



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

大穂圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

チャレンジアート フェスティバル in つくば

入場無料



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

特別企画

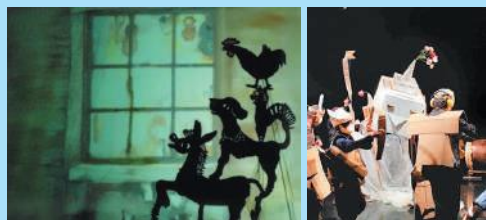
つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト

つくば⇄福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で僅かな賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！参加してみたい！という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

大穂圏域活動テーマ

みんなで いきいき 支えあう 輝けるまち 大穂

大穂圏域だより

世代を超えた交流！

子どもたちとシルバークラブ@なかよし館

なかよし館（大曾根児童館）では、児童館の子どもたちとシルバークラブとの交流が定期的に行われています。交流の様子を2つ紹介します。

交流
1

シルバークラブで大人気の競技！
グラウンドゴルフ

大曾根下宿シルバークラブでは、毎週月曜日になかよし館の庭園でグラウンドゴルフの練習をしていることから「子どもたちにグラウンドゴルフを教えて欲しい」との依頼があり、昨年4月（始業式）・7月（夏休み）・11月（なかよし館祭り）にグラウンドゴルフ体験を行いました。グラウンドゴルフ体験を通して、シルバークラブの方からは、「子どもたちから元気をもらえる！子どもたちとの交流を可能な限り続けていきたい！」との声がありました。



▲意外と難しい・・・

交流
2

昔遊び！ お手玉&けん玉

昔遊びを一緒にやってくれる高齢者を探して欲しいとの依頼があり、大曾根上宿・中宿シルバークラブが手作りのお手玉を持ち寄り、昔遊び交流を行いました。お手玉が上手にできなかった子どもたちも、シルバークラブの方たちにコツを教してもらい少しずつできるようになりました。子どもたちは、お手玉に触れる機会がなく「初めてだから難しかったけど、楽しかった！」と昔遊びを楽しむ様子が見られました。シルバークラブの方からも「童心に帰ったようで楽しかった！」との感想が聞かれ、充実した時間を過ごしました。

このような世代を超えた交流から、今後も地域のつながりが継続し、他の地域にも広がっていくように活動していきたいと思います。



▲コツを教わり、上手にお手玉ができました♪



▲お手玉は一つ一つ手作りです！

コーディネーターのつぶやき

つくば市社協では様々なイベントで輪投げ体験を実施しています。輪投げは、シルバークラブで人気の競技ですが、イベントで体験コーナーを用意すると子どもたちにも大人気です！社協で輪投げセットの貸出も行ってるので、ぜひ地域の交流の場に活用してみてください！



<4ページ担当者>

大穂圏域担当
生活支援コーディネーター 大塚

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4
TEL: 029-879-5500 FAX: 029-879-5501
Mail: tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

豊里圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

入場無料

チャレンジアート フェスティバル in つくば



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

特別企画

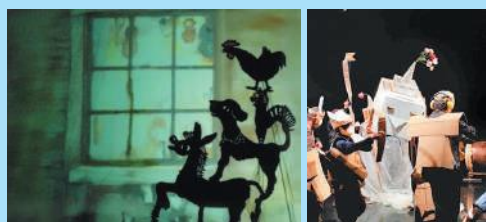
つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト

つくば⇄福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいがぐりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいがづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で僅かな賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！ 参加してみたい！ という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

目配り 気配り 支えあい 心豊かに なごむ里

豊里圏域だより

地域支えあい会議が開催されます！

社協通信つくば11月号No.121で紹介した豊里圏域「地域支えあい会議」が2月27日(木)に開催予定です。今回も、関係者の方々に参加していただくとともに、地域活動に興味のある方にもぜひ参加いただければと思います！当日は、事業の説明や、事例発表「地域活動について～三世代交流イベント～」の後、情報交換会を予定しています。

