

社協うえだ

令和8年(2026年)

2月号
No.117



▲街頭募金の様子(上田高等学校 カンボジア井戸プロジェクトの生徒さん)



▲街頭募金の様子(上田千曲高等学校 生活福祉科の生徒さん)



主な内容

- 社協が行う子育て支援 P2
- ママカフェに遊びに来てね! P3
- 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

今号の表紙

地元高校生をはじめ、ボランティア団体などの皆さんが赤い羽根共同募金の街頭募金を行いました。足を止めてくださった多くの方々から寄せられた温かいご支援に、心から感謝申し上げます。地域の皆さまにご協力いただいたこの活動は、これからの福祉を支える大きな力となっています。

発行/  社会福祉法人 上田市社会福祉協議会

●上田中央3-5-1

印刷/有和印刷

●TEL 0268-27-2025(代)

●FAX 0268-27-2500

●<https://www.ueda-shakyo.or.jp>



社協が行う子育て支援

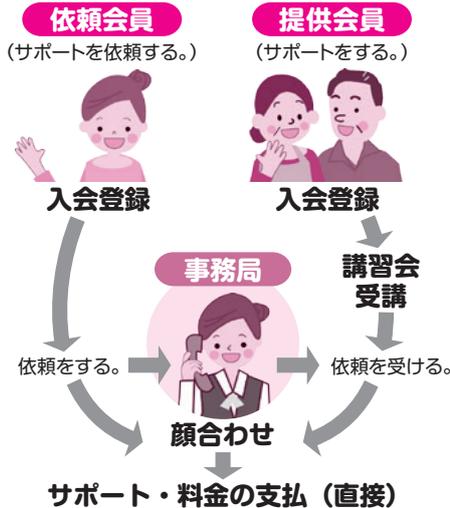
上田市社協では子育て世代を応援する、さまざまな事業を展開しています。
お気軽にご利用ください。

上田市ファミリー・サポート・センター

子育てのサポート



【しくみと活動のながれ】



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。

こんなときに利用できます。

- 幼稚園・保育園や放課後児童施設の送迎や前後の預かり
- 兄弟姉妹の学校行事等の際の預かり
- 保護者の通院など外出時の預かりなど
- ※ 事前の会員登録が必要です。



詳細はこちら

依頼会員・提供会員とも随時募集しています！

【問い合わせ】
上田市ファミリー・サポート・センター
本部 TEL21-3016

- 丸子支部 TEL43-2566
- 真田支部 TEL72-2998
- 武石支部 TEL85-2466

利用料	月～金(平日)7時～19時	600円/時間
	上記以外の場合	700円/時間

児童館・児童センター 子育てひろば ※利用料はかかりません。

安心して安全な子どもの遊び場



● 児童館・児童センター

対象：18歳未満の方（幼児は保護者同伴）

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。

● 子育てひろば

対象：未就園児の親子

親子で自由に遊びながら、交流や情報交換ができます。毎月親子向け講座を企画しています。専属の職員に子育てに関する相談もできます。



児童館・児童センター



子育てひろば

【問い合わせ】（上田市社協が指定管理を受けている施設）

- 朝日が丘児童館 TEL25-0849
- 東塩田児童センター TEL38-9150
- 東塩田子育てひろば TEL38-9150
- 緑が丘児童館 TEL25-0444
- 大星児童センター TEL27-5610
- 大星子育てひろば TEL27-5610
- 川辺町児童センター TEL25-2945
- 神科児童センター TEL25-2055
- 神科子育てひろば TEL25-2055
- 秋和児童センター TEL25-6011
- 神川児童センター TEL21-1156
- 清明子育てひろば TEL22-2252

ママカフェに遊びに来てね!



ママカフェは、子育て中のママとお子さんの居場所づくりを目的に月に1回、丸子ふれあいステーションで開催しています。「子育てを頑張っているママが、お茶を飲みながら、ホッと一息つける場所があるといいな」という思いを込めて、コーヒーや紅茶などを用意しています。工作やおやつ作り、子育て講座なども行っています。

滑り台やおもちゃもたくさんあり、お子さんも自由に遊ぶことができるので、ママの気分転換をかねて、お子さんといっしょに、お立ち寄りください。



ドライフラワーを使った工作の様子



講座中は
託児サポーターが
見守ります。

いろいろな講座を開催しています!

