

つなぐくん こころちゃん



(版画、題字 角田 正雄書 春木町)



わあ〜！  
ハチがいっぱい！！



- P2~P3 ・サマーチャレンジボランティア
- P3 ・こどもたちの夏休み企画
- P4 ・小中ポラ パン作り&交流会  
・まいさぼ須坂 事業紹介
- P5 ・モニター情報 境沢町カレー会  
・ポールウォーキング参加者募集
- P6 ・すざかde恋活vol.1 ファイナリー  
・医療行為の同意と身元保証人を学ぶ
- P7 ・子ども服リユース  
・ピアハウス交流会  
・社協情報掲示板
- P8 ・ふれあい広場

8月8日は、何の日でしょう？  
 はーい！ハチ、蜂、はちの日ー！  
 鈴木養蜂場様とコラボし、こどもたちの夏休み企画『みつばちの巣箱見学とみつろうを使ったキャンドルづくり』を開催しました！  
 大量のみつばちを間近で見たり、採れたての「生はちみつ」をペロツとなめる体験、みつろうキャンドルをつくる体験、なかなかない機会ですよ！  
 みんなにとって、夏休みの心に残る、アツいひとときになったかな？

※みつろうとは…  
 働きバチが自分たちの巣を作るために分泌したロウが、いわゆるみつろうと呼ばれるものです。

[P3:はちみつイベント  
 当日の様子♡]

2024 9



社協は社会福祉法第109条に規定された地域福祉を推進する団体です。  
 社協が実施する様々な福祉事業は、皆さまからの社協会費と共同募金が主な財源です。

再生紙を利用しています。



# 『サマーチャレンジボランティア2024』体験記



学生・社会人44名が福祉施設・子ども関係施設・ボランティア団体など多くの活動先でボランティア活動をしました。将来へつながる貴重な体験ができました。

体験者にこんなこと聞いてみました！

- ①活動先 ②活動の中で印象に残ったこと ③活動して学んだこと ④活動を終えて感想

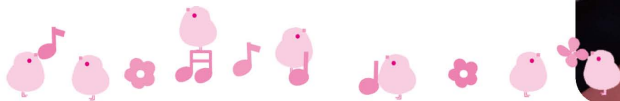
## ①須坂市子育て支援センター

②幼児の子と遊んでいる時に、「お姉さんと遊べて楽しかった!!」  
と言ってもらえたことがとても嬉しかったです。

③私は現在、看護学校に通っています。学校で、子どもの成長発達や妊・産・褥婦・新生児の特徴について学び、子育て支援に興味を持ち今回ボランティアに参加しました。2日間の活動を通して、子どもの成長には個人差が大きいことやお母さん達との関わりから乳幼児とのコミュニケーションの取り方や声のかけ方など学ぶことができました。また、子育て支援センターは、子どもや保護者の交流の場となったり、子どもの健やかな育ちにつなげるなど様々な役割を担っていることも学びました。

④私は今まで乳幼児や子育てをする人達が交流する場所に行ったことがなかったため、子育て中の方々とお話をする機会がありませんでした。しかし、今回の活動で育児の楽しさや大変さを学び、この経験をこれからの学習や看護師になった時に活かしていきたいと思いました。

【専門学校2年生】



.....



皆さんの前で初めての朗読！

## ①朗読ボランティア須坂あかりの会

②会員の方々の声が心地良くて、参加者さんと一緒に私も聞き入ってしまいました。結構長い小説を取り上げていらして、1回の読み聞かせて完結するのではなく、次回に楽しみを持てるような方法を取られているのもいいと思いました。

③やってあげるというスタンスではなく、対等な立場で選書したり会話したり出来るのが大切だと思いました。

④長く続けていच्छることに、頭が下がります。今回のような対面朗読だけでなく、大型紙芝居の回も拝見したいと思いました。また、あかりの会の存在を多くの方に知っていただきたいと思いました。【社会人】



①須坂市生涯学習推進課「せせらぎサイエンス」&  
須坂市立博物館「臥竜公園フェスティバル」

- ②ワークショップに来た子どもたちが思ったよりもしっかりしていて、器用だったこと、スタッフの皆さんの知識量の多さ。
- ③自分たちに手伝えることを探してやったけど、この活動を行う上でたくさんの大人の方々が働いていて、何かをやるためには動いてくれている人が沢山いるのだなと思った。
- ④日頃、関わりの少ない自分たちより一回りくらい小さな子たちと話してみても、普段あまり触れられない考え方や、感じ方に触れられていい機会になったし楽しかった。【高校2年生】



【活動内容は色々… 写真で一部ご紹介！】



須坂市立井上保育園



須坂双葉幼稚園

表紙関連記事

# ハチ、蜂、はち、8/8 (ハチ) の日!



「こわい、こわい、こわいー!!」という子もいれば「わあ!!すごい!!ハチだああ!!」という子もいて、子どもたちは本当に表現豊か☆

みつろうキャンドルづくり体験は、みんな真剣そのもので、自分だけのオリジナル作品を作っていました!みんな違ってみんないい!

