

おおまち

ボランティアニュース

発行 大町市社会福祉協議会内
大町市ボランティアセンター
長野県大町市大町 1129
(東町 総合福祉センター内)
TEL (0261) 22-1501
FAX (0261) 22-7071
URL <http://www.omachishakyo.org/>

今年もやります
セカンドライフをより良く過ごすために...

知って得する社協の講座

豊かで自分らしい生活を送るために役立つ講座です。皆さん受講してみませんか。

会場 市総合福祉センター 2階大会議室
時間 午後2時～4時
参加費 無料
定員 30人・定員になり次第締め切ります。
第3回と4回目は20人
期日と内容

第2回 1月14日(木)

「遺言と民法改正等について」

・相続手続き支援センター 清水あゆ子さん
相続や遺言について、最新情報を学び知識を深めましょう。

第3回 2月25日(木)

「スマートフォンで災害に備えよう」

・NTTドコモの皆さん
スマホの基本的な操作方法や災害時の上手な活用方法を学びましょう。

第4回 3月10日(水)

「やってみよう！」

花咲く書道で新たな自分を発見！」

・花咲く書道認定講師 金木千絵さん・佐藤弘子さん
言葉と花の絵などを織りまぜた花咲く書道にチャレンジしましょう。

第5回 3月24日(水)

「振り返ってみよう。我が家の家計」(仮)

・長野県諏訪生活就業支援センター
家計改善支援員 赤羽敬司さん
これからの生活設計と一緒に考えてみましょう。

申し込み 電話で大町市社協まで TEL 22-1501
住所、名前、連絡先をお知らせください。

参加の際にはマスクの着用や手指消毒など感染予防対策をお願いします。

当日、体調の優れない方は参加をご遠慮ください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によって内容等変更になることもあります。ご了承ください。



締め切りは、令和3年1月12日(火)です。
応募いただいた方に、参加賞を進呈します。

お互いさまのまちづくり

大町市社会福祉大会

…災害時に備えて…

テーマ「想像力と創造力」

誰もが安心して住み慣れた地域で生活していくために、市内でも支え合いや助け合いの活動の広がりがみられます。地域の良さをいかしながら私たちの地域を更に住みよくするために…今年に入ってから新型コロナウイルス感染症の流行により、被災地支援の方法や避難所の運営方法に変化が出てきています。今私たちの地域で災害が起きたらどういう状況になるのかを「想像」し、そのために必要な地域の仕組みを「創造」していくことを目的に開催します。



昨年度の社会福祉大会 2.2.1

日時 令和3年2月6日(土)
午後1時30分～3時35分
受付12時30分
会場 文化会館大ホール
内容
表彰
・社会福祉功労者表彰
・福祉啓発標語入選者表彰
講演
「コロナ禍における避難所の運営」(仮)
講師 石井布紀子さん
参加費 無料
申し込み
1月29日(金)までに、大町市社協へ
TEL 22-1501
※今回は、コロナ感染症対策のため文化会館を会場に計画しています。マスクの着用、消毒を徹底し、体調の優れない方の参加はご遠慮ください。



募集期間延長 福祉啓発標語

福祉啓発標語の募集期間を延長します。福祉に関することを標語にしてご応募ください。

講師紹介
石井布紀子さん
特定非営利活動法人さくらネット
代表理事
阪神・淡路大震災での被災体験をきっかけに災害支援に関わる。研修講師や兵庫県、内閣府等の各種委員・アドバイザーを経て、現在地域福祉の視点を立つ防災・減災の取り組みを推進。災害ボランティア活動支援プロジェクト会議や、防災未来賞ぼうさい甲子園の事務局を担う。長野県社会福祉協議会の防災福祉アドバイザー。

楽しくレクを学ばませんか

ミニレク講座

少人数で行うレクリエーション講座です。ゲームを体験しながら、アレンジ方法等に参加者みなで考えながら進めます。地域で交流会を行っている方やレクに興味のある方、ご参加ください。

日時 2月26日(金)、3月26日(金)

両日とも、午前10時～12時

会場 市総合福祉センター 2階大会議室

講師 種山正子さん

(日本レクリエーション協会認定インストラクター)

定員 15人 定員になり次第締め切ります。

※2回続けて参加できる方

※前回参加された方は、ご遠慮ください。

参加費 無料

持ち物等 筆記具、飲み物、動きやすい服装

申し込み 社協まで TEL有線 22-1501

FAX 22-7071

回収します

2021年カレンダー

自宅や会社などで使用しない2021年のカレンダーを集めています。どんなものでもOK! 集めたカレンダーは、必要としている方にお渡しします。

ご協力いただける方は、市総合福祉センター内(東町)社協ボランティアセンターまでお願いいたします。

ひとり暮らし

応援ボラ募集

重度の障がいがある方が、「一度でいいから、ひとり暮らしの経験がしたい」と、大町市での生活を希望されています。そこで、食事のセッティングや時間を決めての見守りのお手伝いをしていただける応援ボラを募集します。

