



大町市キャラクター
おおまぢよん

／ お互いさまのまちづくり

第199号
平成31年4月1日

社協 おおまぢ



地域のつながり —野口花見地区お料理教室—

※詳細は2ページをご覧ください。



いちご大福の皮を粘り強く練ってます！

主な
内容

- ◆野口花見集いの場紹介……………2ページ
- ◆みんなで歌おう！……………3ページ
- ◆ボランティアリーダー研修会……………4ページ
- ◆赤い羽根共同募金事業紹介……………5ページ
- ◆社協法人会員募集……………6ページ
- ◆社協一般会費募集・社協相談事業……………7ページ
- ◆お知らせ……………8ページ

集いの場発見！！

野口花見地区隣組のお料理教室におじゃましました

平野口花見基幹センターで、隣組の皆さんが初の「お料理教室」を開催しました。地域の住民が気軽に集い交流を深める会におじゃましました。基幹センターの庭には子どもたちが自由に遊べる“わんぱく広場”ができていましたので、代表にお話をうかがいました。

みんなで“いちご大福”を作ろう！

地元にあるCafe猫の耳の山本さんを講師に、子どもでも作れる“いちご大福”と、ごはんのおかずにも喜ばれる“大根の豚肉巻”“しらすとレタスのサラダ”をみんなで和気あいあいと作って試食しました。



はなみフラワーズの活動

地域の有志で“はなみフラワーズ”という会を作り、市の「人が輝くまちづくり事業」の助成を受け、活発に地域活動をしています。H29年の春には、皆で手作りの『あづまや』を組み立てました。

毎月第2日曜日には、草刈や施設整備をしたあと、反省会を開き、次の活動を決めています。活動の内容も年々充実しています。

「わんぱく広場」に来てね

「たくさん子どもたちに遊んでもらいたい。」そんな思いで毎月施設整備に汗を流しています。おでかけください。



“みんなが穏やかに、笑顔で安心して楽しく生活できる地域づくり”を目標に頑張っています。

春だからみんなで歌おう♪

～歌声の集いのご紹介～

童謡唱歌をうたう会



いつ 第1・第3金曜日 10:00～11:30
どこ 大町公民館分室
だれ 講師：中島先生 代表：西澤さん
 「いつでも見学に来てください。」
参加費 年会費を多少集めます。

参加者のコメント

- 10年位通っています。声を出すことが若さと元気の秘訣です。(89歳女性)
- 声は出さないと出なくなってしまう。体を動かして、声を出して元気に年を重ねたいと思います。(83歳女性)
- ほとんど家で過ごしているのでみなさんと一緒に歌わせてもらえてうれしい。(81歳女性)

早春賦うたごえ広場



いつ 月1回 日曜日10:00～12:00
どこ 大町公民館分室
だれ 北澤さん ☎22-6175
参加費 1回100円

参加者のコメント

- 歌うことで脳が活性化します。
- 歌には「若返り効果」があるかも？



歌ごえ健茶会



いつ 毎週月曜日 13:30～14:30
どこ 大町市総合福祉センター
だれ 健學塾 塚田さん ☎85-8010
参加費 1回700円

歌集から一人ずつ順番にリクエストして、みんなで歌って行きます。

参加者のコメント

- 半分以上が80代だと今日知りました。
- みんなと会っておしゃべりも楽しいです。
- 男性も大歓迎です。歌うとスカッとしますよ。

スナック梅よし



いつ 11:00～16:00 (月曜日定休)
どこ 日ノ出町 梅よし
だれ 貝梅さん ☎22-9809
参加費 1回1000円 (飲み物付)

4年位前に歌は健康に良いと知り、地域の方が来やすいよう昼間の営業も始めました。飲み物付で何時間いてもらっても良いです。(予約も受け付けます)

お客さん=十日会の峯村良章さん(89歳)のコメント

十日会は平成18年8月10日に市内飲食店でカラオケと食事を楽しむ会として始まった。それ以来、毎月10日に欠かさず、市内飲食店で十日会を開催しており、今月の会場は梅よし。年を取ると夜出かけると家族に心配をかけるので昼の11時からと決めている。仲良く和やかに歌うのが長続きの秘訣。みなさんも一緒に歌いましょう！