12月2日(火)に、ドライフラワーを使って作る「フレームツリー教室」を開催しました。

ツリーに飾る花を選び、個性的な素敵なツリーが出来上がりました。参加者からは、「子どもを預けて作業ができ、久しぶりにゆっくり自分の時間を楽しめました。」との感想がありました。



フレームツリー教室の様子



託児の様子

託児がある
ので安心!

☆ 託児サポーター
募集中 ☆

託児付きの講座は、託児サポーターによって支えられています。講座の際、お子さんの見守りを行うボランティアです。

子育てを終えられた方、子育て中でも時間が取れる方、お子さんが好きな方など、どなたでもサポーターとして登録できます。興味のある方は、ぜひ、丸子地区センターまでご連絡ください。

4月は、お休みです。5月以降のママカフェの予定については、社協うえだ4月号に掲載予定です。

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。

問い合わせ ▶ 丸子地区センター (TEL42-0033)



地域の活動レポート

塩田まちづくり協議会がフードドライブを開催しました。

令和7年12月21日（日）に塩田公民館で塩田まちづくり協議会が初めて、フードドライブを開催しました。

このフードドライブは、塩田地域の皆さんの地域福祉活動への参加を促進することと、塩田地域にあるこども食堂の「みんなのしおだ食堂」を支援するために行われました。



フードドライブ受付の様子



集まった食品の一部

当日は、11人が来場し、70点の食品が集まりました。事前に配布したちらしやポスターなどを見て来場された方も多く、塩田まちづくり協議会では、このような活動を続けていくことで、塩田地域住民の福祉の輪が広がっていけばと意気込まれていました。また、今回「みんなのしおだ食堂」で使いきれない食品については、ひとり親世帯や生活困窮者の支援に役立ててほしいと、上田市社協にご寄附いただきました。

「もったいない…」を「ありがとう！」へ フードドライブにご協力ください

寄附していただきたいもの

フードドライブは、各家庭で使いきれない食品や、食べきれなかった食品を持ち寄り、それらを必要としている個人や団体（こども食堂や福祉団体）などに寄附する取組です。

上田市社協では、各地区センター窓口のほか、毎月第1土曜日の午前10時から午前11時30分まで、ひとまちげんき・健康プラザうえだで食料の寄附を受け付けています。

今後とも皆さまのご協力をお願いします。



- お米・缶詰・レトルト食品
- 調味料（醤油・味噌・砂糖など）
- カップラーメンなど
- お米は2024年度産まで
- 賞味期限が1か月以上あるもの
- 未開封のもの
- 常温保存できるもの



お問い合わせ ▶ 上田市社会福祉協議会各地区センター（P12参照）



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7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、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。

募金総額 21,998,134円

(令和7年12月31日現在 / 目標額 21,770,000円 / 達成率 101.04%)

集まった募金は、
令和8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 — 13,458,134円

令和7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などに活用されます。



高校生が講師のダンス教室の様子

長野県内で使われます — 8,540,000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助金などに活用されています。



市之瀬自治会
ワークライト、ポータブル電源など

	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	14,148,177円	2,964,746円	1,387,767円	839,108円	19,339,798円
法人募金	1,056,500円	258,336円	100,000円	55,000円	1,469,836円
街頭募金	557,163円	44,053円	28,577円	23,204円	652,997円
学校募金	141,774円	30,131円	23,265円	3,798円	198,968円
職域募金	127,588円	23,062円	31,854円	8,890円	191,394円
その他の募金	100,267円	44,874円	0円	0円	145,141円
合計	16,131,469円	3,365,202円	1,571,463円	930,000円	21,998,134円

(敬称略・順不同)

学校募金の協力校

小学校 / 清明、東、西、北、城下、塩尻、川辺、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、武石

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、(一財)上田市地域振興事業団、丸子地域教育事務所、丸子地域自治センター、(福)恵仁福祉協会アザレアンさなだ、(株)オートパル信州うえだ真田営業所、(福)かりがね福祉会、信州うえだ農業協同組合真田支所、真田地域自治センター、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)樫の木福祉会就労センター武石ふれあい、(福)依田窪福祉会ともしび、(福)上田市社会福祉協議会

