

なんだかあったかーいね このまち

No.133

つちうら 社協 だより

2012.1.17

ふれあいネットワーク



新年のごあいさつ

社会福祉法人 土浦市社会福祉協議会
会長 中川 清



新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、平成24年の初春を健やかに迎えのことに、謹んでお慶びを申し上げます。

昨年中は、社会福祉協議会の様々な事業の推進に、深い御理解と格別の御支援、御協力を賜り、心から感謝申し上げます。

昨年3月の東日本大震災の発生から早10ヶ月が経ちました。

この震災では、大地震とともに大津波、そして原発事故が重なったため、東方地方から関東地方までの太平洋岸で広範囲にわたり甚大な被害が生じました。

被災された方々に心からお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い事態の収束と復興を心から祈念する次第であります。

さて、我が国は、世界中で経験したことのない少子高齢社会を迎えるとともに、介護や医療の問題、増え続ける社会保障費、地域の繋がりや家族の絆の希薄化、子どもの虐待やいじめ問題、さらには、世界経済の悪化に伴い失業者や住まいをなくした人が増加するなど、新たな生活不安も蔓延してきており、福祉を取りまく環境は、深刻な状況にあると言えます。

こうした中で、社会福祉協議会は、地域福祉推進の役割を担う団体として、住み慣れた地域で、安心して自立した生活が送れるよう、社会情勢に即した支援をしていくことが重要となります。

本年も、地域福祉活動の基本理念であります「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」のより一層の推進を図るために、市民の皆様をはじめ、福祉関係者、行政との連携のもと全力を傾注してまいります。

今後とも、皆様方の更なる御支援、御協力をお願い申し上げます、年頭の御挨拶といたします。



ボランティアで

こころわくわく

楽しむボランティアをみんなで探そう！

ボランティアに関するご相談は、土浦市ボランティアセンターへどうぞ



関連記事は5ページに掲載しています。

内 容

- 地域包括支援センター業務案内
- 民生委員児童委員の活動について
- はじめてのゲートボール教室受講者募集
- 老人福祉センター「湖畔荘」・「うらら」の紹介
- 新治総合福祉センターの紹介
- ボランティアセンターからのお知らせ
- ボランティアサークルだより
- 高齢者・シニア世代のための健康づくり事業報告
- 高齢者クラブからのお知らせ
- ひとり親家庭新入学児童お祝いの集い
- 心配ごと相談〈出張相談会〉案内
- 登録ヘルパー募集
- まごころコーナー

地域包括支援センター

何でもご相談ください!

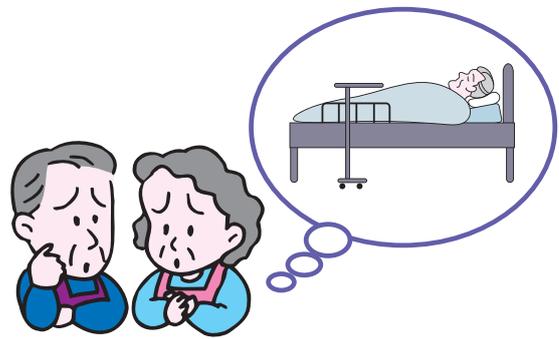
「地域包括支援センター」は高齢者のみなさんが住み慣れたまちで安心して暮らしていけるように、介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から高齢者やその家族を支えています。困ったことなど、何でも気軽にご相談ください!

〈総合相談支援業務〉



近所のひとり暮らしの高齢者が最近閉じこもりぎみで心配です

〈包括的・継続的ケアマネジメント業務〉



介護保険を利用したいのですがどうしたらよいでしょうか?

〈介護予防ケアマネジメント業務〉



最近、足腰が弱ってきたみたい…。予防する方法はありますか?

〈権利擁護業務〉



認知症の高齢者が近所をウロウロしている。同居家族もいないし大丈夫かな?

