

社協うえだ



参加者の皆さん



活動の様子

令和8年8月号
No.120



今号の表紙

6月6日(土)に真田地域で、真田地域ボランティア連絡協議会、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、上田市社会福祉協議会の主催で、「真田地域清掃ハイキング (SSH)」を開催しました。55回目となる今回は、地域住民や地元企業、真田中学校の生徒など116人が参加し、ごみ拾い活動に取り組みました。活動後は豚汁を囲んで交流を深めました。

主な内容

令和7年度 事業報告概要	P2
地域の活動レポート	P4
点字版広報紙をご利用ください!	P5

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>



令和7年度 事業報告概要



令和7年度は、多様な関係機関、団体等との連携・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。主な重点施策と決算概要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、認知症、高齢者支援、地域のつながりづくりなど各地域の課題をテーマに住民主体で協議を行い、福祉への理解と関心を深めました。

また、地域ふれあい事業では、地区担当職員が自治会役員等と連携し、世代間交流や見守り活動等を継続することで地域福祉の推進を図りました。



上青木自治会「桜を見る会」

2 生活困窮者への重層的な支援

新型コロナウイルス特例貸付の償還が困難な方などに対し、生活状況の把握に努めるとともに、日中不在にしている方については、夜間訪問を行い状況に応じて免除申請や猶予申請につなげました。

また、生活再建につなげられるよう、出張相談会や家計見直しセミナーを開催しました。

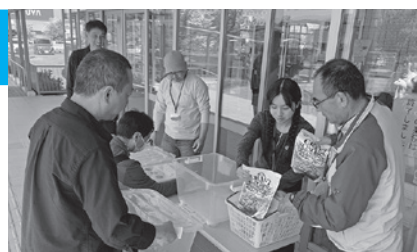


相談の様子

3 資源の有効活用による持続可能な地域づくりの推進

食品が集まりにくい中、個人だけではなく自治会や企業の協力、フードドライブポストの活用により、受入増加につながりました。

子ども服のリユース事業「ふくふくひろば」は、各地区のイベントの際に、出張型の「ふくふくひろば」を実施し事業の周知に努めました。



フードドライブ

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

上小ブロックボランティアフォーラムを開催し、多くの団体・個人ボランティアとの交流や情報交換、学びを深めました。

また、地域住民のボランティア活動に関する理解と関心を深められるよう、各種養成講座や体験講座を開催しました。出前福祉体験講座では、小・中学校のほか、自治会や企業でも行い理解の促進に努めました。



車いす体験

5 介護保険事業の経営改善と包括的な支援

居宅介護支援事業では、職員の適正な配置による効率的な運営を徹底し、更なる収支改善に向けて、神川介護相談センターを閉所して、居宅介護支援事業所を3か所から2か所に統合することとしました。

デイサービスセンター事業では、利用者一人ひとりの心身状況に合わせて、生活機能向上を目的としたサービス提供に努めました。



中央デイサービスセンター夏祭り



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、子育てひろばでは、子どもたちが安心・安全に過ごせる環境や雰囲気づくりに取り組みました。