募金箱設置協力店 (令和7年10月23日以降)

甘味処 雪屋Conco



自治会別・戸別募金納入額を報告します。

令和7年12月31日現在 (単位:円)

	自治会	戸別募金額		自治会	戸別募金額		自治会	戸別募金額		自治会	戸別募金額
東部	踏入	197,736	川辺・畠田	下塩尻	135,239	東塩田	柳沢	62,300	塩川	狐塚	117,700
	泉町	42,000		上田原	140,122		下之郷	137,911		郷仕川原	13,000
	上常田	88,605		川辺町	420,569		桜	18,200		南方	135,313
	中常田	51,900		倉升	256,200		下本郷	48,700		藤原田	59,280
	下常田	10,000		神畑	183,080		東五加	42,700		菅平	5,000
	北常田	70,000		下之条	113,280		五加	457,600		大日向	24,000
	材木町	175,000		築地	158,145		上本郷	83,897		角間	23,000
	常入	40,505		東築地	25,000		中野	289,800		横沢	72,000
南部	南天神町	15,000	半過	57,707	上小島	111,300	長	真田	27,800		
	泉平	16,000	福田	125,884	下小島	73,500		十林寺	16,000		
	天神の杜	35,000	吉田	150,464	保野	230,000		石舟	58,000		
	北天神町	35,000	大屋	107,919	学海南	12,800		戸沢	32,977		
	松尾町	4,000	岩下	90,061	舞田	132,300		つくし	32,600		
	鷹匠町	30,000	下青木	111,188	八木沢	65,579		横尾	135,500		
	本町	39,000	みすず台南	136,414	八木舞	15,000		四日市	10,950		
	末広町	23,520	みすず台北	63,000	学海北	4,000		入軽井沢	12,500		
中央	大手町	101,500	上青木	150,000	セレーノ八木沢	31,000	岡保	17,000			
	横町	23,011	梅が丘	47,000	十人	30,200	傍陽中組	60,500			
	海野町	200,000	久保林	170,000	塩田新町	81,900	大庭	24,500			
	原町	56,000	黒坪	80,000	東前山	66,467	曲尾	69,900			
	袋町	22,000	上沢	130,000	西前山	77,000	萩	57,800			
	馬場町	30,000	国分	113,735	手塚	116,780	田中	22,000			
	田町	21,000	下堀	61,821	山田	35,808	下横道	50,000			
	丸堀町	48,000	上堀	55,000	野倉	6,227	中横道	30,000			
北部	木町	50,000	畑山	16,000	西塩田	分去	140,000	上横道	7,000		
	北大手町	45,000	伊勢山	139,992		大湯	42,700	穴沢	20,000		
	上川原柳町	172,600	富士見台	42,189		上院内	78,400	三島平	13,000		
	下川原柳町	33,111	神科新屋	130,000		上手	23,800	上原	19,000		
	愛宕町	47,850	野竹	90,000		仁古田	106,219	下郷沢	30,500		
	上鍛冶町	3,000	西野竹	96,920		岡	103,000	小玉上郷沢	35,000		
	鍛冶町	47,018	笹井	60,000		浦野	51,991	赤井	25,000		
	上房山	12,000	川原	15,500		越戸	18,800	下塚	5,000		
西部	下房山	13,106	岩門	54,703	藤之木	39,000	竹室	47,440			
	柳町	18,000	染屋	140,000	浦野南団地	14,200	荒井	51,000			
	新田	274,033	金井	152,100	小泉	100,000	中原	80,000			
	山口	153,767	大久保	102,792	下室賀	103,709	表木	23,500			
	上紺屋町	55,000	長島	100,000	上室賀	82,560	大畑	92,000			
	蛇沢	90,000	金剛寺	30,000	ひばりヶ丘	54,600	下原	120,000			
	下紺屋町	63,000	住吉が丘	9,200	西内	85,500	町原	8,300			
	鎌原	63,000	森	41,600	平井	99,205	出早	29,000			
城下	西脇	32,718	大日木	38,500	内村	荻窪	64,332	鳥屋	53,100		
	新町	16,100	長入	10,000		和子	58,500	沖	106,300		
	諏訪部	49,339	宮之上	20,000		下和子	85,350	藪合	102,900		
	生塚	91,311	小井田	62,000		辰ノ口	73,104	中島	37,000		
	常磐町	89,472	中吉田	105,000		三反田	80,700	七ヶ	133,020		
	緑が丘	67,820	町吉田	106,400		海戸	65,780	片羽	38,500		
	新屋	96,600	ひかり	50,000		沢田	119,582	堀之内	39,400		
	緑が丘北	75,000	桜台	10,000		八日町	77,006	市之瀬	41,000		
塩尻	緑が丘西	111,412	下吉田	29,670	丸子中央	腰越	152,617	下本入	59,888		
	城北	109,010	林之郷	81,200		中丸子	291,026	権現	19,000		
	小牧	95,000	下郷	67,500		下丸子	149,485	下小寺尾	19,000		
	諏訪形	226,800	岩清水	17,100		御嶽堂	190,555	上小寺尾	25,000		
	須川	12,600	矢沢	98,700		飯沼	214,556	唐沢小原	21,000		
	中村	200,000	赤坂	50,000		北原	18,200	築地原	16,000		
	朝日ヶ丘	42,000	漆戸	15,000		茂沢	100,000	大布施栗	14,000		
	三好町	30,000	下組	65,626		尾野山	87,360	西武	15,000		
東塩田	御所	385,440	富士山中組	162,400	依田	上長瀬	190,000	小沢根	63,500		
	中之条	500,000	奈良尾	45,045		長瀬中央	120,700	余里	35,500		
	千曲町	231,000	平井寺	47,600		下長瀬	176,919				
	秋和	191,103	鈴子	70,500		石井	72,700				
上塩尻	176,277	石神	158,900	長瀬	坂井	66,276					
					塩川						