参加希望の方は、申し込みフォーム又は下記コーディネーターまでご連絡ください！

生活支援体制整備事業
令和6年度第2回
豊里圏域「地域支えあい会議」
を開催します！

～目配り 気配り 支えあい 心豊かに なごむ里～

【日時】令和6年2月27日(木)
【時間】13時30分～15時30分
【場所】老人福祉センターとよさと
(つくば市遠東639-1)
【内容】1. 生活支援体制整備事業について
2. 事例発表「地域活動について」
～三世代交流イベント～(遠東地区)
3. 情報交換会

地域支えあい会議とは？
皆さんが住んでいる地域で、「住居の皆さんが
安心して暮らしていけるよう、暮らしを支えていく
にはどうすればいいか？」とみんなで情報交換し
合おうです。

参加申し込み・問い合わせ
電話:029-847-0231
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp
※お申し込みは、お申し込み用紙に記入の上、お送りください。

▲チラシ



タームズふれあいサロン

11月13日、TERMS(タームズ)の地域交流スペースでイベントを開催しました！

茨城県民の日で小学校がお休みということもあり、たくさん子ども達が参加してくれ大盛況！輪投げやポッチャ、竹とんぼなど、まぶしい笑顔があふれていました。多世代向けイベントの他、月に一回程度平日でも参加できる方を対象に、すこやかライフ(ストレッチなどの体操)や笑いヨガなど様々な活動を行っております！興味のある方はお気軽に遊びに来てください！



▲たくさん集まってくれました



▲天気がいいので外でわなげ



▲ポッチャの体験



▲リフレッシュ・ケア



▲笑いヨガ

第18回とよさと子どもまつり

11月9日、秋晴れの中、日頃から地域づくりを実施している福祉団体やシルバークラブ等と協働し、地域住民同士の世代間交流を目的に開催しました。当日は大勢の皆さまに会場いただきました。

ご協力、ご協賛いただきました個人団体の皆さま、ありがとうございました！



コーディネーターのつぶやき

あっという間に年度末。4月になると新しい環境になる方も多いと思いますが、健康に気を付けながら出来ることからやっていきましょね。



▲雪の日の筑波山

<4ページ担当者>

豊里圏域担当
生活支援コーディネーター 長岡
〒300-2633 つくば市遠東639
(老人福祉センターとよさと内)
TEL:029-847-0231
FAX:029-847-0233
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

谷田部東圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

チャレンジアート フェスティバル in つくば

入場無料



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

特別企画

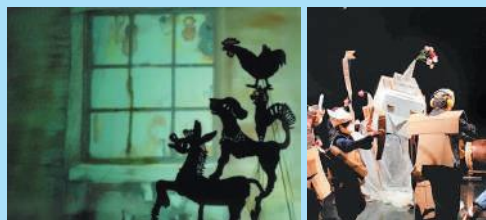
つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト

つくば ⇄ 福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いい
たします。令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で様々な賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！ 参加してみたい！ という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

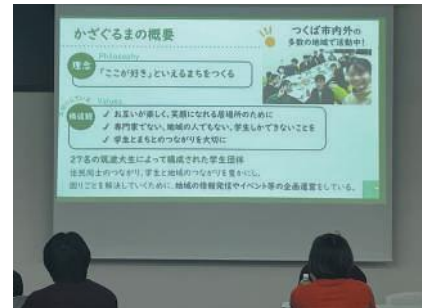
谷田部圏域活動テーマ → みんなの笑顔が創るまち 歴史と共に輝く未来

谷田部東圏域だより

第2回 地域支えあい会議を開催しました！ ～テーマは「学生との連携」!!～

12月2日に今年度2回目となる地域支えあい会議を開催しました！

多くの地域で「活動の担い手が欲しい!」「若い人たちも活動に関わってもらいたい!」との声が出ていることから、地域の活動の中で若者や学生さんたちとの連携を図れるよう、まずは交流することから始めよう! ということで、今回のテーマを「学生さんと交流しよう!」にしました。当日は、参加者42名、そのうち12名の学生さんが参加してくれました。第1部は、学生さんが関わる取り組みを知るため、「筑波大学T-ACT推進室」と「筑波大学 かざぐるま」の取り組みについての話を聞きました。



第2部は交流タイムとして、学生さんたちにも各グループに入ってもらい、情報交換を行いました。「地域ではどんな活動をしているの?」「学生はどんな活動をしたいと思っているの?」など…とても和気あいあいとした雰囲気の中で交流が行われました♪