■問合せ先

地 区	名 称	電話番号	住 所
1中地区・2中地区 5中地区・都和中地区・ 新治中地区	土浦市社会福祉協議会 地域包括支援センターうらら	824-0332	大和町9-2 ウララ2ビル4階
3中地区・4中地区 6中地区	土浦市地域包括支援センター	826-1111 (代表)	下高津一丁目20-35 (市役所本庁舎内)

◎上記の地域包括支援センターのほか、お近くの在宅介護支援センターでも相談をお受けします。

民生委員・児童委員の活動

—地域の身近な相談相手—

民生委員・児童委員は、地域住民の福祉向上のために、民生委員法に基づいて厚生労働大臣が委嘱する民間の奉仕者で、児童福祉法による児童委員も兼ねています。

Q 民生委員・児童委員はどんな相談を受けてくれるのですか。

民生委員・児童委員は、高齢者、障害がある人、子育ての心配ごとがある人などの福祉に関する幅広い相談を受けています。相談の内容に応じて、市の福祉事務所や社会福祉協議会などに橋渡しをして、必要とする福祉サービスを受けながら安心して生活できるようにお手伝いしています。



民生委員・児童委員のマーク

Q 主任児童委員はどのような活動をされている方ですか。

民生委員・児童委員の中に、児童福祉に関わる問題を専門的に担当する主任児童委員がおります。主任児童委員は、児童関係機関や学校などとの連絡調整や、他の民生委員・児童委員と連携・協力し、児童の健全な育成を支援しています。

Q 相談内容の秘密は守られるのですか。

民生委員・児童委員は、相談内容の秘密を守ることを法律上義務付けられています。相談内容や秘密が漏れることはありませんので、安心してご相談ください。



Q 自分が住んでいる地区の民生委員・児童委員が分からないのですが。

現在、市内の民生委員・児童委員の定数は239名で、それぞれ担当する地区があります。お住まいの地区を担当する委員が分からない場合は、お問い合わせください。

赤ちゃんおめでとう訪問 (生浦市生後4ヶ月までの全戸訪問事業)

土浦市では、生後4ヶ月までの乳児のいる家庭を訪問し、様々な不安や悩みを聞き、子育て支援に関する情報提供等を行うとともに、母子の心身や養育環境等の把握及び助言を行い、支援が必要な家庭に対し、適切なサービス提供を行っています。

この事業は、市が民生委員・児童委員に委託して行っていますので、地域の民生委員・児童委員が訪問した際には、お気軽にご相談ください。



■問合せ先
土浦市保健福祉部社会福祉課
☎826-1111 内線2308・2430

はじめてのゲートボール教室受講者募集

はじめてゲートボールをはじめる方を熱烈歓迎します。

ゲートボールを楽しみませんか??ゲートボールは、わかりやすくゲーム性も高く、誰でも楽しめるスポーツです。ゲートボールをやってみたい方、どうぞ、お気軽にご参加ください!

- と き 平成24年2月10日(金)から平成24年3月16日(金) 全6回 10:00から12:00
- と ころ 新治総合福祉センター
- 対 象 者 市内に居住するおおむね60歳以上の方
- 定 員 30人(定員を超えた場合は抽選)
- 参 加 料 200円(保険料、教材費等)
- 申 込 方 法 往復はがきで『はじめてのゲートボール教室』受講希望と明記し、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入してお申込ください(連名での申込はできません)。
- 申 込 締 切 平成24年2月1日(水)まで
- 問 合 せ 先 社会福祉協議会 いきがい対策係 ☎821-5995



老人福祉センター「湖畔荘」・「うらら」 趣味・レクリエーション活動を通じて、教養の向上や健康づくりのためのサービスを提供します。

- 開館時間 9:00から16:30
- 施設内容 集会室、教養娯楽室、相談室、訓練コーナー、浴室等
- 健康相談 毎月1回 「湖畔荘」第3金曜日・「うらら」第3木曜日
- 送 迎 10人以上の団体でご利用の場合、行き帰りとも指定の場所まで送迎できます。(要予約)
- 料 金

区 分	利用料金
①市内に居住している60歳以上の方	無料
②市内に居住している中学生以上60歳未満の方	300円
③市外に居住している中学生以上の方	500円
④小学生以下の方(市内・市外)	無料(免除)
⑤10人以上の団体利用(中学生以上60歳未満の方)	個人料金になります



※小学生以下の方が利用するときは、保護者などの同伴をお願いします。

※身体などに障害のある方、また、重い障害がある方に付き添って介護する方のご利用は、利用料が免除となります。

■問合せ先及び休館日等

施設名	所在地	T E L	休館日
湖畔荘	手野町1892-1	828-0881	日曜日・祝日・12月29日から1月3日
うらら	大和町9-2 ウララ2ビル6階	827-0050	月曜日・祝日・12月29日から1月3日

新治総合福祉センター 自然の中で、一日ゆっくり過ごしませんか!!