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7年12月31日現在) 敬称略 50音順

上田地域				
アース電設(株)	(株)オーサン模型	斎藤金型設計事務所	大廣建設(株)	長野県民共済生活協同組合
アート金属工業(株)	(株)オートショップ甲田	斉藤外科医院	大信産業(株)	長野県労働金庫上田支店
アートサービス(株)	おおざやラーメン長野上田店	三枝塗料(株)上田営業所	(有)大信堂印刷所	(有)長野スクリーン
(株)R&Cながの青果	オオタ自動車販売(有)	サカイ電器	大同生命保険(株)長野支社東信営業所	長野精器(株)
アイン薬局常磐城店	(株)太田廣長野支店	(株)栄部品商会	大洋機材(株)	長野トヨタ自動車(株)上田川西店
青木運輸倉庫(株)	大塚たみ工業(有)	(有)坂口製作所	高野自動車整備工場	長野日産自動車(株)上田国分店
アカネ工業(株)	大屋設備(株)	(有)坂本商店	宝資源開発(株)上田営業所	長野日産自動車(株)上田店
(株)アグロ信州	岡崎酒造(株)	佐藤工業(株)	(株)滝沢歯科器械店	長野日産自動車(株)上田原店
(株)あけぼの通商	オルガン製針(株)	(株)真田	滝沢商事(株)	長野三菱自動車販売(株)上田店
(株)朝倉上田営業所	オルガン針(株)	(株)真田自動車学校	滝沢損害保険(株)	(株)長野レジン
浅間設備(株)	(有)カーメイクツカサ	医)サンスプリングつくし歯科	(有)田口建設	(株)中村商会
(株)ANX	笠原工業(株)	医)療清会高橋歯科医院	(有)竹内オートカラー	(株)中村体育
甘利樹脂工業(株)	(株)カツタカ	(株)サンタプロセス	医)竹内歯科医院	(有)七久里石材店
(株)アルカディア	カットインライブ	(有)サンティエ	(株)武重商会上田南給油所	(有)ナベシン
アルファライフ(株)	(有)金井ムスティ	(株)ジェー.ピー.イー.	田沢倉庫(株)	(株)新村
(株)あんでくく上田営業所	(株)金沢工務店	塩田運輸(有)	(株)タツノ	(株)二幸建設
安楽寺	(株)金谷興油長野支店	(有)塩田観光タクシー	田中商事(株)	(株)西沢祐工務店
(有)飯島イジマ薬局木町薬局	カネテック(株)	(有)塩田電工	玉井電設(株)	西田技研工業(株)
(株)飯島商店	神畑薬局	医)慈修会上田腎臓クリニック	玉姫殿上田迎賓館	医)日新会日新堂医院
飯塚税務会計事務所	(株)かまや	医)慈善会安藤病院	太郎観光(株)上田太郎ゴルフ練習場	(株)日誠イーティーシー
(株)五十嵐鯉節	川西自動車整備協業組合	信濃国分郵便局	(一社)小県医師会	日本アランダム(株)長野営業所
(株)池野ガレーヂ商会	川西陸送(株)	沢沢電設(株)	千曲観光(株)上田営業所	(有)日本アルプス水野工場
石井工務店(株)	川辺整骨院	(株)清水家具店	(株)千曲社	日本建設工業(株)
石井電気工業(株)	医)共和会塩田病院	医)社団真征会池田クリニック	千曲電業(株)	(有)ヌシデン塗装
石森(株)	(株)草笛	シャトレーゼ上田国分店	千曲バス(株)上田営業所	(株)ノZZ
(有)いすゞ製作所	(株)沓掛工業	上小建設労働組合	(株)中央開発設計	(有)のどか神川苑
