

さくほ 社協だより



第40号

発行：社会福祉法人 佐久穂町社会福祉協議会 ☎0267-86-4273 印刷：有限会社北条印刷



目次

| | |
|--------------------------|---|
| 理事・評議員の改選、 心あたたまるご芳志等 | 2 |
| ワークライフバランス講座のご紹介 | 3 |
| ボランティア講座のご紹介 | 4 |
| 赤い羽根共同募金 | 5 |
| 地域の活動紹介 | 6 |
| デイサービスの活動紹介(よりあい亭) | 7 |
| 居宅介護支援事業所の活動紹介 | 8 |

住んでよかった町
安心して暮らせるまちに！
共に支え合いの
地域づくり

心あたたまるご芳志ありがとうございます

社会福祉活動のため、貴重なご寄付を頂きました。
心から感謝申し上げます。

- 佐久地域保健福祉大学同窓会佐久町支部 様
..... 5,000 円
- 浅陽会八千穂支部 様 9,453 円
- 水源地の生活と環境を考える会 様
..... トイレットペーパー 100 ロール
- その他の方 から お米・下着 等
- 佐口後継者の会 様 5,192 円

お寄せいただきました寄付は、社会福祉協議会が行う事業を通して地域福祉の向上に活用させていただきます。

理事・評議員の改選

社会福祉協議会役員の改選についてご報告します。
改選年度による交代、及び選出母体の役員交代による改選です。()内は旧役員指名です。

理事

渡辺 永
(佐藤 ひろみ)

大工原 和則
(有井 幸源)

評議員

高見澤 敏幸 八巻 好美
(佐々木 信幸) (篠原 初男)

中島 弘美 市川 典子
(沖津 秀美) (退任)

井出 伸也 山浦 知子
(篠原 充彰) (加藤 和美)

令和7年度 社会福祉功労表彰受賞者

佐久穂町社会福祉協議会では、社会福祉の深いご理解と発展に貢献された「社会福祉功労者」と在宅福祉の向上に努められた功績が認められた「長期療養介護功労者」を表彰しています。長年にわたるご尽力に心から感謝を申し上げ、今後ますますご健勝でご活躍されますことをご祈念申し上げます。

社会福祉功労者

- 木内 昭雄 様 (三本木)
- 有井 幸源 様 (柳町)

長期療養介護功労者

- 佐藤 伸一 様 (高岩)



令和7年度 災害義援金・海外救援金の報告

- 令和6年9月能登半島
大雨災害義援金 5,712円
- ウクライナ人道危機救援金 5,100円
- 令和7年大船渡市
赤崎町林野火災義援金 110円
- 令和7年ミャンマー地震救援金 10円

日本赤十字社長野県支部に送金しました。
さまざまな災害に義援金をお寄せいただき、
ありがとうございました。

備品貸し出します！

佐久穂町社会福祉協議会ふれあい支所では、イベントなどに使用される備品を無料で貸出させていただいております。
ご希望の方は、佐久穂町社協ふれあい支所
(TEL 86-4273) までお問い合わせください。



令和7年度 募集活動報告

社協会費一般会費

2,721 件 2,745,750 円

※特別会費の報告は、
さくほ社協だより第41号で記載します。

日赤活動資金

2,690 件 1,399,250 円

赤い羽根共同募金

2,623 件 2,709,116 円

ご支援・ご協力ありがとうございました。

社協の働き方総合事業

今回のテーマは

『ワークライフバランス』



講師

日本マネジメント協会
中村 英泰 氏



Q 「充実した人生とは？」
一文字で表すとしたら何と表しますか?のお題

社会福祉協議会では、職場環境の改善や事業の生産性向上等を目的として、会社生活と私生活の両方が充実できるよう、調和が取れる会社を目指しています。総合的な働き方の一環として、毎年、研修会や勉強会などを行っています。

令和7年度は、1月20日に「ワーク・ライフ・バランス」をテーマに、講師の中村英泰先生に研修を行っていただきました。

日頃は、違う部署で働いている職員も部署間の垣根を越えて、グループワークで忌憚のない意見を交換しておりました。



グループワークでの様子。時に「真剣」に、時に「笑い」あり。難しいことはみんなで考えよう！

ボランティア講座のご紹介

移動・外出支援について ～第3回 生活の“あし”を考えるミーティング～

昨春に続き、「第3回生活の“あし”を考えるミーティング」を開催し、18名の支援者にご参加いただきました。講師に「全国移動サービスネットワーク」の石山先生をお招きしての他町村の支援事例を紹介。グループワークでは「団体を立ち上げるとしたら、どんなルールで活動したい？」などをテーマに、ユニークなアイデアが飛び交いました。



イベントに合わせて
定期便を出したらどうかな？



都合にもよるけど
土日にも運行したいね

高齢者だけでなく
子どもも乗れる
仕組みがあると良いね



ボランティア募集中！

佐久穂町社協ではボランティアと一緒に移動・外出支援の仕組みづくりを行っています。ご興味のある方は、「ボランティアまちづくりセンター 生活のあし係」(TEL: 86-4273) までご連絡ください。