今後の課題として、地域・学生双方が持つ情報をどのように共有していけるか?が挙げられました。お互いの情報を共有し、具体的に連携していける機会をどのようにつくっていけるか、引き続き考えていきたいと思います。



地域活動関係者

学生さんと連携したいと思いつつなかなか一歩が踏み出せずにいましたが、今回話をして、学生さんの「地域に貢献したい!」という熱い思いに触れ、元気もらいました。今後お互いの情報を伝え合いながら、少しずつ連携を図っていききたいと思います。

初めて参加しました。研究で高齢者のインタビュー先が見つからず困っていることを話すと、「〇〇さんに聞くと良いよ」「サロンに来なよ!」といくつも声をかけてもらえました。やりたいことをフランクに話せて、応援してもらえる雰囲気が嬉しかったです!



学生

今後も多様なテーマで話し合いの場を開催していきます！
詳細は生活支援コーディネーターまでお問い合わせください♪

コーディネーターのつぶやき

物価高騰が続く中でなかなか「大きなぜいたく」はできませんが、日常の中でできる「小さなぜいたく」をすることで心の平穏を保っています♪ 食後にお気に入りのお茶を飲む、壁に好きなポストカードを飾る…など、ほんのささやかなものです。皆さんの日常の中での「小さなぜいたく」は何ですか? ぜひ教えてください!



▲最近はいよボスティーがお気に入りです!

<4ページ担当者>

谷田部東圏域担当
生活支援コーディネーター 荻生

〒300-2633 つくば市遠東639
(老人福祉センターとよさと内)

TEL:029-847-0231

FAX:029-847-0233

Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

谷田部西圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

チャレンジアート フェスティバル in つくば

入場無料



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

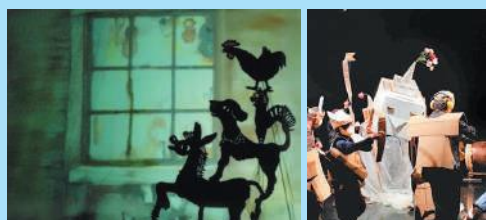
特別企画

つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト
つくば⇄福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいがぐくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいがづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で様々な賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！ 参加してみたい！ という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

谷田部圏域活動テーマ

みんなの笑顔が創るまち 歴史と共に輝く未来

谷田部西圏域だより

「地域見守りネットワーク会議」において、地域の方々と意見交換をしました！

社会福祉協議会で推進する「地域見守りネットワーク事業」の一環として、地域見守りネットワーク会議を開催し、“地域活動の難しさ”や“世代間のつながり”について意見交換をしました。

参加いただいた地域の方からの意見を一部紹介します。

谷田部・柳橋小学校区

- 時代の流れと共に、地域住民も年齢を重ねていくため、集会所に行くことさえ困っている人もいる。
- 助けあいをする時に、相手の顔を知っていることがお互いの安心につながる。
- 地域によっては、以前からの顔の見える関係が続いている。

島名・香取台小学校区

- 時代の変化により地域行事を行う地区が減っているが、伝統行事である「灯籠流し」や「大麦小麦」など、形を変えながら現在も続いている。
- TX沿線の地域では、多世代が集まる機会が少ない。
- 地域子どもたちを含めみんなで盆踊りなどの機会があれば交流にもつながるのではないかな。

真瀬小学校区

真瀬小学校区は、区長が中心となり地域の防災と見守りについて話し合い等を行う「真瀬見守り会」の会議に出席し、以下のような話し合いが行われました。

- 有事の際の避難等に関する意見交換
- 自主防災組織を実施している地区の紹介と検討
- 防災無線の活用について
- 防犯カメラやサイレンなど防犯についての情報共有

谷田部南小・みどりの南小 みどりの義務教育学校校区

- 共働きが当たり前になり、地域活動をする時間がなかなか取れない印象がある一方で、若い世代の中にも居場所づくりなどの地域活動を積極的にしている方もいる。
- 時代の変化に伴い、いかに様々な人や機関と連携・協働していくかが大事。
- 若い世代にも地域活動に対し興味を持ってほしい。

