社協ふれあい情報 3月号

令和８年３月１日発行
発行：王滝村社会福祉協議会　http://o-shakyo.sunnyday.jp
Tel：48－2008
Fax：48－3033
Mail：ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

雪解けの庭に、福寿草が顔をのぞかせていました。まだまだ、肌寒い日が続いていますが、暦の上では立春を過ぎました。もうすぐ春ですね。畑などを始めるには、運動不足の体を少しずつ目覚めさせないといけません。日中の日差しをあびることは、セロトニン（幸せホルモン）を増やす効果があり、心身の健康を保つために重要な役割をもっています。お散歩は、セロトニンを増やすために、まさにもってこいです。ふきのとうなどそろそろ芽をのぞかせているかもしれません。外に出て、小さな春探してみませんか。

会食会　～ようこそ！王滝万博へ～　　２月２１日(土)

今年の会食会のテーマは「世界の国からこんにちは～ようこそ！王滝万博へ」。昨年行われた万博の公式マスコットのミャクミャクの踊りや、1970年の大阪万博開催時に流行した歌や踊りなどが披露され、全員参加の体操や、昭和40年代○×クイズ、ゲームで楽しんでいただきました。食事は、世界の国々のメニューから、食べやすいメニューを選択。少し和テイストにして、提供させていただきました。こうして大勢で集まる事は年に数回ですが、みなさんのお元気な様子を見られる機会であり、そんな時間を持てることが、私たちがほっとできるひと時となっています。毎回、「どうしたら喜んでいただけるかな？」「笑っていただけるかな？」「楽しんでいただけるかな？」そんなことを考えながら、いろいろなネタ探しをしています。次回はどんなテーマになるかな…

介護教室のご案内

今年度最後の介護教室を、下記の通り開催します。
皆さまのご参加、お待ちしております。

- ●日時　３月19日（木）午後１時３０分～３時頃
- ●場所　保健センター
- ●内容　「食事の形態（食べやすさ）について」
  役場管理栄養士　北原洋子さん

※どなたでも参加できます。送迎が必要な方は、社協までご連絡ください。
※詳しくは、社協48-2008（田近・北村）まで。

３月～４月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2 お別れ会です。	3　ひな祭り	12日　**無料法律相談**　10:00～3:00 司法書士　山田健治先生 **いきいきサロン** 10:00～3:30 手芸をします。			7
8	9 **どんぐり広場** 10:00～11:30	10	11	12 健康体操と茶話会をします。	**ごたくらぶ** 1:30～3:30	14
15	16 健康体操教室　勝野先生	17	18 **ふれあい元気教室** 1:30～3:00	19 **介護教室** 1:30～3:00	20 春分の日	21
22	23	24	25	26	27 **お楽しみ弁当** もえぎグループ	28
29	30	31	4/1	4/2	4/3	4/4
4/5	4/6	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11

◎20日㈮はデイサービスと訪問、毎週土曜日は訪問サービスのみ営業。配食、移送サービス等は平日のみ営業。

ボランティアコーナー

お知らせ

～登録ボランティアのみなさん～
令和8年度 ボランティア登録の更新について

新年度の「ボランティア登録更新カード」を、社協の活動メニューに登録いただいているボランティアさんに、３ 月中旬より配布させていただきます。来年度のボランティア活動に向け、現在の登録状況を記載したカードをお配りしますので、お手元に届きましたらご確認ください。

R8 ボランティア登録カード【継続】

日頃から社協事業にご協力いただきありがとうございます。
令和8年度のボランティア活動の確認として、登録カードを配布致します。令和7年度の登録内容を記載していますので、ご確認ください。
☆活動メニュー・登録内容の変更を希望される場合は、お手数ですが登録カードに変更内容を記入して、3月23日（月）までに提出してください。（電話等でのご連絡も可能です。）
（引き続き活動していただける場合は提出は不要ですので、そのままお手元に保管ください。）

登録日：H12.3.1　更新日：H30.4.1
氏　名：王滝　太郎
区名：上条　番地：1234
電話・FAX：48-1234
趣味：囲碁先輩、調理師

＊社協事業への協力＊
1 お楽しみ弁当つくり隊（　梅寿草　班）
2 配食ボラ（　　）
③3 野菜提供ボラ
4 サービスお助け隊
・手芸、工作
・料理、おやつ作り
・買出（銀行、薬局、給芝区など）
・家事、事務の補助
・施設管理（修繕など）
・その他（　　）
具体的に協力できる内容や特技などがあれば記入ください。