上田市ファミリー・サポート・センターでは、転入者も安心して利用や子育てができるよう、事業の周知や会員確保に取り組みました。



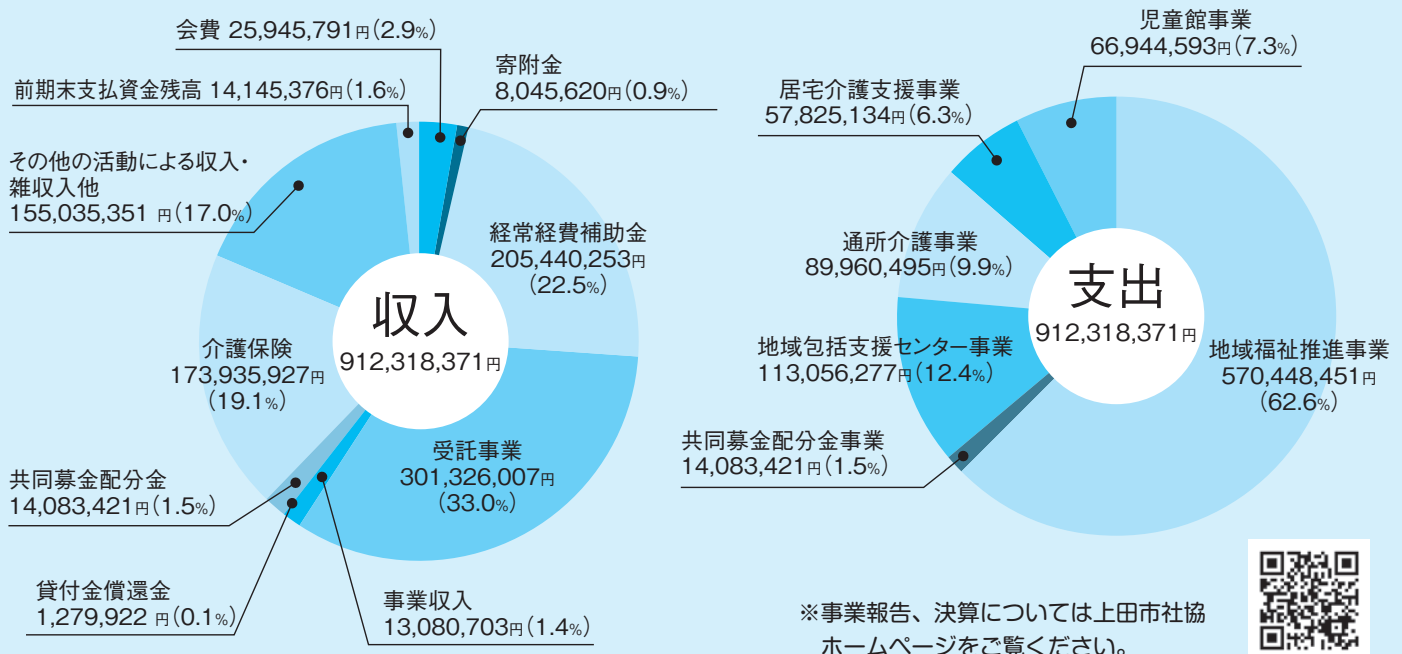
神科児童センター



7 社協運営の基盤強化

職員研修計画に基づき各種研修を実施し、職員のスキルアップに努めました。ハラスメント対策や高齢者虐待防止などの研修を行い、関係法令の遵守と専門性の向上に取り組みました。法人として求められる基本的な支援に対する姿勢、利用者に対する適切な関わり方についての理解が深まり、職員の意識の醸成を図りました。

令和7年度 決算概要



◆上田市社会福祉協議会副会長就任のお知らせ

理事の交代に伴い、欠員となっていた副会長1人が6月18日に開催された理事会において、新たに選任されましたのでお知らせします。

選出区分及び役職名	氏名
地域の代表者 (上田市自治会連合会)	まつ い ゆき お 松 井 幸 夫



◆評議員交代のお知らせ

団体の役員改選により、評議員が交代となりましたので、お知らせします。

選出区分及び選出団体名	新任者氏名	退任者氏名
学識経験を有する者 (上田市校長会)	みや ざわ まさ のり 宮 澤 雅 法	たけ うち じん いち 竹 内 仁 一

地域の活動レポート

塩田地域

防災研修

6月18日（木）に塩田中学校で、塩田地域包括ケアシステム実行会が防災研修を実施しました。

この防災研修は、同団体が令和7年5月に実施したHUG研修※の応用版として、学んだ内容を活かし、実際の資機材や環境を確認しながら、地域の防災力向上につなげることを目的に開催しました。

地域住民、関係機関、塩田まちづくり協議会などから97人が参加し、顔の見える関係づくりを進めるとともに、実際の災害を想定した訓練を通して連携方法を検討しました。



担架での搬送



仮設トイレ



ダンボールベッド

研修は2部構成で、第1部では、事例を用いた実際の避難所設置に関するグループワークや備品の設置作業を行い、第2部では、自治会との連携を想定した安否確認のシミュレーションを実施しました。