「みつろうには癒し効果があり、一般的なローソクと違い、燃やした時に黒いススも出ない!」とのこと。

巣箱と一緒にハイチーズ!!!(\*^^\*)



はじめて見る大量のみつばちに、講師 鈴木養蜂場の社長さんと弟さんの分かりやすく、おもしろい説明も加わり、みんなとっても嬉しそう!笑顔と好奇心いっぱいの顔がたくさん見れました!



子どもたちの心に残る、とおきの時間にしてくださった鈴木養蜂場様、貴重な体験をありがとうございました! また次回も開催したいです(^^)!



# パン作り&交流会!

## 小中学生ボランティア体験教室



「上手にできなかつたとき優しくアドバイスしてくれてありがとう!」(参加者)



8/10(土) 参加者13名、高校生、OBスタッフ7名が、須坂技術学園にて「パン作りとフルーツキャップ作業体験」、さくらの杜育豊にて、施設の利用者さんと「音楽交流会」をしました。



果物が傷つかないように保護するフルーツキャップ(緩衝材)の裏返し体験



「一緒に楽器を演奏したり歌をうたったり、音楽でみんなが一つになることを感じました!ありがとう」(参加者)



**仕事のこと**  
 仕事がみつからない・働きたいけど自信がない・なかなか仕事が続かない  
**家計のこと**  
 家賃が払えない・電気かあまりそう・学校のお金が払えない・食べる物が買えない  
**生活のこと**  
 生活リズムがバラバラ・引きこもっている

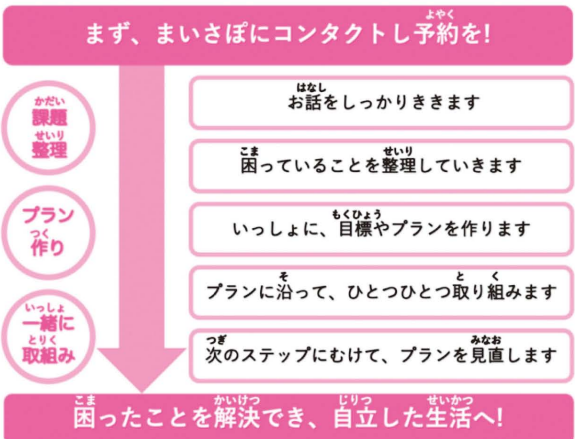
### よくある相談内容

**まいさぼ須坂 事業紹介**  
 須坂市生活就労支援センター  
 本事業は、2015年に施行されました「生活困窮者自立支援法」に基づき、須坂市より受託し本会が実施しております。  
 「まいさぼ」の名称は、「マイサポートプラン」を作って、解決(自立)できるようにサポートする、という意味があり、長野県内共通の造語です。

将来が不安  
 健康のこと  
 病院に行くお金がない・病気で働けない・病気の家族がいて自由がない、などです。

まずは、ご連絡ください。支援員が面談などから、お話をしっかりと聞いて受けとめます。困っていることを一つ一つ整理し問題解決に向けて、一緒に取り組んでいきます。

開所時間は平日午前9時から午後5時まで、相談料は無料です。



より詳しい内容は、ホームページをご覧ください



長野県社会福祉協議会



県内まいさぼ情報

2024年8月13日(火)から須坂市社会福祉協議会2階に移転しております。来所の際はお間違いのないようお願いいたします。

住所：須坂市大字須坂476-1  
 電話：026-248-9977





広報  
モニターさん情報！

何かやってみたい♪  
まちに「つながり」を  
境沢まちの『カレー会』

社協広報紙モニターのママさんより情報頂き、早速取材へ☆  
境沢町の母親同士で「公会堂を使って何かできないかな」「集まって何かやれたら楽しいよね♪」と盛り上がったことがきっかけ。「月1で集まってみる？」とライトなノリで始まった初回、想定の数倍の人数に、「カレーが足りない!!」と慌てたことも思い出。



「カレーできたよー」の掛け声で、スプーンと容器を持って並ぶ子どもたちの行列!!  
なんとも可愛い♡

子ども達の食事時間は、20〜30分。その後は、小中高生それぞれおはあちゃん、多世代間でひとすりに遊んでいる。  
春には、小学生だった子が中学生に、中学生が高校生に...、成長を町のみんなで見守れることがすごくおもしろい。町で会えば、「あ、〇君!」なんて掛け合いも増えた気がする。



いただきます!