(株)イズミダ	窪田建設(株)	上小木材協同組合	中央電機サービス(株)	パーラー・パビデ上田西店
(株)井出電気土木	倉澤正勝行政書士事務所	(株)城南アクト	中信アスナ(株)上田支店	(株)長谷川ハガネ店上田営業所
伊藤経理事務所	(株)倉升酒店	正福寺	(一財)中部電気保安協会	(有)ハチマル商事
(有)伊藤石材工業所	(株)グリーン・ヒル神畑	常楽寺	中部陸運(株)	花岡商事(株)
イムヌエル上田キリスト教会	(株)K-POWER	昭和薬局	(株)長興	(有)花の木薬局
上田愛昇殿	けやき歯科医院	新栄開発(株)	長昌寺	(株)浜村建工
(有)上田犬猫病院	医)健救会柳澤病院	(有)新工	蔦屋書店上田しおだ野店	(株)林工務店
上田運送(株)	医)健静会上田病院	信州うえだ農業協同組合	(株)つばさ公益社	はやし薬局フォレスト薬局
上田卸商業協同組合	医)健和小脳神経外科神経内科病院	(株)信州さがみ典礼	医)滋善会上田原レディース&マタニティークリニック	(株)原工業
(税)上田会計	(株)コイズミ	(株)信州さがみ典礼上田迎賓館	(有)手塚製作所	(有)原製作所
上田ガス(株)	医)幸英会さとう内科おなかクリニック	信州リネンサプライ(株)	(株)手塚工務店	医)はらだ内科クリニック
上田観光自動車(株)	医)光仁会チェリーガーデン	医)仁治会関歯科医院	(有)手塚農園	ハリカ上田店
(株)上田ケーブルビジョン	(株)コウズケヤ	(有)仲和印刷	寺崎社会保険労務士事務所	(有)樋口農園
上田市医師会	医)甲田医院	進和商事(株)	(株)TOTOKU	(株)平林工務店
上田自動車学校	(株)甲田ケイテイ	(有)春原工業所	(株)東京コンピューター	ファミリーマート上田神畑店
上田信用金庫塩田支店	(株)幸和建設	諏訪梱包運輸(株)	東京精電(株)上田工場	ファミリーマート上田中之条店
上田スズキ販売(有)	国際経営(株)長野営業所	諏訪倉庫(株)上田支店	東西金型工業	富国木工(株)
(株)上田スプリング製作所	(株)小西屋	(株)セイワ	(株)東信公害研究所	(株)フジ技研
(株)上田第一ホテル	(有)こはま酒蔵	(株)清蘭堂	トータルオートTEZUKA	(有)藤建工
上田プラスチック(株)	(有)小林三郎製作所	(株)SEIRYOU	常田薬局(有)	藤本化工(株)
(有)上田ミニポンプ	(有)小林精工	(株)関口商会	(株)図南	藤本工業(株)
上田三好町郵便局	(株)小林製作所	医)関歯科医院	とりみつ	フタバ靴店
上田蚕種(株)	小林多佳史司法書士事務所	せき薬局	(株)永井建設	(株)布忠
上野設備(株)	(有)小林部品	千石総合観光(株)	中川電気工業(株)上田営業所	(有)プラタス
(株)ウエルサイクル	(株)小林溶工	(株)セントラルハウジング	(有)長野ウインドー	(株)フロンティア
(株)ウッドテック秋富	小牧橋歯科医院	善美歯科	長野計器(株)	ヘア&メイクSAWA
うな藤	(有)小宮山建材	そば処更科	長野県酒類販売(株)上田支店	HairSalonこころ
(株)エイト	コムパックスシステム(株)	第一建設工業(株)	長野県信用組合上田支店	(有)別所清明会特別養護老人ホーム別所温泉長寿園
エスピー食品(株)上田工場	コロナ技建(株)	第一商工(株)	長野県信用組合上田原支店	ホームセンタームサシ上田店