いくつかの小学校区では他の世代との関わりが少ないという話がある一方、昔からの行事を工夫しながら継続している地域もあるという話を伺えました。地域の中の「気かけあい・支えあい」を考えるにあたって、安心して暮らせる地域に近づくために、多世代が相互理解を踏まえつつ、一緒に地域について考えていけたらと思います。

「多世代交流」をテーマに地域支えあい会議を開催します！

谷田部西圏域には様々な背景を持つ地域があり、様々な世代の方が住んでいます。上記会議等での意見を踏まえ、「多世代の交流」をテーマに地域支えあい会議を開催いたします。この会議はどなたでも参加でき、複数人での参加も大歓迎です。

【日時】 2月28日(金) 10:00～12:00

【場所】 市民ホールやたべ（つくば市谷田部4711）

【内容】 ①多世代が関わっている行事や、地域に広く開かれているイベントを行っている方からの活動発表

②グループに分かれ、多世代交流に関わる地域の情報交換やアイデア出し

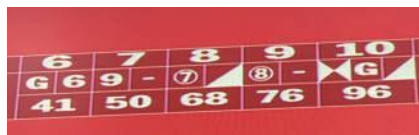
【申込】 参加希望の方は、電話、メール、申し込みフォームにて申し込みください
2月26日(水)を締切としますが、当日の飛び入り参加も大歓迎です！



▲地域支えあい会議
申し込みフォーム

コーディネーターのつぶやき

最近のマイブームはボウリングです。「健康にもいいよ」と地域の方から伺い、年末には「ひとりボウリング」デビューをしてきました。今年は、月に1回はボウリングをしたいと思います。



<4ページ担当者>

谷田部西圏域担当
生活支援コーディネーター 堤

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4

TEL: 029-879-5500

FAX: 029-879-5501

Mail: tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

桜圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

入場無料

チャレンジアート フェスティバル in つくば



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

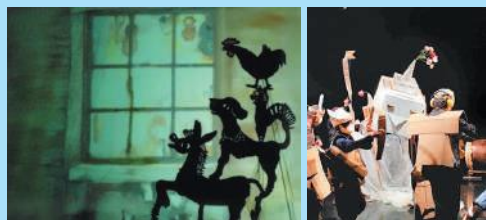
特別企画

つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト
つくば⇄福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で僅かな賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！ 参加してみたい！ という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

桜圏域活動テーマ

支えあう地域愛 つくり出すみんなの笑顔 ～私たちのまち桜～

桜圏域だより

区会防災訓練を通した「きっかけ」づくり

10月26日に春風台区会で行われた防災訓練に参加しました。

消防署の方による消火訓練や、非常食を実際に作って食べるイベント・つくばボランティアセンターによる防災体験が行われました。防災体験では、「身近にあるものを工夫して活用しよう!」をテーマに、人間を模した人形を瓦礫の中からジャッキ（車のタイヤを交換する際に使用する道具）を使って救出しました。

訓練を通して、日頃から防災意識を持ち、家族や地域住民と協力して備えていくことの大切さを学ぶ機会になりました。

今回の防災訓練は、区長さんが中心となり、地域住民が主体となって企画を考え開催されました。参加者からは、「大人でも知らないことがたくさんあり、とてもためになった」「学校で友達に教えたい」などの感想がありました。

「防災」という世代を問わないテーマを軸に、住民同士がつながるきっかけや、多世代交流のきっかけにもなる区会防災訓練でした。



▲子ども達も一生懸命! 瓦礫から無事救出!

令和6年度第2回桜圏域地域支えあい会議を開催します

- 日時 令和7年2月28日(金) 13:30～15:30
- 場所 文部科学省研究交流センター（つくば市竹園2丁目20-5）
- テーマ 「地域のくらしを支える! 住民主体の“生活支援活動”」

今回の地域支えあい会議は、住民主体で行われている生活支援活動の情報交換や、生活支援に関わる地域資源を再確認する機会にしたいと思います!

気軽な雰囲気の中で情報交換や、アイデアを出し合うことで、「地域活動のヒントが見つかる」「やれることからやってみよう!」につながる「地域にある資源を活用してみよう!」など…地域における支えあい活動の更なる充実を目指しています。

地域に関心のある方ならどなたでも参加大歓迎です!