子どもが野菜を切り、カレー作りを手伝いご飯は自分で盛る



まるで我が家のような公会堂玄関

環境の違う中で頑張っている子ども達、またこの公会堂で集まれるたび、ほっとしている顔がある。  
居場所づくりのため、特別なことはしない。母親たちも無理をしない。だからこそ、シンプルに、『カレーの会』。  
今年1月から始まり、「活動いいね」とお米や野菜を提供してくれる近所の方達にも感謝しながら、試行錯誤中。  
これからも楽しく、世代間を超えた繋がりが生まれる、そんな地域活動の場をみんなで進めていきたい。

## ポールウォーキング体験会開催 スポーツの秋、みんなで楽しく歩きましょう!!

初心者の方も大歓迎！全日本ノルディック・ウォーク連盟の指導員が丁寧に教えます。

と き：2024.10.18(金) 参加無料 締め切り10/11 (金)

集合場所：南部地域公民館

定 員：第1部 10時～12時頃まで 10名

第2部 13時30分～15時30分頃まで 10名

イベント内容：・ポールの使い方講習 ・臥竜公園内ウォーキング2 km程度

持 ち 物：飲み物、タオル

服 装：ウォーキングができる服装（例：運動靴・スポーツウェア等）

申込方法：先着順 026-214-2994までお電話でお申込みください。

主 催：助け合い推進会議

協 力：株式会社大木・ウエルシア薬局株式会社

※ポールは無料で貸し出します。



ポールウォーキングは肩こりの解消やひざ・腰の負担軽減などに効果があります。



すざかde恋活 するしない? Vol.1

# ワイナリーのお仕事体験!

ワインぶどうの収穫やTJK体験をしながら交流を深めましょう

2024年

10月12日(土)

10:00~18:00

男女各12名の募集

申込締め切り: 9月29日(日)

対象者: 25歳~39歳の結婚を考えている独身の方

※先着順ではありません。申込多数の場合は抽選になります。

※イベント内では、アルコールの提供はありません。

当日は  
これで安心!

男性向け事前セミナー

~婚活ゼミ~選ばれる自分になる!~

参加費  
無料

日時

2024年10月3日(木)

19:30~21:00 受付開始 19:00

場所

「bota(ぼーた)」@須坂市子育て就労総合支援センター

講師: 婚活deハケ岳  
推進委員会

数々のカップルを成婚に導いてきた婚活deハケ岳推進委員会が、  
婚活イベントで「選ばれる」ための秘訣を伝授します。

<http://konkatsu8.com>

※抽選の場合、セミナー参加者は優先的にイベントに参加できます。

参加  
申込

QRコード または、お電話 (026-214-2994、  
平日8:30~17:15) でお申し込みください。



参加費: 4,000円

・ 葡萄いなりーのワイン (ハーフボトル) のお土産付き



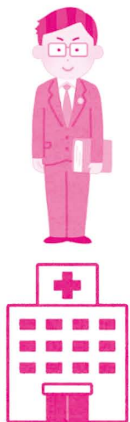
## 研修会参加者募集

~医療機関と福祉施設における~

# 医療行為の同意と身元保証人等を学ぶ



「医療行為の同意って聞いたことあるけどどんなこと?」「身元保証人ってどんなことするの?」「もし身元保証人等がない時ってどうすればいいの?」そんな不安や疑問はありませんか? 安心して自分らしく暮らすためみんなで学んで、今からできることを考えてみませんか?



●日時: 10月8日(火) 午前10時00分~正午

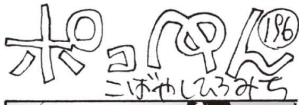
●会場: 須坂市生涯学習センター 3階ホール (旧中央公民館)

●講師: りんご法律事務所 弁護士 秋山英範氏

●対象: どなたでも無料

●申込: 9月27日(金) までに須高地域成年後見支援センター  
電話026-214-1027又メールkouken@suzaka-shakyo.jp





食の自立支援事業

配食サービス

## お弁当配達員さん募集

■業務内容

専用車両(軽自動車)で、市内ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみ世帯へお弁当の配達。配達の際にお声がけ(安否確認)をしていただきます。