問い合わせ・申し込みは、大町市社協まで

TEL有線 22-1501

手仕事ボラ募集

ボランティアニュース199号で「応援グッズ作り」=古布やタオル回収のお願いをしたところ、多数の使用済タオルやバスタオル・綿の布を寄付していただきました。そのタオルを雑巾や足ふきマットに縫っていただける方、また綿の布を切、くださるボランティアを募集します。

連絡先: 大町市ボランティアセンター(社協内)

TEL有線 22-1501

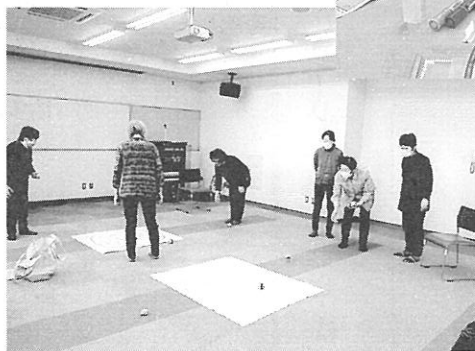
遊び方体験

ミニレク講座

レクリエーションは、介護予防やコミュニケーションをとるきっかけになっています。今回は、ゲームの組み立て方やアレンジ力をつけるために少人数での「ミニレク講座」を開催しました。参加者は、地域で活動されている方や福祉施設に勤務されている方などさまざま。講座は、8月7日(金)・10月2日(金)・12月4日(金)の3回で行い、テーマは「遊び方を体験しよう」で、昔のゲームなどを体験した後アレンジの方法を教えるという学びました。3回の講座を通して、「みんなどんなふうにならなくていいかな?」「手近な物で作れないかな?」「みんなで作って遊ぶのもいいね!」皆さん「チャレンジ」という



ゲームを体験して...



子ども服の仕分け作業

老連女性部
ボランティア

12月7日(月)大町市老人クラブ女性部の18人が、社協にボランティアに来ていただきました。作業は、グループに分かれ、寄付された着物10枚をほどこたり、コアラのぽけににいたいた冬用子ども服を、サイズ別に仕分けしていただきました。2時間ほどでしたが皆さん手際よく作業していただき、予定していたものをきれいに片付けていただきました。

コロナ禍で安全に活動するために

通いの場を開催するためと参加するための留意点がわかりやすく書かれています。留意点を確認して活動しましょう。

リーダー向けと参加者向けのチラシが、厚生労働省のホームページに掲載されています。社協にもチラシがありますので、ご活用ください。

厚生労働省 新型コロナウイルス感染症に気を付けて

通いの場を開催するための留意点

開催の可否や実施方法については、地域における新型コロナウイルス感染症の流行状況を踏まえ、市町村の保健所や感染症に関する専門機関と相談しながら判断しましょう。

通いの場を開催するため、「3つの密(密閉、密集、密着)」を避ける、「人と人の距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」が大切です。

～感染拡大を防ぐためのポイント～

- 自分自身の健康管理にも十分配慮するようにしましょう
- 参加者の体温や体調の確認を行い、参加者名簿を作成し、記録するようにしましょう。発熱などが認められる場合には、参加を中止しましょう
- 参加者には、「毎日体温を計測する」「症状がなくてもマスクを着用する」「水と石けんで丁寧な手洗いをする」ように呼びかけましょう
- 市町村の担当者と連携し、参加しなくなった方の把握や参加の呼びかけを行うことも大切です

開催中は

- 多数の人が触れる手すり、ドアノブ、テーブル、椅子などは、適宜、塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム0.05%)やアルコールなどで消毒を行いましょう
- 公民館など室内で開催の場合は、1時間に2回以上の換気を行いましょう
- 参加者同士の間隔は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けるようにしましょう
- 会話をしている際は、正面に立たないように、注意を促しましょう
- 文字(紙)や録音、マイクなどを活用するなど、大きな声を出す機会を少なくするように工夫しましょう

～体操など身体を動かす活動をする場合～

- マスクを着けて運動をする場合は、身体への負担が大きくなりやすいため、無理のないよう負荷を下げたり、休憩を取るなどの配慮をしましょう。注:公園など屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合は、マスクをはずしましょう
- 熱中症予防のため、こまめな水分補給や室温調節などを行うよう気を付けましょう

～飲食を伴う活動をする場合～

- 座席の配置は、横並びで居るなどの工夫を行い、距離をとるように調整しましょう
- 会食等では、料理は個別に配膳し、茶碗は個別包装されたものを用意しましょう
- 食器やコップ、箸などは、使い捨てにし、洗剤でしっかりと洗いましょう

自分でもできる食生活の改善には、食生活アドバイザーの資格が有効です

厚労省 高齢者 介護