☆参加申し込みは、電話・メール・申込用フォームから☆



▲参加申し込み用フォーム

令和6年度第2回
桜圏域地域支えあい会議

支えあう地域愛 つくり出すみんなの笑顔 ～私たちのまち桜～

日時: 令和7年2月28日(金)
13:30～15:30

場所: 研究交流センター 第2会議室
(つくば市竹園2丁目20-5)

「テーマ」
地域のくらしを支える!
住民主体の“生活支援活動”

(1) 情報提供
つくば市内で行われている生活支援活動の事例紹介
【買い物支援・ゴミ出し支援・移動支援・食事支援など】
☆参考になるヒントがたくさん

(2) 情報交換・意見交換
小地域(小学校区)ごとのグループワーク

参加申し込み
参加希望の方は、2/21(金)までに
電話・メール・フォームからお申込みください。

電話 029-847-0231 Email: tiki@tsukuba-swc.or.jp [申込用フォーム]
つくば市社会福祉協議会 桜圏域生活支援コーディネーター 宮川

コーディネーターのつぶやき

私はラーメンが大好きです。ラーメンを目的に遠出をしたり、時には1時間以上行列に並んで食べたりします。しかし、先日健康診断で体重が大幅に増量しており、ラーメンを控えようと一瞬思いましたが、今年もたくさんすすりたいと思います!!



▲2025年初ラーメン

<4ページ担当者>

桜圏域担当生活支援コーディネーター 宮川

〒300-2633 つくば市遠東639 (老人福祉センターとよさと内)
TEL:029-847-0231 / FAX:029-847-0233
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

筑波圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

入場無料

チャレンジアート フェスティバル in つくば



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

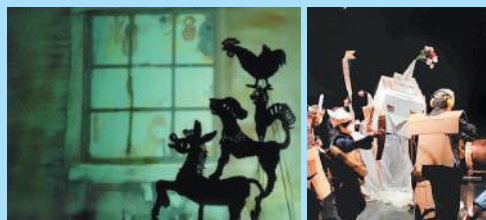
特別企画

つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト
つくば⇄福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で様々な賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！ 参加してみたい！ という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

筑波圏域活動テーマ みんなの親切 地域愛 絆深まるまち 筑波

筑波圏域だより

子どもたちと「昔あそび」で交流!!

1月23日に秀峰筑波義務教育学校の1学年80名と、シルバークラブや地域の方々30名が、「昔あそび」を通じた世代間交流を行いました。

筑波地区の学校が統廃合する前は、地域の方が学校行事に参加し昔あそびをする機会があったそうですが、学校が統合されてからは久しぶりの交流となりました。最初は「上手にできるかなあ?」と不安の声もありましたが、子どもたちと一緒に童心に帰って楽しい時間を過ごしました。子どもたちも教えてもらった昔遊びに興味津々で、夢中になって取り組んでいました。

◆◇ 子どもたちが挑戦した「昔あそび」 ◇◆

お手玉



おはじき



こま回し



あやとり



けん玉



おりがみ



羽子板



体験が終わり、地域の方々からは笑顔とともに、「若返った!」「元気をもらった!」「先生と呼ばれてうれしかった!」「楽しかった!」との感想が聞かれました。



コーディネーターのつぶやき

最近のマイブームは県内の日帰り温泉めぐりです。温かいお風呂にゆっくり入り、温泉近くの美味しいお店や直売所を探して食事や買い物することが、自分へのご褒美時間となっています。忙しい毎日、みなさんも自分へのご褒美時間を大切にしてください。



<4ページ担当者>

筑波圏域担当
生活支援コーディネーター 難波
〒300-3257
つくば市筑穂1丁目10番地4
TEL:029-879-5500
FAX:029-879-5501
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp



社協通信

つくば

2025 2月号 No.122

荖崎圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひとはみんなアーティスト

第24回

チャレンジアート フェスティバル in つくば

入場無料



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

会場 つくばカピオ ホール
(つくば市竹園1-10-1)

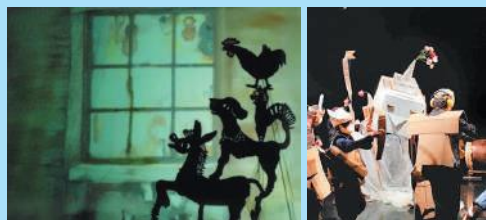
特別企画

つくばと福岡をダンスで結ぶ
「遠くのあのひとと踊りたい!!」プロジェクト
つくば ⇄ 福岡 (連携企画)
遠距離恋愛なダンス計画

同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00

物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館
(つくば市吾妻2-8)

