合繊維学部店	セブンイレブン上田中丸子店	ノリ薬局たけし		
	セブンイレブン上田材木町店	セブンイレブン丸子和子店	ファミリーレストランあさひ		
	セブンイレブン上田中央北店	ながせ薬局	ほろほろ		
	セブンイレブン上田常田3丁目店	中村薬局	まめ家		
	鳶屋書店上田大屋店	西内郵便局	ラーメンフロンティアCAMO-ME		
	長野県工科短期大学校	丸子郵便局			
	中村屋	アザレアンさなだ	上田市社協 募金箱設置箇所		
	ニューアサヒ上田インター店	江戸屋	上田市ふれあい福祉センター		
	原町郵便局	kimik	上田市高齢者福祉センター		
	ふれあいサロンhinataboccoとよさと	(特非)さなだスポーツクラブ	丸子ふれあいステーション		
	フレッシュストアー西沢	真田やまぎわ薬局	丸子老人福祉センター		
	ベーカリーパンビ	JA信州うえだ真田支所	真田総合福祉センター		
	paire cheveux	十福の湯	真田老人福祉センター		
平安堂上田しおだ野店	新鮮市真田	武石地域総合センター 2階			
平安堂上田店	菅平高原国際リゾートセンター				

安心・安全なまちづくり配分のご案内

防災・減災に係る物品の整備にご活用ください！

対象団体／会則などを有する非営利の住民組織・団体(自治会、自主防災会など)

※過去に本事業の助成を受けている団体は対象外です。

対象事業／地域住民を対象として避難、避難生活を想定して行う防災・減災に係る物品の整備

※防災物品の整備については、対象となる物品が限定されています。詳しくは
下記までお問い合わせいただくか、右記二次元コードからご確認ください。



長野県共同募金会

事業実施期間／令和8年4月1日から令和9年3月31日まで

助成額／1団体20万円以内(1,000円未満切り捨て)

申請方法／申請書類を上田市共同募金委員会(事務局:上田市社協)に提出

※申請書は上田市社協各地区センター窓口、長野県共同募金会
のホームページからも取得できます。

申請期限／令和7年11月28日(金)

問い合わせ／上田市共同募金委員会各地区共同募金会

(上田市社協各地区センター ※P8をご覧ください。)



倉升自治会／投光器、避難所用寝袋など

災害救援ボランティアセンター立ち上げ訓練

8月30日(土)に上田市防災訓練があり、社協では、上田、真田、武石地区の各会場で災害救援ボランティアセンター立ち上げ訓練を行いました。

当日は、ボランティア140人が参加し、社協職員といっしょに災害救援ボランティアセンターの運営やボランティア役としての体験を行いました。

各地区の訓練の様子



上田地区でのマッチングの様子



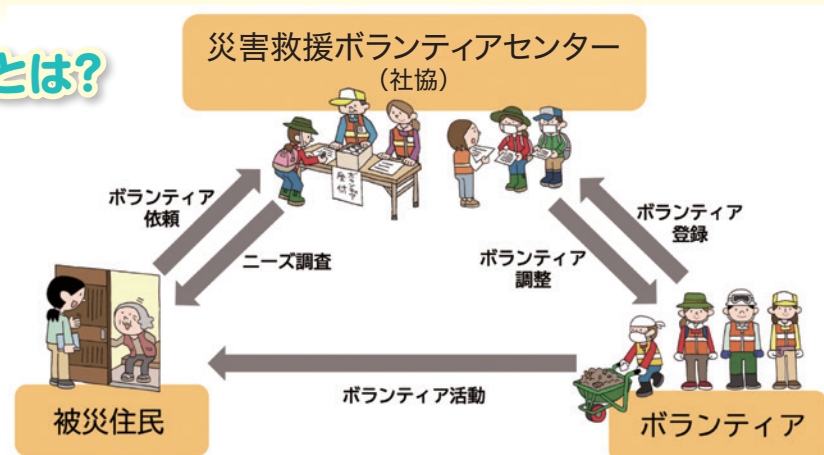
真田地区でのマッチングの様子



武石地区でのボランティア受付の様子

災害救援 ボランティアセンターとは？

災害救援ボランティアセンターとは、災害時に被災地でボランティア活動を円滑に進めるための拠点です。被災者の困りごと（ニーズ）とボランティアを調整（マッチング）し、行政やNPO法人などの関係機関と連携しながら、被災者の生活支援や復興に向けた活動を推進します。



災害救援ボランティアの登録を受け付けています

台風や地震などの災害発生時にボランティアとしてご協力いただける方に、事前に登録をお願いしています。登録については、各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。