傾聴の輪を広げて ～傾聴ボランティア養成講座～

昨秋、「傾聴ボランティア養成講座」を開催し、町内外から約10名の方にご参加いただきました。講師に長野県傾聴ボランティア連絡協議会の弓削先生をお迎えし、傾聴の考え方からコツ、体験談など約5時間にわたる充実した講座を実施しました。

大切なのは
“自分の気持ち”ではなく、
“相手の気持ち”だということ
を学びました

傾聴とは

相手の話に注意深く耳を傾けて、共感をもって、否定せずに受け止めるコミュニケーション技術のこと。日常生活でも使える万能ツールでもあります！

傾聴を通して、
自分自身の学びも
多くあると感じました

傾聴で大切なこと

POINT
話してくれる
相手が主人公
話す割合は、
話し手7割：聴き手3割

POINT
情緒的一体感
相手の気持ちを汲み
取るうとすることを
意識する

POINT
相手の気持ちに
共感する

POINT
相手の話を
受容する

POINT
相手のペースに
合わせる

傾聴ボランティアメンバー募集中！



佐久穂町には約11年活動が続いている傾聴ボランティアの皆さんがいます。経験豊富なメンバーがサポートしますので初心者の方も安心してご参加いただけます。詳細は佐久穂町社協地域福祉課 (TEL: 86-4273) までお問い合わせください。



じぶんの町をよくするしくみ

～共同募金運動にご協力いただきありがとうございます～

令和7年度は、2,623件 2,709,116円（2026年2月時点）のご協力をいただいております

10月1日より、戸別募金や職域募金を中心に「赤い羽根共同募金」へのご協力を賜り、誠にありがとうございます。皆さまからお寄せいただいた寄付金は、佐久穂町を良くする活動として、下記事業等に大切に使用させていただきます。