上田地域

医)芳栄会甲田クリニック	マリモ電子工業(株)	株)宮下組	もとき薬局	株)ユダ
株)北信ポンプ	株)丸大商店	株)宮嘉組	株)本久上田事業所	有)陽光
ホクト産業(株)上田支店	丸登電業(株)上田支店	宮川電線(株)	株)やおふく	龍京
株)細井建設	萬寿すし	有)宮坂製作所	矢ヶ崎清税理士事務所	りんどう整骨院
有)保屋野製作所	水沢健時税理士事務所	株)ミヤザワ	株)矢島工務店	ロイヤル不動産(株)
保野薬局	税)みすず上田事務所	宮澤広税理士事務所	柳屋商事(株)	株)レクスト・アイ上田高砂殿
堀内税務会計事務所	株)みすず総合コンサルタント	株)ミヤジュエリー東京	矢野実税理士事務所	ワークマン上田秋和店
株)堀内電機製作所	水野商工(株)	有)宮林設備	有)山崎製作所	株)ワールド重機開発
株)ほりかわ上田事業所	有)三ツ角商店	宮原恵子司法書士事務所	山崎設備工業(有)	わんにゃんず
株)町川商会長野営業所	株)三葉製作所	ミルキーウェイ	株)山辺	
松葉タクシー(有)	三星商事(株)上田営業所	武舎煙火工業(株)	有)山辺建材	
株)マップエレクトロニクス	有)美松	村山クリーニング	同)ユーサイドツアーズ	
マリアン	株)宮尾商店	召田薬局	株)ユー・ピー・コーポレート	

丸子地域

青木建設工業(株)	鹿教湯温泉観光協会	第一通商(株)	成澤自動車	有)ミツナガ建設
あさかわ奉仕会	有)栄屋クリーニング	有)大和印刷	丸子温泉開発(株)	有)柳沢自動車工場
株)イーエムダスキン丸子支店	有)坂田電気商会	有)高野生花店	株)丸子自動車工場	有)柳原工業
株)岩下製作所	有)笹沢ペーカリー	辰野電業(株)	丸子テレビ放送(株)	株)柳原製作所
上田市丸子農産物直売加工センター あざつゆ	株)さむむら	有)旅ネット長野	丸子十日会	
有)魚久本店	医)秀栄会岸医院	塚原醫院	丸子有線放送農業協同組合	
有)エスエス自動車	有)炊飯センター柳澤	徳竹自動車(株)	医)丸山会丸子中央病院	
医)真誠堂大久保医院	医)清心会のどか内科クリニック	有)中村プレス工業	丸光自動車(株)	

真田地域

Astemo真田(株)	福)恵仁福祉協会	株)サングリーン	有)すずもと	
株)アサヒ興業	有)真田清掃社	有)山光館	株)創風	
有)ヴィラフリータイム	真田KOA(株)	清水電気商会	株)ホテル亀屋	
福)かりがね福祉会	真田やまぎわ薬局	信越電線(株)	株)マッキンレー流石	

武石地域

美ヶ原燃料(有)	信州うえだ農業協同組合よくだくば南部支所武石店	株)松井建設	丸城石油	
有)掛川造園	武石運輸(株)	株)松山自動車inv	ノリ薬局たけし	
株)河野ポータル	株)樋沢産業	有)美国ホーム		

●1月1日以降に募金をいただいた皆さまにつきましては、次号(令和8年4月16日発行)でお知らせします。

あなたの施設や団体の活動に共同募金をご活用ください。

令和8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9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8年度事業計画、③令和8年度予算書、④令和7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8年4月2日(木)** ※審議の関係上、期限厳守をお願いします。