内容

- 災害救援ボランティアセンターの運営協力や被災者支援、復興支援のための活動
- 研修及び訓練

申込

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



令和6年能登半島地震災害救援ボランティアの様子

サマーチャレンジボランティアを行いました！

ボランティア地域活動センターでは、毎年ボランティアへの正しい理解と関心を深め、地域に密着した活動へのステップにしてもらうことを目的に、体験プログラムを提供しています。

今年は、195人の中高生が参加し、それぞれの受入先の施設や団体でボランティア活動を体験しました。



事前研修の様子



▲中央デイサービスセンターでのボランティア活動の様子

利用者さんに感謝されたり、話しかけてもらうととても嬉しかった。自分から話しかけることができなかったので、積極的に声を掛けられるようになりたい。

(中学3年女子)

ボランティア活動がどんなものか知ることができた。日常でもいろいろなボランティアをできることが分かった。

(中学2年女子)

受入先の施設や団体にご理解とご協力をいただき、さまざまなボランティア体験ができました。参加者は体験を通して、人とふれあうことの楽しさを感じたり、次につながる活動を見据えていました。

ボランティア地域活動センターでは、サマーチャレンジボランティア以外にもさまざまなボランティアを募集しています。詳しくは上田市社協ホームページをご覧ください。



上田市社協
ホームページ
ボランティア
募集情報



▲振り返りの会の様子

自分と違う施設でボランティアをした人と情報交換や共有することができて、とても勉強になった。

(中学2年男子)

福祉移送サービス協力員募集

福祉移送サービスとは、日常生活において、公共交通機関の利用が困難な方に対して、送迎を行う有償福祉サービスです。

運転協力員の活動

- 車いすのまま乗り降りできる車両で、利用会員の自宅から目的地（病院やスーパーなど）までの往復の送迎と乗降の補助を行います。
- 運転協力員には、時間と距離に応じた料金をお支払いします。

運転協力員の条件

- 上田市内在住で自動車免許の第2種免許をお持ちの方。または、第1種免許で※所定講習を修了された方
- おおむね65歳までの心身ともに健康で、福祉に理解と熱意のある方

※所定講習とは…

国土交通大臣の認定を受けた団体が実施する「福祉有償運送運転手講習」です。次回は令和8年2月～3月の予定です。講義（1日）はオンライン（Zoom）による動画視聴となり、実技講習は、1日になります。受講費用は、上田市社会福祉協議会が負担します。別途テキスト代2,000円は自己負担となります。以前に福祉有償運送運転手講習会を終了している方は、すぐに運転協力員として活動していただけます。

詳しくは下記にお問合せください。

- 上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629
- 丸子ボランティア地域活動センター TEL43-2566
- 真田ボランティア地域活動センター TEL72-2998
- 武石ボランティア地域活動センター TEL85-2466



講座・イベントのお知らせ



第19回 上田市社会福祉大会

参加費
無料

大会テーマ▶「あったかい 心あふれる 協働のまち」

上田市社会福祉大会は、住民一人ひとりが福祉活動を支える一員として、新たな支え合いのしくみづくりに向けて、地域福祉を推進していくことを目的に開催します。どなたでもご自由にご参加ください。

開催日時：10月29日(水) 13時20分～15時30分(受付:12時30分から)

会場：サントミュージゼ 大ホール (天神3-15-15)

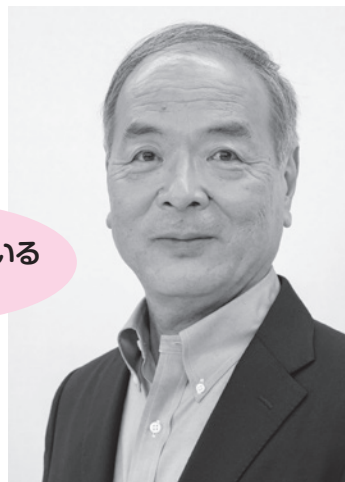
【内容】

- 式典／表彰(社会福祉活動功労者)
- 講演／災害時における自助・共助が生き残りの道

～福祉のまちづくりと防災～

講師：同志社大学社会学部 教授 立木 茂雄 氏

災害が頻発している
今だからこそ



手話、
要約筆記
あり

講師
プロフィール

1955年兵庫県生まれ。1978年関西学院大学社会学部を卒業。同社会学研究科修士課程修了後、1980年からカナダ政府給費留学生としてトロント大学大学院に留学。同博士課程修了。1986年から関西学院大学社会学部専任講師・助教授・教授を経て2001年4月から現職。
当日は、防災の観点から、福祉のまちづくりについて、ご講演いただきます。

身体ほかほか体操教室

参加費
無料

秋から冬の寒い季節にいっしょに体操をして、「身体ほかほか」温まりましょう。11月から来年2月まで定期開催し、いろいろな体操を行います。都合の良い回にご参加ください。