参加者からは、「多職種の人があり、連携のイメージが持てた」「自分のとるべき行動が少しわかった。有事に必要な備品がたくさんあることを知った」といった声が寄せられました。

今後は、関係機関と連携しながら、地域の防災力向上に向けた取り組みを継続していく予定です。

※HUG研修とは？

避難所（Hinanjo）、運営（Unei）、ゲーム（Game）の頭文字をとったものです。「避難者を優しく受け入れる（hug）」という意味も込められています。

避難所の見取り図に、年齢、性別、さまざまな事情を抱えた避難者に見立てたカードを配置していきます。ペット連れの方の対応、トイレや物資の配置、感染症対策、メディア対応など、災害時に何が起きるかを事前にイメージし、みんなで協力して解決する力を高めることができます。

令和8年5月29日から気象の警報などが変わりました。

新しい防災情報のポイントとして、各レベルの色を覚えておくことで認識しやすくなります。

赤色は警戒レベル3。避難に時間がかかる高齢者や小さなお子さん、体の不自由な方が避難を始める目安です。

紫色は警戒レベル4。この警戒レベル4までに、危険な場所から全員避難を完了させることが大切です。

黒色は警戒レベル5。この段階では、すでに災害が発生しているか、災害が切迫した危険な状況です。レベル5を待たずに避難するようにしましょう。

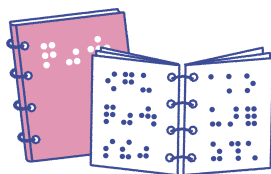
	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

点字版広報紙をご利用ください!

指で読む 広報紙

点訳とは、文字で書かれた内容を点字に変換することです。
上田市社協では視覚に障がいのある方へ、広報紙「社協うえだ」「広報うえだ」「市議会だより」を点訳ボランティアの皆さんの協力により、点字版としてお届けしています。

点字とは、縦3点・横2点の計6つの点の組み合わせで五十音やアルファベットなどを表す、視覚障がい者のための触読文字です。

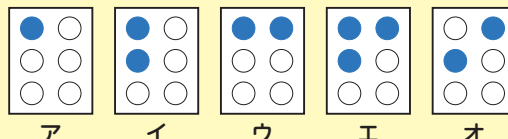


例えば 五十音の場合...

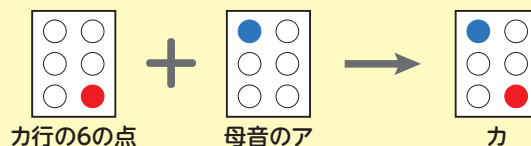


1、2、4の点
(青)は母音
3、5、6の点
(赤)は子音

【母音(ア～オ)の表し方】



【「カ」の表し方】



点訳した広報紙をご希望の方は、
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。

●TEL 25-2629

●URL <https://www.ueda-shakyo.or.jp/?p=5709>



点訳ボランティア 紹介



ブライユ丸子



でんでんむしの会



上田市内の視覚障がいのある方に、各種広報紙、時刻表、配食献立表、時節のお便りなどを点字にして提供しています。また、点訳ボランティア養成講座や小・中学校などでの点字体験授業もおこなっています。

— 次号(10月号)では、音訳(声の広報)についてご紹介します —

ボランティア募集情報

■元気倶楽部 まゆ

デイサービス利用者の皆さんと
いっしょに歌や演奏など活動できる方

日時／平日・祝日

14時～14時45分

※土日、お盆、正月はお休み

場所／上塩尻393-1

上田生協診療所内

■アートカフェ (メンバー募集)

皆さんとアイディアを出し合い
ながら、自由に創作活動を楽しむ
「アートカフェ」をいっしょに始めてくれる方

日時／随時

場所／中央3-5-1

(上田市ふれあい福祉センター)