十日会連絡先(代表 長沢さん) ☎090-2428-9383

第25回 大町市ボランティアリーダー研修会

今年で25年目となる本研修会。今地域では、多くの集いの場が創造されている中で、今回も、すぐに活用できるレクリエーション研修会を3月8日に総合福祉センターで開催しました。内容の一部を紹介します。

講師

種山 正子 さん
(日本レクリエーション協会
公認インストラクター)



レクリエーションの紹介 テープで〇〇の長さとは?

チーム対抗で、普段目になっている物の長さを予測するゲームです。

用意するもの

- 紙テープ…色別にチームの数+1の本数を用意
- セロハンテープ

遊び方

- ①リーダーは、予測するものを決めて紙テープで長さに切っておきます。
例：旧丸型のポストの高さは？ 車いすの大輪の直径は？ 〇〇さんの身長は？ 等々
- ②チームに紙テープを配り、それぞれの予測の長さを相談しながら切っていきます。もちろん物差しは使いません。全部切り終わったら、
- ③ボードにリーダーが切った紙テープを貼ります。各チームもボードに貼り付けます。リーダーが切った紙テープに近い長さのチームが勝ちです。



知って得する「社協の講座」

～セカンドライフを
より良く過ごすために～

みなさんの生活がより充実し、豊かなものになるよう応援するための全5回の講座です。講師の先生に、みなさんの生活に寄り添った内容のお話しをしていただきましたので、講座の一部をご紹介します。

第1回 収納講座 3/1開催 講師：toto.noel 遠藤 絹恵 先生

“片付ける決心をすること”“長時間の片付けはしないこと”等のアドバイスをいただきました。

片付けをすることにより、心にゆとりが生まれ、気持ちがあすっきり前向きになります。



第2回 民法改正 ～相続について～

3/4開催 講師：税理士 西山 秀一 先生

相続で争わないための方法や、相続法の改正により、配偶者居住権の創設や自筆証書遺言に添付する目録などはパソコンで作成ができるなど、身近に関わりのある内容で講義をいただきました。

赤い羽根共同募金事業のご紹介

赤い羽根共同募金の配分金を活用しています

美麻地区
社会福祉協議会事業

「ミニあそびり」事業

地域の方々が気軽に集まって、軽体操やレクリエーションで、体力の維持・向上を図ります。

- 気楽に …………… 梨嶺に集まって (送迎あり)
- 無理なく …………… 月3回程度
- 楽しく …………… 体操・レクリエーション・ゲームなど
- 健康づくり …… 健康チェック
- 仲間づくり …… 年に1回は、お出かけ、会食会、買い物を行っています。



自分で
血圧を測定



講師指導で
運動

合併前の旧美麻村時代から続いている事業です。身近な地域で、人と人のつながりを深め、体操を通じてふれあいを持つことで、生活のリズムもでき認知症予防にもなります。

精神的な張り合いも生まれ、大町病院から理学療法士の先生をお願いして、体力測定や運動指導により効果のある介護予防を実施します。

講師の先生は、週替わりで4名依頼しており、参加費は1回200円です。



興味のある美麻地区のみなさん、ご参加ください。

社協法人会員に ご協力ありがとうございます

本会では地域の法人や事業所の皆さまから地域の支え合い活動へのご支援をいただきたいという願いから、平成29年度より「法人会員」を新設し、募集を行っております。本年度は15事業所のご協力をいただきました。ご報告とともにお礼申し上げます（3/12現在）