3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30

ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名

講師: 筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30

作者による作品紹介

ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



社協からのお知らせ

Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000 円
陶さくら	19,000 円
桜ニュータウン自治会	50,000 円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000 円
細野 民子	5,000 円
大曽根児童館	10,000 円
戸崎 正明	3,000 円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000 円
(株)ヒュリカ	10,000 円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652 円
つくばアサーティブの会	10,000 円

- 社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、
つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種 別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合 計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしくお願いいたします。
令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ
せていただきます。

報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会 (社協) 会員にご加
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の
募集に際しましては、区会 (自治会) のご協力をいただき、
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種 別	対 象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合 計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム
ページにて報告させていただいております。



募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を
必要とする方に対しての家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援 (掃除・調理・洗濯等)、通院・外出
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま
せんか? 人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

- 【資格要件】●ホームヘルパー 2 級以上、又は介護職員初任者
研修修了者以上
- 普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム
ヘルプサービス等に関する業務

【勤 務 日】月～金曜日 8:30～17:15 (休憩1時間含む)
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり
非常勤は週 3 日～ (勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所
(つくば市筑穂 1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書
(写) と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも
募集しています。

お気軽にお問合せください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、
点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。
「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思います。

ふれあいサロンで 人と人の輪を広げよう！

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか？

ふれあいサロン登録団体は、
つくば市社協ホームページに掲載中です！



ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子！
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要！
難しくて簡単にには入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント 等

コメント 毎月楽しく活動しています。
大会形式で様々な賞品を用意してみんなで楽しんでいます。

ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました！

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの？

どんな活動をしているの？

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい！

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています！

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい！参加してみたい！という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

荃崎圏域活動テーマ

あなたの力 あなたの心 支えあう街 くきざき



荃崎圏域だより

サロン・ド・チェリー10周年・100回記念イベントにおじゃましました!

サロン・ド・チェリーは、桜が丘地区の方なら誰でも気軽に参加できるふれあいサロンとして、毎月第3水曜日、桜が丘公民館で活動しています。地区内で高齢化が進んでいる中、元気で生きがいのある人生を送る一助になれるようにと、有志の発案により平成26年11月に発足しました。令和6年12月、設立10周年と開催100回を記念して、「サロン・ド・チェリー 10周年・100回記念イベント」が開催されました。



▲協力し合いながらクリスマスリースを作りました。



イベントでは、クリスマスリースづくりが行われ、どんぐりや松ぼっくり、リボンなど装飾に使える物が多数用意されて、皆さん思い思いのリースを作っていました。お互いに声をかけ合い、協力しながらクリスマスリースづくりを行った後は、クリスマスケーキを食べながら思い出話に花を咲かせていました。

サロンの代表者からは、「サロンに出かけることで人と会い、話しをし、笑いあい、楽しい時間を過ごすことで安らぎを得られ、閉じこもり防止の特効薬にもなる。サロン・ド・チェリーでは、茶話会やゲーム、出前講座など、世話役や参加者の意見を聞いて多彩な活動

を目指してきた。設立10周年と開催100回目を迎えられたのは、地域の皆さんに支えられ、自治会や社協からの支援があったことでできたこと。これからも皆さんと一緒に楽しく生きがいのある生活を続けられるようにしていきたい」と話されていました。



▲特別なケーキも用意されていました!



▲ほっとひと段落でおしゃべりタイム

コーディネーターのつぶやき

あっという間に1年が過ぎ、2025年が始まりました。皆さんは今年1年どんな年にしたいですか? 私はいろいろな所へ旅行に行きたいと考えています。日本各地へのグルメ旅行をモチベーションに頑張っていきたいと思いますので、今年もよろしくお願いします。



<3・4ページ担当者>

荃崎圏域担当

生活支援コーディネーター 小倉

〒300-1273 つくば市下岩崎2068 (荃崎老人福祉センター隣)

TEL:029-876-4552 / FAX:029-876-2842

Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp