

社協ふれあい情報 4月号

令和8年4月1日発行

Tel: 48-2008

Fax: 48-3033

Mail: ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

発行: 王滝村社会福祉協議会 <http://o-shakyo.sunnyday.jp>



春になりました。ふきのとうも顔をのぞかせ、先日も「ふき味噌、作ったよ!」とお話しされた方がいました。村内でも、早くも梅の花が咲き、水仙がいっせいに咲き始めています。今年も、一気に見ごろを迎えてしまうのでしょうか。そろそろ、畑を覆っていたマルチをはがし、土を起す様子が見受けられるようになりました。今年は、畑でどんな野菜を作らしましょうか? 体を動かす準備は大丈夫ですか?

社協でも、新年度もたくさん野菜が採れたら、おすそ分けをお待ちしております。よろしくお祈りします。



介護教室

~そういう食べ方もあるんだね~

3月19日(木)

高齢になってくると、噛む力や飲み込む力が弱くなってきます。そうした場合、食材の刻み方や調理方法の工夫で、食べやすく飲み込みやすく出来ることがあります。今回は、村管理栄養士の北原洋子さんに講師をお願いし、「食の形態」についてお話をいただきました。食べにくさにより、食事量が減って低栄養になり、体が弱ってしまう。こうした悪循環を減らすために、どんな工夫ができるのか、いろいろなアドバイスをお聞きできました。野菜を小さく刻んだり、少しとろみをつけたり、ご自宅で介護されている皆さんの参考になったかと思えます。社協で普段提供しているお弁当やデイサービスでのお食事でも、こうした工夫を取り入れて、安心して召し上がっていただけるよう配慮させていただいています。



お知らせ

令和8年度王滝村共同募金「地域福祉活動補助金」募集!

皆さまからお寄せいただいた共同募金は、地域で必要とされる福祉活動に有効に活用させていただいております。『地域福祉活動補助金は』共同募金を活用し、さまざまな地域活動やボランティア活動に取り組んでいるみなさまを応援し育成することにより、地域での支え合い活動の推進を図るための補助金です。

☆まずは自分達にできることから...。みなさまのアイデアを活かして積極的にご活用ください!

助成対象年度 令和9年度に実施する事業
★令和8年度の募金を翌年度に配分します。
募集期間 令和8年4月1日(水) ~ 6月10日(水)まで

助成対象事業 ① 地域福祉活動
② ボランティア活動

助成額 1団体 上限30,000円
申請方法 社協までお問い合わせください。



例えば...
・地域のお年寄りや子どもたちの交流会の企画
・ひとり暮らしの方へ絵手紙や手作りお菓子のプレゼント
・公共施設の花植え活動や環境整備
・地域での見守り活動や日常生活のお手伝いなど、さまざまなアイデアでご活用ください。

ご案内

長野県シニア大学木曾学部学生募集のご案内

シニア大学木曾学部では、令和8年度からの参加者を募集しています。50歳以上の方で活動に興味のある方は、ぜひご参加ください。大学と言っても難しい講座ではなく、他町村の方との交流を図ることで趣味の仲間を増やしたり、地域に出かけることで、自分の知識やこれまでの経験が活かされる場所が見つかったり、参加された方からは好意的な感想が多く寄せられています。また、絵が得意な方や、工作が得意な方が集まり、大道具や小道具を自分たちで作ってお芝居を披露するグループや、地域で草刈りをしたり花壇を整備したり、子どもたちに郷土料理を教えたり...卒業生の多くが、地域の活動に協力をして下さっています。

- 募集期間 令和8年4月20日(月)まで延長中
- 内容 一般コース 2年制
◇教養講座
◇趣味・健康・交流講座
◇地域づくり講座
- 授業料 年額12,000円
- 学習時間 60時間(1日4時間 年間15日目安)
- 問合せ 長寿社会開発センター 木曾支部 25-2218

4月~5月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 相談員は民生委員さんです	3	4
5	6 村いないないばあと合同で、遊具清掃とカード作りをします	7	8	9 暮らしなんでも相談 1:00~4:00	10 ごたくらぶ 1:30~3:30	11 軽スポーツで体を動かします。
12	13	14 どんぐり広場 10:00~11:30	15 ふれあい元気づくり教室 10:00~11:30 講師は、健康ラボの先生です。	16	17	18
19 村脳元気教室と合同でお花見に出かけます。	20 いきいきサロン 10:00~3:30	21	22	23	24 お楽しみ弁当 福寿草グループ	25
26	27	28	29 (昭和の日)	30 介護者リフレッシュ(旅行) 対象の方には、別途ご案内いたします	5/1	5/2
5/3 (憲法記念日)	5/4 (みどりの日)	5/5 (こどもの日)	5/6 (振替休日)	5/7	5/8	5/9