- 開館時間 9:00から16:30
- 施設内容 研修室、会議室、大広間、図書館、浴室等
- 料 金

●ゆったり館

区 分	利用料金
①市内に居住している60歳以上の方	無料
②市内に居住している中学生以上60歳未満の方	300円
③市外に居住している中学生以上の方	500円
④小学生以下の方(市内・市外)	無料(免除)

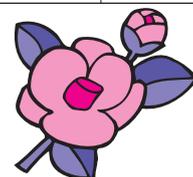
※上記施設以外の施設のご利用は無料です。

■休 館 日 日曜日、祝日、12月29日から1月3日

■問 合 せ 先 新治総合福祉センター 沢辺1423-1 ☎862-3522

●ふれあいホール

時間区分	利用料金
9:00から12:00	1,650円
13:00から16:30	2,100円



ボランティアセンターからのお知らせ

ボランティアのご相談は 土浦市ボランティアセンターへ

ボランティアを「やってみたい方」
「知りたい方」「頼みたい方」は、
センターまでご相談ください!!
まずは、お気軽にご来館ください!



※古切手・使用済プリペイドカードの寄付受付も行ってまいります。

問合せ先

土浦市総合福祉会館 **ウララ2ビル内**
(土浦市大和町9番2号)

029-827-1891 [6階:ボランティアセンター]

029-821-5995 [4階:社会福祉協議会]

受付・相談

	月	火	水	木	金	土	日
ボランティアセンター 受付時間…10:00~16:00	○	○	○	○	○	○	○
社会福祉協議会 受付時間…8:30~17:15	○	○	○	○	○	○	○

※祝日、年末年始はお休みとなります。
※詳しくは、社協ホームページまたはセンター内掲示をご覧ください。
<http://www.doshakyo.or.jp>

各種養成講座を開催していますので、興味のある方は、ぜひお問合せください!

☆養成講座は、

- ・手話奉仕員養成講座 (入門編、基礎編)
- ・要約筆記養成講座
- ・点字点訳ボランティア養成講座
- ・音訳ボランティア養成講座
- ・傾聴ボランティア養成講座
- ・ガイドボランティア養成講座
- ・地域ボランティア養成講座
- ・青少年ワークショップ などを実施しています。

ボランティアセンターは、市民の皆さまのために設置されたものです。いつでも、誰でも、お立ち寄りください。心よりお待ちしております。



ボランティアサークルだより

宅配型食事サービスの現況

よつわの会

都和中地区よつわの会は、平成元年に発足し、今年で23年を迎えます。

当時の会員は30名位、現在は35名で月2回、第2・4水曜日にひとり暮らし高齢者や高齢世帯に対する宅配型食事サービスを行っています。

献立は、お年寄りにあうよう、切り方一つにしても、「もう少し小さく刻んで、もっと薄味で」等々、会員の皆さんの思いやりや優しい気持ちで作られ、最後に「彩りよし、うわー、おいしそう!」等と言いながら配達に行きます。

配達に行った先では、全員と言って良いくらい、玄関先で待っていてくれるのです。こんな時には、最高に喜びを感じる時です。二言三言お話をし、元気なお顔を見て、安心して帰ってきます。

これからも、地域社会づくりに少しでもお役にたてるよう、頑張っていきたいと思っております。

活動日時：毎月第2・4水曜日 9:00から13:30
活動場所：都和中地区公民館

視覚障害者の笑顔と共に36年

土浦朗読の会

昭和48年に発足した私たちの会は、視覚障害者の方々に向けて録音図書製作、市広報と社協だよりの音声訳、声の雑誌リッチボイスの発行など、地道な活動を続けてきました。

活字を声に出して意味通りに伝えることは大変難しく、基礎となる朗読や音訳技術などの学習を月3回定期的に行っています。

現在69名の会員が5グループに分かれ、広報等の音訳作業、視覚障害者との交流事業の計画、地域の福祉活動への参加等を輪番で担当しています。録音図書は個人単位で製作しますが、校正は会で責任を持ち完成させて、県立点字図書館へ納めています。全国へ向け、テープで100巻余りを送付しているリッチボイスは年4回発行で、すでに100号以上を発行しております。号ごとの担当者が企画・取材から始め、録音・編集と製作には約3ヶ月かかります。リスナーの好評を励みに頑張っています。