法人会員にご協力いただいた皆さま（敬称略）

(資) 横川商店	大町市大町4136	有限会社 北辰印刷	大町市大町3871-1
有限会社 北福島	大町市大町2537	カネマサ斎藤商店	大町市大町2591
株式会社 伊藤金物商会	大町市大町1285-1	株式会社 今溝建材	大町市大町4742-32
株式会社 信越	大町市大町1492-1	有限会社 五十嵐木材	大町市大町1198
株式会社 俵屋	大町市大町3312	柿下クリニック	大町市常盤3541-14
株式会社 大八木建設	大町市大町5395-1	株式会社 黒部電業舎	大町市大町5095-20
有限会社 大町作業用品	大町市大町1290-4	ツカサ工業 株式会社	大町市社5511
株式会社 奥村印刷所	大町市大町2470		

※その他匿名希望で1社よりご協力をいただいております。

法人会員にご協力いただきますと、社員の皆さんが行うボランティア活動に対して会社名で「ボランティア活動保険」に加入することができます。

また、法人会員が実施する生活困窮者就労支援における「就労訓練事業」「就労準備支援事業」について保険制度に申し込むことが可能です。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

問い合わせ先 社会福祉法人 大町市社会福祉協議会 TEL22-1501



お寄せいただいた法人会費は、地域福祉活動・ボランティア活動の支援や推進に活用します。

法人会員は引き続き募集中です。皆さまのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。



「大町市社会福祉大会」の様子

法人会費(年額)

10 5,000円 (1口から加入いただけます。)

大町市社会福祉協議会の一般会費納入のお願い(平成31年度分)

会費

600円

(1世帯当たり)

会費は地域活動やボランティア活動などの財源として活用します。

- **納入方法** 自治会を通して納入いただくか、納入窓口までお持ちください。
- **期 間** 平成31年4月1日(月)～5月31日(金)※土・日曜日、祝日は除く
- **受付窓口** 大町市・八坂・美麻総合福祉センター、平・常盤・社公民館
- **問い合わせ** 大町市社会福祉協議会 TEL22-1501

一人で悩むよりもまず相談！
お気軽にご相談ください

社協の相談事業

事前予約にご協力ください ☎ 22-1501 (大町市)

心配ごと相談・司法書士相談

日々の暮らしの中の大小の悩み事について、解決の糸口を相談者とともに見い出していく相談窓口を開設しています。複数の相談員で相談に応じますので、お気軽にお電話ください。

大北地域心配ごと相談日程 4月・5月

期 日	時 間	内 容	担当者	会 場	問い合わせ			
4月	4月8日(月)	13:00～16:00	心配ごと相談	心配ごと相談員	大町市 総合福祉センター	大町市社協 ☎22-1501		
		13:00～15:00	司法書士相談	司法書士				
	4月22日(月)	13:00～16:00	心配ごと相談	心配ごと相談員				
		13:00～15:00	司法書士相談	司法書士				
	4月9日(火)	13:30～15:30	なんでも相談	心配ごと相談員			やすらぎの郷	池田町社協 ☎62-9544
	4月23日(火)							
4月3日(水)	13:00～15:00	生活全般 子育て	民生委員 児童委員	ゆうあい館	松川村社協 ☎62-9000			
4月10日(水)	13:00～15:00	法律相談	弁護士	白馬村保健福祉 ふれあいセンター	白馬村社協 ☎72-7230			
5月	5月13日(月)	13:00～16:00	心配ごと相談	心配ごと相談員	大町市 総合福祉センター	大町市社協 ☎22-1501		
		13:00～15:00	司法書士相談	司法書士				
	5月27日(月)	13:00～16:00	心配ごと相談	心配ごと相談員				
		13:00～15:00	司法書士相談	司法書士				
	5月14日(火)	13:30～15:30	なんでも相談	心配ごと相談員			やすらぎの郷	池田町社協 ☎62-9544
	5月28日(火)							
5月8日(水)	13:00～15:00	生活相談 人権相談	民生委員 人権擁護委員	ゆうあい館	松川村社協 ☎62-9000			
5月8日(水)	13:00～15:00	心配ごと相談	人権擁護委員 司法書士 民生委員	白馬村保健福祉 ふれあいセンター	白馬村社協 ☎72-7230			