＊グループでの自発的な活動＊
5 給手紙ボラ　⑥6 子守りボラ
⑦7 環境美化「ほち拾ち」
8 王滝会の会　9 傾聴ボラ水曜
10 どんぐり村工房　11 五郎八茶屋
⑫12 各地区サロン（上条 区）

＊個人での自発的な活動＊
13 ご近所支え合い「心心サポーター」
ご知らせ・ちょっとお手助の内容にお心ついてください。
・安否確認、話し相手
・生活支援（買物、掃除、草刈り等）
・送迎（通院、買物等）
・その他（　　）
お手伝いが必要方がいる場合はご連絡させていただくこともあります。
14 災害ボランティア
⑮15 地域支え合い会員
※社協会員（個人）の皆さん（地域での自主的なボランティア・支え合い活動です。）
16 個人での活動
その他、個人でされている活動があれば具体的に記入ください。

※R8 ボランティア活動保険　ボランティア活動中の事故によるケガや賠償責任を補償します。
【 加入有り(基本プラン) 】　※社協会員（個人）の皆さんは、「地域支え合い会員」として、ボランティア活動保険（基本プランに加入（掛金は社協で負担）させていただきます。
※加入有無（基本・天災）
☆配食ボラ(車両使用)手続書　※社協会員以外の方や「天災・加意プラン」等への加入を希望される方は、3月23日(月)までに、申請書をご社協までお持ちください。
【 ― 】

王滝村社協 <TEL：48－2008> 担当：梶原
◎ボランティア活動について不明な点やご相談があれば、お気軽にご連絡ください。

◇活動内容に変更がない場合

引き続き今年度と同じ活動をしていただける皆さんは提出は不要ですので、そのままお手元に保管ください。

◇活動内容を変更される場合

活動メニューや登録内容の追加・変更を希望される方は、お手数ですが登録カードに変更を記入して３月２３日(月)までに社協まで提出してください。
（電話等でのご連絡も可能です。）

※ なお、ボランティア活動を中止される方は、３月１３日（金）までに、事前に社協までご連絡をお願いします。

☆社協 ４８－２００８（担当：梶原）

☆令和8年度ボランティア活動保険について

社協会員（個人）の皆さんは、「地域支え合い会員」として、ボランティア活動保険（基本プラン）に加入（掛金は社協で負担）させていただきます。登録ボランティア活動や、地域での自主的な支え合い活動時の事故やケガに対する保険としてご利用ください。

※令和７年度に社協の年会費を納入いただいた皆さまは、自動的に加入手続きをさせていただきます。

※社協会員以外の方や「基本プラン」以外のプランへの加入を希望される方は、社協までお問い合わせください。

補償期間・・R8.4.1（加入日）　～　R9.3.31
（※途中加入の場合も、年度末３月 31 日で終了）

◎加入者の皆さんには「加入カード」をお配りします。

★事故・相談窓口　社協４８－２００８（担当：梶原）

ご報告①

ボランティア新年交流会を開催しました！

１月 30 日（水）　９名参加

「今年も、まめにボランティア活動やらまいか！」と、恒例のボランティア新年交流会を開催し、「お楽しみ交流会」で親睦を深めました。

最初にチームに分かれてボッチャで対決！みんなで応援しあいながら、仲良くチャレンジしていました。ボッチャで体が温まった後は、昔ながらの臼と杵で餅つき大会！男衆が張り切って「ぺったん、ぺったん」と餅をつくと、デイサービスのお年寄りのみなさんも応援に駆けつけてくれました。つきたてのお餅は、お雑煮とあんころ餅にして、おしゃべりをしながらおいしく食べて交流。みんなで和気あいあいと、ボランティアさんどうしの親睦が深まる楽しいひと時となりました。

つきたてのお餅を食べながら交流。世間話に花が咲きます。

ボールをどこに投げるか、みんなで話し合いながら挑戦します。

みんなで息を合わせて餅つき。応援をもらって力が入ります。

ご報告②

「会食会」ご協力ありがとうございます！

２月２１日の会食会では、お弁当づくりや演芸など、たくさんのボランティアさんにご協力いただきました。みなさんのおかげで、盛大に開催することができました。

お弁当づくりには、前日の仕込みも含めて、延べ １３ 名の方にご協力いただき、美味しいお弁当ができました。

<お弁当メニュー>
・キンパ(韓国風海苔巻)
・白身魚のムニエル
・春巻き
・ワカサギの天ぷら
・セビーチェ
・おでん
・卵のコンソメスープ
・ティラミス、漬け物