◆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



ボランティア情報



ボランティア団体を紹介します

ミミールの会

「ミミールの会」は、1993年（平成5年）から活動を続け、高齢者施設や真田地域の長寿会、いきいきサロンなどを訪問し、地域に伝わる民話を紙芝居にして上演しています。

1月20日（火）には、デイサービスセンターアザレアンで、紙芝居の上演や、利用者の方々といっしょに福笑いや体操を行い、交流を深めました。利用者の方々は、大判で迫力のある紙芝居を、物語の展開に引き込まれるようにじっと見つめ、語りに合わせて頬を緩めたり驚いたりする姿が見られました。

月に1回ほど、高齢者施設で活動をしており、高齢者福祉の分野で顕著な功績があったとして、令和7年12月15日（月）に長野県知事表彰を受賞しました。

紙芝居／地蔵峠の大蛇



利用者の方と福笑い



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。

加入プランと内容	加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
		一般的なボランティア活動におすすめです。	被災地等での活動におすすめです。
	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	



詳細はこちら

補助期間

4月1日から翌年3月31日までの1年間（年度で切り替えとなります。）
※いつでも加入できます。年度途中加入の場合は、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

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

上小ブロックボランティアフォーラムを開催しました

令和7年11月29日（土）に、上田市丸子文化会館にて上小ブロックボランティアフォーラムを開催しました。

このフォーラムは上小地域で毎年開催され、現在活動中のボランティア団体や個人の方を始め、ボランティアに興味がある方や福祉関係者等が参加し、ボランティア活動についての学びを深め、情報交換することを目的に開催されています。



グループワークの様子

★合理的配慮とは…障がいの有無に関わらず、過ごしやすい生活できるように、整えることです。



パネルディスカッションの様子

今回は、「ボランティアと合理的配慮」について、株式会社ジェイハート代表取締役社長の池田純氏に講演いただきました。講演後は、3団体からの事例発表とパネルディスカッションを行い、グループワークでは「誰もが参加できるボランティア活動」について経験や世代を超えた参加者が考えを出し合い、情報共有しました。

つながりを増やして、仲間といっしょに活動していくために、相手の目線、ペースに合わせることの重要性を再確認し、意気込みを新たに作るフォーラムとなりました。

パネラーとして、事例発表をしていただきました！

地域のボランティアの力

【丸子珈琲倶楽部】

「丸子珈琲倶楽部」は、2016年(平成28年)に当時のボランティア養成講座を受講した仲間が集まって結成しました。

現在は8人で、月に1回、丸子ファーストビルで珈琲サロン「さざなみ」を開催しています。他にも、出張サロンや、イベントに参加しています。

丸子珈琲倶楽部は、「一杯の珈琲をきっかけに人と人がふれあい、つながりが広がる場所をつくり、人の輪を広げること」を目指して活動しています。

若いボランティアの力

【上田千曲高等学校】 レンタル高校生

上田千曲高等学校の「レンタル高校生」は、生活福祉課の3年生が、訪問活動を通して地域の高齢者が抱える課題を知り、福祉を学ぶ高校生の視点で活動を行っています。

令和7年度は、6件の依頼（草取り、窓拭き、障子張りなど）がありました。他にも、スマホの悩みを解決する「スマホカフェ」も開催し、地域に暮らす高齢者の「困りごと」、「要望」に応えるための取組を続けています。

【長野大学】 お花し支援プロジェクト

長野大学の学生でつくるグループ「お花し支援プロジェクト」は、「制度では補いきれない地域住民の困りごとを解決したい。」という想いのもと、2024年（令和6年）に設立しました。

活動内容は、主に訪問支援（お話し相手、草取り、ごみ拾い、子どもの遊び相手など）や地域での体操教室、敬老会、スマホ教室などを行っています。初めて訪問する際には、「お花」をプレゼントし、支援だけでなく会話を楽しみ、日々同プロジェクトの存在を感じてもらうことを目標にしています。



講座・イベントのお知らせ



令和8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～

参加
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・トレーニングなどで、コミュニケーション力UPを目指します。