■こども福祉応援センターうえだ

①子ども食堂で子どもたちと遊んでいただける方

②親御さんが相談をしている間
のお子さんの見守りをしている
いただける方

日時／①毎週金曜日

16時～20時30分

②土日予約が入ったとき

場所／諏訪形888

問い合わせ：上田ボランティア地域活動センター TEL 25-2629



講座・イベントのお知らせ



どなたでもご参加
いただけます！

社協合併20周年記念 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、地域福祉の推進に多年にわたり尽力された方々を表彰するとともに、市民、地域団体、行政と協力し、市民の皆さまが社会福祉への理解と関心を深め、地域全体で取り組む地域共生社会の実現を目指すことを目的に開催します。

開催日時：10月24日(土) 13時20分～15時30分(受付開始：12時30分)

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／木久蔵流、がんばらない子育て
講師：林家 木久蔵氏

手話通訳、
要約筆記
あり

講師
プロフィール

1975年東京都生まれ。1995年に玉川大学文学部芸術学科演劇専攻を卒業後、父である林家木久蔵に入門。1996年に前座名「きくお」で前座となり、1999年に二ツ目へ昇進。2007年には父の名を継ぎ、二代目「林家木久蔵」を襲名して真打に昇進した。



ママのためのリンパケア

参加費
無料

リンパケアとは、リンパの流れがスムーズになるようにお手伝いをすることです。リラクゼーション効果があります。日ごろ子育てを頑張っているママの心と身体をリフレッシュしませんか？

日程：①9月30日(水)、②10月14日(水)
※両日とも同じ内容になります。ご都合の良い日にお申し込みください。

時間：各回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

対象：子育て中の母親

定員：各回15組(定員になり次第締切となります。)

持ち物：タオル、飲み物、動きやすい服装
その他：託児が必要な方はご相談ください。

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。(TEL：42-0033)

申込締切：①9月18日(金) ②10月9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。



すぐり 巣栗溪谷散策とBBQで友活！

55歳以下独身男女を対象とした交流イベントを開催します。交流の輪を広げて、普段の生活に変化とワクワクをプラスしてみませんか？

日時：9月27日(日)

10時～16時(受付開始：9時30分)

※終了時間は天候によって前後します。

場所：武石観光センター(上本入2384-65)

定員：55歳以下独身男女 各8人

※男性は上田市在住者優先

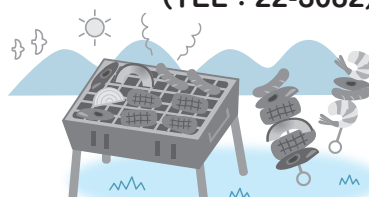
(応募多数の場合抽選になります。)

参加費：4,000円(事前振込)

申込み：下記申込フォームから

申込期間：8月17日(月)～9月4日(金)

問い合わせ：上田地区センター結婚相談担当
(TEL：22-3082)



申込フォーム

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。



第49回 上田市高齢者文化祭

入場
無料

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：10月16日（金）9時40分～15時

場 所：サントミューゼ（天神3-15-15）

内 容：ステージ発表（小ホール）

作品展示発表、クラブ紹介（多目的ルーム）

問い合わせ：上田市高齢者福祉センター
（TEL：22-4119）

ひきこもりペアトレ交流会

参加費
無料

ひきこもり当事者の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20日（火）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。（TEL：71-5552）

第38回 ふれあい広場 in さなだ

参加費
無料

「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などが一堂に会し、地域住民同士の交流の機会として開催いたします。

日 時：10月10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、ワークショップ

問い合わせ：真田ボランティア地域活動センター
（TEL：72-2998）

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。



第48回 うえだ市民ふれあい広場

参加費
無料

「ひろがる・つながる・ふれあいのわ」をテーマに、上田地域で活動している福祉施設やボランティア団体、NPO法人の出店や各種催しを通して、地域の皆さまとふれあう機会として開催します。皆さまのご参加をお待ちしております。

日 程：10月18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、体験イベント、出張輪島朝市、ふるまい鍋など