土浦市ホームページの広報にも協力していますので、ぜひお聞きください。

活動日時：第1金・第4木曜日 10:00から12:00
第3土曜日 13:30から16:30
活動場所：総合福祉会館6階 ボランティア活動室等

高齢者・シニア世代のための健康づくり事業



事業報告



今年もたくさんの方からお申込いただきました。来年もぜひお申込ください！

土浦市高齢者芸能発表会・作品展示即売会（平成23年9月27日）

趣味や特技の発表を通して、高齢者クラブ会員、趣味クラブ・生きがい教室会員、一般高齢者の相互交流を行いながら、技術と生活意欲の向上を目的として芸能発表会・作品展示即売会を開催しました。芸能発表会では、174人の参加者がはつらつと、カラオケ、詩吟、民謡、踊り、ダンスなどの演目を満員の会場で繰り広げました。作品展示即売会では、昆虫の手芸品、編みもの、陶芸の73人の作品の展示と即売を行いました。



土浦市高齢者スポーツ大会（平成23年10月20日）

高齢者クラブ会員を対象に、高齢者のスポーツ大会を開催しました。この大会は、会員相互の親睦を深め、体力の増進を図ることを目的として毎年開催しています。今年は、市内65クラブの高齢者クラブ会員、総勢1,315人が参加しました。満員の会場の中で、参加者は、いきいきと汗を流しながら、はりきって競技に臨みました。



高齢者クラブ連合会だより

健康づくり生きがいづくりや会員相互の交流を目的に、グラウンドゴルフ大会の開催など、スポーツ事業や視察研修、土浦小唄のおどりなどの文化伝承事業等を各地区高齢者クラブで積極的に実施しております。

『ブリザーブド教室』を開催して

三中地区高齢者クラブ女性部 白井 壽子

7月14日三中地区高齢者クラブ女性部の「ブリザーブド教室」が行われました。

参加者21人が、未知の花作りに取り組む姿勢は、美しく魅力的な空気をもし出すのに充分でした。造花のかさついた感触とは異なり、生花のやわらかな手ざわりは、格別なものがあり、その魅力にとりつかれた人もいたようです。

出来上がった作品を見本の隣りに並べて、私の方が上手だわと言いあっている光景は、女性ならではの世界を作り上げていました。

老眼の年代なので、目に負担のかからない教材を捜して、また何かに挑戦していきたいと思いました。

全員、作品をケースに入れて、大事そうに持ち帰る姿に、この行事の成功を確信いたしました。



健康スポーツ吹矢教室 (平成23年7月27日から10月7日)

高齢者を対象に、スポーツ吹矢の腹式・胸式呼吸による健康的効果を得ながら、仲間づくりの推進を図りました。受講生は、呼吸法の訓練や基本動作を通して、楽しくスポーツ吹矢を体験しました。教室終了後、自分の道具を揃え、資格取得を目指して、市内の同好会に入る方もいました。



はじめての野菜づくり教室 (平成23年9月3日から平成24年1月14日)



シニア世代及び高齢者を対象に、農作業と収穫を行いながら、健康づくりと仲間づくりの推進を図りました。ボランティアの協力を得て、受講生がたくさんの大根、白菜、キャベツなどを実らせ、新鮮な野菜を収穫して、実りの秋と食欲の秋を満喫することができました。

この教室を通して学んだのは、土作りの大切さと何かを協力して行うことの大切さだったのではないのでしょうか。



ミニテニス教室 (平成23年9月1日から10月6日)



ミニテニスは、バドミントンと同じ広さのコートと専用のボール・ラケットを使います。シニア世代及び高齢者を対象に、生涯スポーツであるミニテニスを行うことで、運動の健康的効果と仲間づくりの推進を図りました。ボランティアの協力を得て、試合形式の実践を中心に、楽しく汗を流しました。



はじめての健康マージャン教室 (平成23年11月1日から)

はじめてマージャンをする高齢者を対象に、指先と頭脳を駆使しながら、健康マージャンを行うことで、心身の活性化を図りました。受講生は、ボランティアの協力を得ながら、役の作り方から点数の計算まで、実践を通して、楽しく健康マージャンを学ぶことができました。



高齢者クラブ会員募集!!