日程：4月30日(木)、5月28日(木)
6月25日(木)、7月23日(木)
8月27日(木)、9月24日(木)
10月22日(木)、11月26日(木)
12月24日(木)
令和9年1月28日(木)、2月25日(木)
3月25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”(TEL：71-5552)

Myふおと倶楽部

「光彩展」

観覧料
無料

“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。

このたび、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2日(月)～3月31日(火)

場所：アリオ上田 1階線路口前通路

その他：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)



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。

令和8年度 上田市高齢者学園学生募集

授業料
無料

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6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27日(金)

※再入学希望者は3月2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)



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。



居宅介護支援事業所 再編のお知らせ

令和8年4月1日付けで社協の運営する居宅介護支援事業所が、現在の3事業所(介護相談センター、神川介護相談センター、丸子介護相談センター)から、2事業所(介護相談センター、丸子介護相談センター)に再編統合いたします。

関係各所の皆さまにあたりましては、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

- 上田山草会様7,667円
- 川辺・泉田地区社会福祉協議会様…食品17点、白米96.9kg、じゃがいも25.8kg、ねぎ8kg、子ども服409点
- 上田郵便局様 使用済み切手2.18kg
- 明治安田生命保険相互会上田営業部様食品90点
- 信州うえだ農業協同組合様子ども服269点、靴3点
- 匿名 布7.76kg
- 丸子郵便局様使用済み切手1.62kg
- 久保とも江様 根付47点
- ㈱ダイナム 長野上田店様 食料品・日用品536点
- 匿名 未使用切手75枚、未使用はがき3枚
- 匿名 食品84点
- (学)上田学園上田西高等学校 生徒会・JRC部様…25,591円
(指定寄附/令和6年能登豪雨災害義援金)
- 匿名 毛糸860g
- 匿名 白米30kg
- 長野県理容生活衛生同業組合上小支部様…タオル50枚、サージカルマスク30箱
- 長野県上田東高等学校JRC班様手作り装飾品9点、スポンジたわし12点、雑巾3点
- 「小さな親切」運動上田支部様車いす1台
- 匿名 餅5kg
- 国際ソロプチミスト上田様 子ども服36点
- 匿名 毛糸10.5kg、布2.4kg、花柄モチーフ241点
- 佐々木明夫様 車いす1台、紙おむつ5袋、紙パンツ27枚、尿取りパット1袋

- 信州うえだ農業協同組合様白米400kg
 - 労働者協同組合上田様白米30kg、餅米13kg、里芋4kg、かぼちゃ9.9kg、大根9kg、キウイ4kg
 - ㈱サングリーン様…じゃがいも54.9kg (指定寄附/子ども食堂へ)
 - 匿名200,000円 (指定寄附/子ども食堂、フードドライブへ)
 - 日本無線㈱上田物流センター様 防災用非常食212点
 - 匿名30,000円
 - 匿名りんご26.3kg
 - 国分自治会様 食品113点、白米3kg、玄米30kg、餅米22.75kg、子ども服9点、石鹸18点
 - 匿名 白米29.6kg
 - ㈱信州ハム様レトルトカレー120点
 - 柳澤政次様27,878円
(指定寄附/令和7年大船渡市大規模林野火災に伴う大船渡市災害義援金)
 - 生島足島神社様 白米120kg
 - ことぶき大学平成26年卒業生一同様11,322円
(指定寄附/子どもの支援へ)
 - 匿名 毛糸248g、タオル13枚
 - 匿名 タオル16枚
 - 明治安田生命保険相互会上田南営業所様 食品44点
 - 上田材木町郵便局様使用済み切手1.88kg
 - 市場京子様 毛糸1.74kg
 - カヤバ労働組合様40,000円
 - 匿名 白米10kg (指定寄附/丸子地区へ)
 - 本田洋子様 衣類54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等で活用します。

結婚相談 日程変更のお知らせ

令和8年4月1日から、毎週水曜日開催の結婚相談日程が変更になります。

- 4月開催日程：1日(水)、15日(水)、29日(水)
- 場 所：上田市ふれあい福祉センター
- ※5月以降の開催日程は、社協うえだでお知らせします。土曜日開催日程については、変更ありません。

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(3月31日(火)まで) 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 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	3月21日(土)、4月18日(土) 10時～12時 4月20日(月) 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。)