問い合わせ：上田ボランティア地域活動センター
（TEL：25-2629）

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。



ママのためのハンドマッサージ & ちょこっと防災教室

参加費
無料

ボディクリームを使って、日ごろ頑張っているママの手をほぐしてもらいませんか？手のひらをほぐしたり、ツボを押してリンパの流れを良くし、素敵な香りに満たされて癒しの時間を過ごしましょう。ハンドマッサージの後は、お茶を飲みながら、防災についてちょこっと学びましょう。



日 時：10月6日（火）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）

定 員：15人（定員になり次第締め切ります。）

講 師：はなみずきの会の皆さん

持ち物：飲み物

その他：託児が必要な方は、ご相談ください。

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。

（TEL：42-0033）

申込締切：9月30日（水）



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。



傾聴ボランティア養成講座

傾聴ボランティアは、福祉施設や高齢者のご自宅に伺い、思い出話や悩みなどを聴く活動です。傾聴の知識や技術を学び、ボランティア活動や日々の暮らしに役立ててみませんか。

日 時：10月6日（火）10時～16時（昼休憩1時間）

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：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

参加費：1,000円（テキスト代）

持ち物：筆記用具、昼食、飲み物

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。（TEL：43-2566）

申込締切：9月29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。



希望の旅

日ごろ、旅行に行く機会が少ない在宅の重度障がいの方と介護者を対象にした日帰り旅行を実施します。この機会に、参加者同士で交流を深めてみませんか。

日 程：11月10日（火）

行き先：東京方面（クルーズランチ、東京タワーなど）
※行程は、変更になる場合もあります。

定 員：16人（8組）

※応募多数の場合、抽選とさせていただきます。

参加費：1人 9,000円

申込み：各地区センターへお申し込みください。
（連絡先はこのページ下部をご覧ください。）

申込期間：9月1日（火）～9月30日（水）

その他：介護者（旅行に同行して介護していただける方）同伴でお申し込みください。

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。



後見人のつどい

参加費
無料

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している方が集い、情報交換ができる交流会を開催します。情報交換の前に、プチ講演会も開催します。日ごろの悩みや疑問について気軽に相談してみませんか。

日 時：11月20日（金）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後見事務について
②市民後見人の取組について
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市民後見人 小柳 奈己 氏

申込み：上小圏域成年後見支援センター（TEL:27-2091）

申込締切：11月6日（金）

善意銀行

（令和8年5月1日～6月30日 寄附受付順）

～あたたかな善意ありがとうございます～

- (株)アインエステイム様……50,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）
- (有)MG1保険代理店様……50,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）
- 福澤梅子様……手作りマスク90点
- アクロスホーム(株)様……50,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）
- (株)上田ケーブルビジョン様……50,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）
- 新田長生会様……未使用切手188枚、使用済み切手42g、未使用はがき14枚
- (株)五大様……50,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）
- (株)竹田様……毛布20点、肌掛け5点、他寝具6点
- 竹の会様……6,227円、未使用切手97枚、使用済み切手90g
- 匿名……200,000円（指定寄附／こども食堂、フードドライブへ）
- ペンギンズバー様……30,000円（指定寄附／チャイルドラインうえだ様へ）

- 匿名……9,183円
- 古里郵便局様……使用済み切手62g
- (株)オーシャンシステム 業務スーパー上田秋和店様……7,900円
- 川辺・泉田地区社会福祉協議会様……白米7.6kg、食品32点
- 信州うえだ農業協同組合様……子ども服113点、帽子2点
- 武石身体障害者福祉協会様……はがき30枚
- (故)山本敬子様……電動ベッド1台
- 労働者協同組合上田様……じゃがいも3.12kg、玉ねぎ21.125kg
- 匿名……タオル71点、手ぬぐい9点
- 伊澤英男様……20,000円（指定寄附／丸子地域へ）

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。	8月26日(水)、9月2日(水)、9月12日(土) 9月16日(水)、9月30日(水) 10時～15時 10月10日(土)、10月14日(水) ※受付 14時30分まで 8月22日(土)、9月26日(土) 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	9月19日(土)、10月17日(土) 10時～12時 10月16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。）