ふれあいの窓

善意の寄附を
ありがとうございます

【現金】

新しい編み物サークル……………10,000円
昭和電工ユニオン大町支部……………40,597円
88ボランティア……………10,000円
大町青年会議所シニアクラブ……………30,000円
昭和電工(株)大町事業所……………100,000円
匿名……………1,422円
匿名……………5,000円

【物品】 恩田 豊…白米30kg1袋、玄米30kg1袋

【使用済み切手等】 大町市婦人会、匿名多数

敬称略 1月16日～3月15日受け付け分

食品の寄付にご協力ください

大町市社協では、生活に困窮している方の社会的自立を図るため、長野県・大町市生活就労支援センター(まいさぼ大町)において、相談・就労支援を行っています。その一環として一時的に食品を提供することにより、生活の一部を支えるとともに、困窮状態から脱却できるように支援を行っています。

現在、提供する食品が不足している状況のため、食品の寄付について下記によりご協力いただければ幸いです。細部については相談、調整の上、対応させていただきます。

食品の種類：缶詰、カップ麺、レトルト食品、非常食、白米等
いずれも消費、賞味期限が1か月以上あるもの

問い合わせ先 大町市社協 TEL22-1501まで

2019年度 成年後見無料相談会を開催します

判断能力や意思能力が不十分な方が安心して地域で暮らせるよう、財産管理や身上監護（生活面の配慮や手続き）の支援等の成年後見制度の手続きや後見制度の利用が考えられる方を対象に法律や福祉の専門家による相談会を実施します。



◆日程と場所 時間はいずれも 午後 1 時30分～午後 3 時30分

第 1 回	4 /25 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室	第 7 回	10/24 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室
第 2 回	5 /23 (木)	小谷村役場 2 階会議室	第 8 回	11/28 (木)	池田町総合福祉センター 2 階大会議室
第 3 回	6 /27 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室	第 9 回	12/19 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室
第 4 回	7 /25 (木)	白馬村保健福祉ふれあいセンター 2 階学習室	第10回	1 /23 (木)	松川村保健センター 問診室
第 5 回	8 /22 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室	第11回	2 /27 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室
第 6 回	9 /26 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室	第12回	3 /26 (木)	大町市総合福祉センター 2 階小会議室

◆問い合わせ先 北アルプス成年後見支援センター TEL0261-22-1550 (要予約)
月曜日～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 午前 8 時30分～午後 5 時30分

大町でも広めませんか？ 子どもの居場所づくり

「食」は人の命の源。生きる喜びを分かち合うことにもなる不思議な魅力があります。昔から「同じ釜の飯を食べる」というように、共に食事をした人たちと「おいしかったね」「うれしかったね」と言い合える関係づくりに発展し、人と人とのつながりを深める効果が期待できます。

食事会を通じた子どもや親子の居場所づくりをしている白馬村の【こどもカフェ^{スリー}3】に、3月16日に市内有志の方が見学に出かけた様子をご紹介します。

◆開催日 月 1 回 第 3 土曜日 午前 11 : 30～午後 2 : 00 ◆開催場所 武田 知加子さんのお宅

◆参加費 子どもは無料 大人は協力金 200 円以上

参加者のお話

- 引越してきたばかりで誘ってもらい初めて来た。みんながいてにぎやかで小さい子も大きい子に遊んでもらえる。昔の実家に帰ったみたいです。
- 食事をしながら地域の人と交流できて楽しい。お料理の作り方も教えてもらいたいな。
- 食事の支度をしてもらっている間、幼児をゆとりをもってみる事ができる。
- ごはんがおいしい。(小学生)

本日のメニュー

煮込みハンバーグ・ナポリタン・切り干し大根の煮物
デザート：桜餅



ボランティアさんと一緒に調理します



育児中のお母さんも、おばあちゃんも

「社協 おおまち」へのご意見、ご希望、投稿など皆さんの声をお寄せください。

〒398-0002 大町市大町1129 大町市総合福祉センター内

編集・発行：社会福祉法人 大町市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL22-1501 FAX22-7071

URL <http://www.omachishakyo.org/> E-mail soumukikaku@omachishakyo.org