日程：①11月26日(水) ②12月18日(木)
③令和8年1月23日(金) ④2月16日(月)

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(中央3-5-1)

内容：①自宅でできるストレッチ
②バレトン ソールシンセシス
③バランスボール ④ヨガ

講師：上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会
に所属する各指導者

定員：①・②・④各25人、③20人

持ち物：飲み物、タオル、ストレッチマット(貸出用の
マットもあります。)、③のみバランスボール
(貸出用のボールもあります。)

その他：動きやすい服装でお越しください。

申込：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。



音訳ボランティア養成講座

参加費
無料

音訳ボランティアは、視覚に障がいのある方のために、書籍や広報誌などの内容を音声にして伝えるボランティア活動です。音訳にご興味がある方は、お気軽にお申し込みください。

日時：11月22日(土)

基礎編：10時～12時

応用編：13時～15時

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)

内容：基礎編(音声表現の基礎)

応用編(聞き取りやすい読み方の実践練習ほか)

講師：駒村 則子 氏(ナレーター・フリーアナウンサー)

定員：各回20人

申込：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。(TEL:43-2566)

申込締切：11月14日(金)

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。

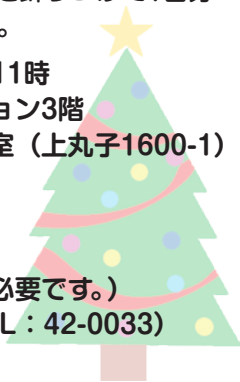


子育て支援事業 フレームツリー教室

参加費
無料

木製のフレームにオーナメントを飾りつけて、自分だけのツリーを作ってみませんか。

日 時：12月2日(火) 10時～11時
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：子育て中のパパ、ママ
講 師：塩川 真理子 氏
定 員：10人
その他：託児あり(事前予約が必要です。)
申 込：丸子地区センター(TEL：42-0033)
申込締切：11月14日(金)



お箸のゲームでやわらか脳を作ろう！ 箸技ボランティア養成講座

参加費
無料

コミュニケーションが自然と深まる、お箸を使ったゲーム「箸タイム」。楽しく遊びながら脳の活性化につながります。「箸タイム」を学び、地域や福祉施設などで、ボランティア活動をしてみませんか。

日 時：12月10日(水) 13時30分～15時30分
場 所：真田総合福祉センター(真田町長7190)
講 師：清水 悟 氏
定 員：20人
申 込：真田地区センター(TEL：72-2998)
申込締切：11月28日(金)



善意銀行

(令和7年7月1日～8月31日 寄附受付順)

～あたたかな善意ありがとうございます～

●上田緑が丘郵便局様……………使用済み切手1.96kg
●上組旅行会様……………20,036円
●匿名……………4,900円
●匿名……………タオル50点
●匿名……………尿取りパット8袋、紙おむつ2袋
●匿名……………布7.36kg、毛糸2.8kg
●匿名……………50,000円
●(特非)こころ 宅幼老所のどか様……………根付75点
●上田市役所内郵便局様……………使用済み切手1.926kg
●上田ローターアクトクラブ様……………スリッパ23点
●匿名……………白米10kg(指定寄附/丸子地区へ)
●長野県上田東高等学校JRC班様……………食品29点
●信州うえだ農業協同組合様……………冷やし中華540点、食品119点
●林農産(株)様……………大豆60kg(指定寄附/hinataboccoとよさと様へ)
●ビューティーサロンさつき美容室様……………7,490円、装飾品28点、バッグ8点、使用済み切手80g
●長野県上田東高等学校JRC班様……………19,858円
(指定寄附/令和6年能登半島地震災害義援金)

●日置電機(株)様、日置フォレストプラザ(株)様……………子ども服142点、食品20点、使用済み切手163g
●(福)恵仁福祉協会様……………備蓄水132点
●上田三好町郵便局様……………使用済み切手1.44kg
●原町郵便局様……………使用済み切手1.5kg
●相澤奈美様……………手作り品59点
●城下地区社会福祉協議会様……………食品53点(指定寄附/フードドライブへ)
●ながぎん上田ひまわり会様……………41,708円
(指定寄附/上田おけまるジュニアセンター様へ)
●匿名……………白米10kg(指定寄附/丸子地区へ)
●㈱八十二銀行 上田支店様……………クッキー180点
●匿名……………ローファー1点、スニーカー1点
●匿名……………10,000円
●小林祐子様……………使用済み切手11g
●上田ローターアクトクラブ様……………ハンドタオル18点、軍手24点、日用品他26点

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。

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時は 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 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 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	11月15日(土)、12月20日(土) 11月 5日(水) 10時～12時 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。)