佐久穂町内での活用

① 小学校の 支部児童会への助成

活動費の一部を助成
※地区1,000円+500円×人数分



② 佐久穂中学校の 福祉教育費用

佐久穂中学9年生を対象に
高齢者疑似体験を実施



③ 社協主催の カフェ事業運営費

「こまどりカフェ」
「ほっとカフェ」
「おとこのカフェ」を運営



④ 福祉団体 活動の助成

身体障がい者福祉協会、
手をつなぐ育成会、
遺族会の活動資金を助成



⑤ サロン・健康教室への助成

参加者1人あたり200円の助成

⑥ シニアクラブへの助成

共同募金募集活動をしていた
いたシニアクラブへ助成

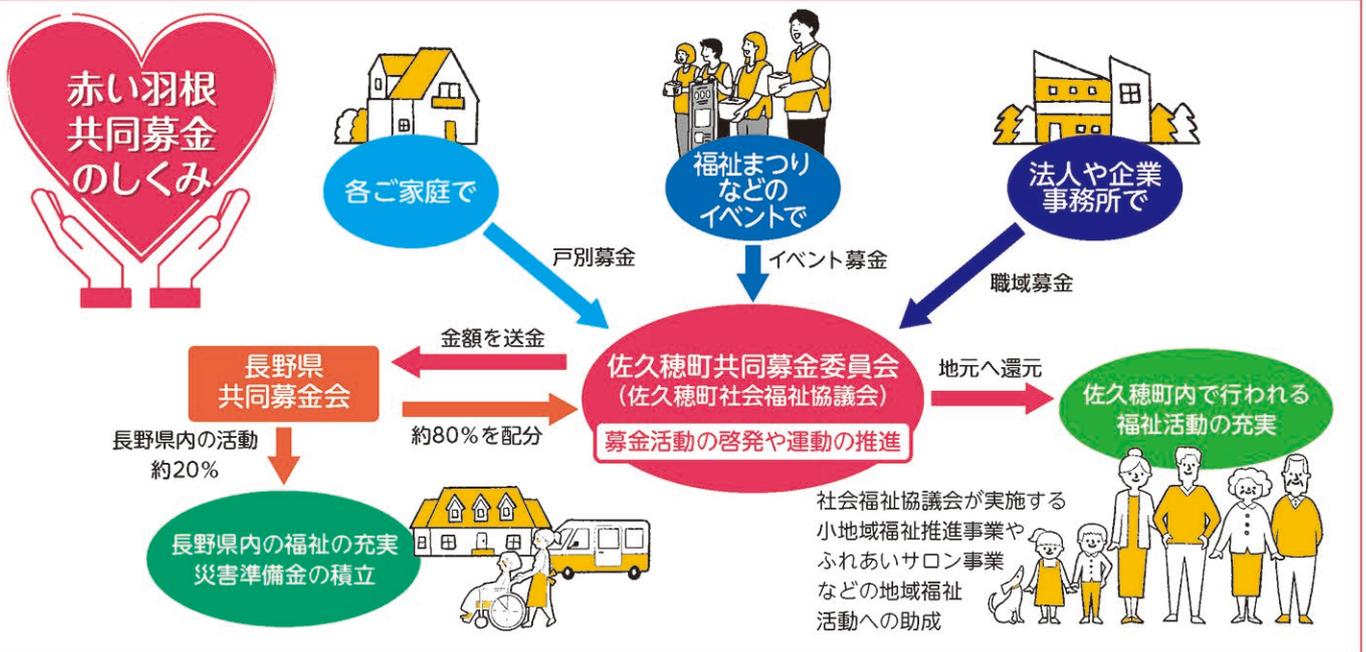
⑦ 生活困窮者支援活動

生活困窮者支援用の備蓄品購入

⑧ ボランティア団体への配分金助成事業 佐久穂町内で活動している団体へ活動資金を助成

助成団体を募集します！

佐久穂町共同募金委員会では、共同募金を活用し、地域住民が主体となっていくボランティア活動を支援しています。令和8年度の助成申請は4月中旬頃から開始予定です。詳細は無線放送や社協ホームページでお知らせしますので、関心のある方はお気軽に共同募金委員会事務局（TEL：86-4273）までご連絡ください。



地域の活動紹介

「おとこのカフェ」の会員募集中!

「おとこのカフェ」は、男性同士でコーヒーやお茶を楽しみながら、気軽におしゃべりできる憩いの場です。地域のことや日々の関心事を語り合う大人世代の方々が集まっており、初めての方でも安心してご参加いただけます。どうぞお気軽にお立ち寄りください。



予約不要で毎月最終水曜日に佐久穂町社協ふれあい支所にて開催中!

ふれあい・いきいきサロンのご紹介

昨年の12月、大門ではミュージックベルのサロンが行われました。講師に、ボランティアの大井富美子さんをお迎えして、地区の皆さんと一緒にいろんな楽曲を奏でました。



シニアクラブ主催 健康麻雀教室

今年度、シニアクラブの新たな取り組みとして「健康麻雀教室」を2回開催し、総勢約60名の方にご参加いただきました。経験者はもちろん、初心者も一から麻雀を学ぶことができ、参加者からは「とても楽しかった!」と大盛況に終わりました。



健康麻雀とは、
☒飲まない ☒吸わない ☒賭けない
を基本とした、
シニア世代に人気の活動。

出前講座も承っております!

「サロンやシニアクラブで健康麻雀をやりたいけれど、教える人がいない…」そんな時は、佐久穂町社協地域福祉課までご依頼ください。

婚活イベント「Dinner Party」を開催しました



佐久穂町結婚相談所主催で、八千穂駅前の「レストランたかとんぼ」にて婚活イベント「Dinner Party」を開催しました。



約15名の方にご参加いただき、クリスマスの雰囲気の中で素敵な出会いの場となりました。

結婚相談所
会員募集

あなたの一歩を
私たちがそっと応援します



←詳細はこちら



宅老所 よりあい亭



お花見
ドライブ



奥村土牛美術館
見学



畑で
野菜作り



美味しくて
温かくて
職員の手作り
お昼とおやつ



よりあい亭では新規のご利用者様をお待ちしております。一緒に楽しく過ごしましょう。

在宅介護者リフレッシュ事業のご紹介

在宅介護者リフレッシュ事業を2回開催しました。

ご自宅で要介護の方や身体障がい者の方を支えている方を対象に、心と身体をリフレッシュしました！

「道の駅八千穂高原」でお買い物＆ソフトクリームを食べました。

余地の「やすらぎの里」を見学した後、「いろは」でゆっくりお食事会をして日頃の疲れを癒しました。

道の駅でお買い物＆「いろは」でお食事会



「初参加でしたが、たくさんおしゃべりできてとても楽しかった！」



秋の味覚を楽しむ「おやき・豚汁作り」



「同じ介護者どうし、悩み相談ができてよかった」



かぼちゃ・なす・野沢菜の3種類のおやきを手作り。粉をこねて生地を作り、具材を包んで蒸したあと、こんがり焼いて完成。豚汁も一緒に調理し、出来上がった料理をみんなで美味しくいただきました。

介護についてお困りのこと
私たちが一緒に考えます！



ケアマネジャーは、ご利用者の持てる力を活用し、状況に応じて必要なケアが受けられるようにコーディネートします。いつでもお気軽にお問い合わせください。

佐久穂町社会福祉協議会居宅介護支援事業所
TEL：86-4273 FAX：86-1215

本所・ふれあい支所

TEL 86-4273(代表)・86-1210
FAX 86-1215
〒384-0613
佐久穂町大字高野町351番地

こまどり支所

TEL 88-3545
FAX 88-4113
〒384-0701
佐久穂町大字畑660番地

よりあい亭

TEL 86-5911
FAX 86-5911
〒384-0613
佐久穂町大字高野町1700番地23



Facebookもフォローをお願いします

「さくほ社協だより」は赤い羽根共同募金の配分金で発行されています。