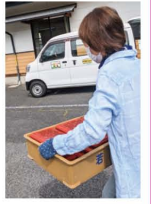
■時給 1,030円 ※土日割増有

■勤務時間

① 9:50~12:00

② 15:00~17:30

(詳細はご相談ください)



## 子ども服リユース

思いが詰まった品が  
次の誰かの笑顔へ



### 【次回開催】

9月12日(木)・24日(火)

10月10日(木)・22日(火)

10:00~14:00 社協2階  
※予約制 TEL:026-214-2994

## おゆずりください

わが家の「使わなくなったモノ」は  
誰かの「ほしいモノ」かも…

- ・チャイルドシート
- ・ベビーカー
- ・自転車、折り畳みジム
- ・ハイローチェア など

「須坂市社会福祉協議会」で検索！  
お友達登録して  
譲っていただけるモノの  
写真をお送りください◎



社協ホームページ  
もご覧ください！

## にこにこ(〜)/サロンのお知らせ

9月24日(火)

キラキラぱ〜くの皆様

パネルシアター&  
みんなで楽しく歌いましょう！！

13:30~15:00

場 所：須坂市福祉ボランティアセンター(社協隣)  
参加費：100円 主催：ザ フラワーズ

交流会

## みんなも家族も 憩う会 スクエア ポツチャ



参加  
無料

日 時：10月3日(木)  
10:00~11:00

場 所：須坂市民体育館  
持ち物：上履き、動きやすい服装、タオル  
対 象：障がいのある方、ご家族のみならず、  
地域のみなさま

申込方法：地域活動支援センター ピアハウス  
TEL 026-248-0180

飛び入り参加も大丈夫！地域の皆さんも気楽に参加を♪

予約制  
秘密厳守

まいさぼ須坂

電話：026-248-9977

日常生活の悩み・法律に関する心配ごと無料相談

### ①生活の自立を目指す方のための就労相談など

相談会場	相談日	相談時間
まいさぼ須坂 (8/13~須坂市社協内)	月曜日~金曜日	午前9時~午後5時

### ②弁護士による法律に関する相談(完全予約制)

相談会場	相談日	相談時間
須坂市生涯学習センター (旧須坂市中央公民館)	12日(木)・26日(木)	午後1時~4時 お一人20分以内

あたたかなご厚志に  
感謝いたします。

○須坂商工会議所女性会様

○信州須坂観光協会様 食品多数

○匿名様 食品多数

○匿名様 食品多数

○匿名様 りんご多数

…7月15日~8月14日受付分です…



第40回

ゆるキャラも  
来るよ!



# ふれあい広場

2024

# 10/5

入場無料

10:00~15:30

土

メセナホール  
(雨天決行)

～つながろう!つなげよう!ふれあいの輪～

## 無料配布

にらせんべい  
11:30～

災害用非常食  
①11:00～  
②12:00～

福祉施設・ボランティア団体の

## 販売

野菜・果物、パン、和菓子、  
焼き菓子(クッキー・ラスク)、  
焼きそば、果実飴、  
手作り豆腐、原宿綿あめ、  
コーヒー、バザー、革製品、  
絵本とかるた、などなど

## 体験

クラフト体験、  
マジック体験、  
かるたとり、  
骨密度測定、  
イス作り、マット作り  
などなど

## スザカ S級グルメ

- 焼肉居酒屋みのり
- キッチンZ
- ウェイウェイ餃子
- アイシング工房 LEAP
- 麵彌まめ虎

## シャトル便運行表

須坂駅発	メセナ発
9:30	12:30
9:50	12:50
10:10	13:10
10:30	13:30
10:50	15:40
11:10	
12:40	
13:00	
13:20	
13:40	



## パトカー・白バイと 写真を撮ろう!



## サポカー体験



衝突被害軽減ブレーキ体験

いろいろな車いす  
展示してます  
TVやSNSで話題の  
「足でこげる車いす」  
体験できます!



## ふれあい広場記念講演会

辻井いつ子氏 (ピアニスト辻井伸行さんの母)  
『明るく・楽しく・あきらめない生き方』

日時 10月5日(土) 13:30～15:00  
会場 メセナホール大ホール  
チケット 大人500円 高校生以下100円  
問合せ 須坂市社協 026-214-2994  
※詳細は、社協広報紙8月号をご覧ください。

## 何かもらえる!

当日、引換券(1軒1枚、複数券ご持参は不可)をお持ちの方先着70名様に地元お餅屋さん「コモリ餅店」の品プレゼント!

## 『ふれあい広場』 引換券

10/5(土) 11:15  
この引換券をお持ちの方に  
和菓子プレゼント!(先着70名様)