～あなたの入会をみんなで待っています～

高齢者クラブは、住み慣れた地域で、親しい仲間と共に生きがいのある毎日をすごせるよう、楽しく語らい、健康づくり運動やお互いの助け合い活動、趣味や教養学習活動、旅行あるいは世代間交流活動などを行っている、身近なグループです。

■入会方法 お住まいの地域の単位高齢者クラブに、直接お申込ください。

■問合せ先 事務局 社会福祉協議会 いそがい対策係 ☎821-5995

受賞おめでとうございます!!
(敬称略)

平成23年9月9日に開催された
「第50回茨城県老人クラブ大会」で受賞されました。

茨城県老人クラブ連合会会長表彰

- ★老人クラブ功労者（役員の一部）受賞者
 - ・酒井 寛
(桜町一丁目つつみ会)
 - ・飛澤 甲
(小松第二長寿会)



全国老人クラブ連合会会長表彰

- ★平成23年度活動賞「仲間づくり活動部門」受賞団体
 - ・まりやま新町ひまわり会
- ★平成23年度活動賞「健康づくり活動部門」受賞団体
 - ・並四健康クラブ
- ★平成23年度活動賞「ボランティア活動部門」受賞団体
 - ・桜ヶ丘町高齢者クラブ桜会

善♥意♥銀♥行

平成23年9月1日～12月7日

まごころコーナー

(敬称略)

ご協力ありがとうございました。

〈金 銭〉

・霞ヶ浦駐屯地曹友会	57,881円	・大塚 孝男	3,000円	・六中地区公民館文化祭バザー益金	200,000円
・茨城YMCAチャリティー		・太田 恵一	30,000円	・あゆみの会	3,000円
ゴルフ大会実行委員会	50,000円	・JA土浦女性部 代表 広瀬 好子	91,150円	・ヘルシー料理同好会	3,000円
・コーヒーハウス アモル		・ホワイトバーチカントリークラブ	78,000円	・新治婦人会	30,000円
代表 滝 智一	12,018円	・四中地区市民委員会	11,525円		
・一中地区民生委員児童委員協議会	1,942円	・ながみね陶芸クラブ	1,000円		

〈物 品〉

・塚田陶管株式会社		・三中地区公民館		・浅野 孝平	
・プリマハム株式会社 茨城工場		・土浦協同病院 看護師会		・足立 豊子	
・びいまんの会		・四中地区民生委員児童委員協議会		・福見 利雄	
・茨城県県南生涯学習センター		・中村南三丁目 かけはし会		・角川 清夫	
・水戸信用金庫第六・第七ブロック		・日本道路株式会社茨城アスファルト合材センター		・内野 静子	
・一中地区民生委員児童委員協議会		・柳屋茶舗(有)			
・都和中地区民生委員児童委員協議会		・山崎 きく			

ひとり親家庭新入学児童お祝いの集い

4月から小学校に入学するひとり親家庭のお子さんに、入学祝い品を贈呈し、お祝いの集いを開催します。

- と き 平成24年3月10日(土) 10:00から11:30
- と ころ 総合福祉会館4階(ウララ2ビル4階) 講義講習室
- 対 象 者 平成24年度小学校に入学する市内のひとり親家庭の児童と保護者
- 参 加 費 無料
- 内 容 入学祝い品の贈呈・カエルの人形劇鑑賞
- 申込方法 2月7日(火)までに電話でお申込ください
(親子の名前・住所・電話番号・お子さんの生年月日)
- そ の 他 駐車場は市営駅西駐車場をご利用ください。
(イトーヨーカ堂駐車場は不可)
- 主 催 土浦市社会福祉協議会
土浦市母子寡婦福祉連絡協議会
- 問合せ先 社会福祉協議会 地域福祉係 ☎821-5995



心配ごと相談〈出張相談会〉のご案内

皆様の日常のお困りごとの相談に応じます。

<相談場所・日時>

都 和 公 民 館	平成24年2月21日(火)	13:30から15:30
三中地区公民館	平成24年2月28日(火)	13:30から15:30



お問合せ・お申込みは



土浦市社会福祉協議会

〒300-0036 土浦市大和町9-2
土浦市総合福祉会館内(ウララ2ビル4階)
TEL 029-821-5995(代) FAX 029-824-4118
E-mail info@doshakyo.or.jp
http://www.doshakyo.or.jp

登録ヘルパー募集

ホームヘルパー2級以上の資格を有し、かつ普通自動車免許をお持ちの方で、マイカーによるヘルパー活動のできる方を募集します。

●問合せ先
社会福祉協議会 訪問介護係(☎824-9444)