※ 令和8年度4月より 介護保険サービスの営業日を変更いたします。(デイサービスは、祝日のサービスは実施しません。ホームヘルプサービスは、祝日と土曜日はご利用いただけませんのでご注意ください。) すべてのサービスが平日のみ営業となります。



ボランティアコーナー



春です、ボランティアはじめてみませんか！

社協で登録いただけるボランティア活動メニューのご紹介

新年度がはじまりました。「何かボランティアをやってみようかなあ」とお考えの方、「私でも何かできるかしら・・・」と迷っている方、ぜひ、ご相談ください。また、下記にない新しい活動にチャレンジしてみたいという方も、ぜひご相談ください。

社協 Tel 48-2008

《社協の事業への協力》

配食ボラ※ 20名



月曜日から金曜日の配食サービスのお弁当(昼食・夕食)をお届けしています。配食時のちょっとした会話も楽しみにされています。

お楽しみ弁当づくり隊※ 35名

毎月1回、第4金曜日に手作りのお弁当を作っています。各グループの交替制で、年に2回程度活動します。

野菜提供ボラ 7名



配食サービスのお弁当やデイサービスの各種事業で使う野菜や漬物などを提供していただいています。

サービスお助け隊※ 19名

趣味を生かして、社協事業にご協力いただいています。(手芸、おやつ作り、演芸、事務、施設管理(掃除)など)

「※」印は、社協でボランティア保険に加入しています。

《グループでの活動》

絵手紙ボラ 9名

ひとり暮らしのお年寄りに絵手紙をお配りしています。また、お楽しみ弁当の包み紙も絵手紙で描いていただいています。

子守りボラ 7名

どんぐり広場や子育て世帯からの依頼などで、子どもを見守ります。子どもが好きな方であれば特別な資格は必要ありません。

16名

環境美化「ほちほち」

保健福祉センターや公共施設の花植え、草刈りなどを行っています。

王滝食の会 7名

地域の食に関する事業への協力や、若い世代への郷土食の伝承活動を行っています。

傾聴ボラ木曾 1名

施設などに訪問し、お年寄りなどの話し相手になっています。

各地区サロン 13名

各地区のみなさんが、手芸やしり、旅行や食事会などで交流する会を、自発的に企画・運営しています。

どんぐり村工房 3名

村内にあるひのき材や木の枝なども使い、物づくりを通して世代間交流をしたい、作った作品を福祉サービスや地域のために活かしています。

五郎八茶屋 7名

古民家で高齢者や地域の方と一緒に、簡単な手芸や作品づくりをしたい、お茶を飲んで四方山話に花を咲かせています。



登録ボランティア 126名 (4/1 現在)

《個人での自発的な活動》

126名

地域支え合い会員

社協会員(毎年7月募集)の皆さんの、普段から地域で行っていただいている自主的な支え合い活動です。

(買い物、送迎、雪かき、草刈り、etc...)

※社協でボランティア保険に加入させていただきます。



9名

ご近所支え合い! 安心サポーター

ひとり暮らしの方や障がいをもたれた方などの生活を支える活動です。

・話し相手 ・安否確認
・買い物支援 ・ゴミ出し
・雪かき ・通院送迎 など

お手伝いが必要な方がいる場合に連絡させていただきます。

災害ボランティア

郡内、県内などの災害時に被災地で災害支援を行います。また、絵手紙を被災地へ送るなど、自宅のできる活動もあります。

1名

その他/個人での活動

自分の特技や趣味を活かし、個人で自発的に活動しています。

◆ボランティアさんの活動の一部をご紹介します!

環境美化「ほちほち」



保健センター周辺の草取り。草の中で窮屈そうに咲いていたお花も、とてもあっさり! きれいにしました。

ひとり暮らしの皆さんの交流事業でお弁当を作ってもらいました。旬の食材を使ったおいしい料理に、参加者の皆さんに大好評でした。



王滝食の会

サービスお助け隊



子どもたちが快適に遊べるようにと、ミニ児童館の様態替え! 趣味や特技を生かして、各々のペースで活動されています。

「余暇活動支援」ボランティアのご紹介

発達障がいがあるため、集団行動が苦手で、一人時間の過ごし方がわからなくて困っている関東地方在住の30代女性Aさんは、自身で全国各地に出かけながら、手芸その他の「手先や体を動かしてできる余暇活動」を、おしゃべりしながら一緒に考え、一緒にしてもらえるボランティアさんを募集しています。

ご興味のある方、内容について詳しく知りたい方は、募集チラシ(右のQRコード)をご覧ください。社協までお問い合わせください。(社協:48-2008)



募集チラシ

