



つくば市協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

つくば市協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される**カプセルトイ募金**。今年度は、募金グッズを**筑波技術大学**（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。この機会に「じぶんの町を良くする」募金をしてみませんか？



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後の楽しみ♪

赤い羽根カプセルトイ募金



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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



【問合せ】法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】弁護士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】司法書士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】臨床心理士

【TEL】ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】つくばパソコンボランティア

【問合せ】ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの!これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか?

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと(丸形消印のみ)切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手(はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば朗読ボランティア(けやきの会)」、点訳版は「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

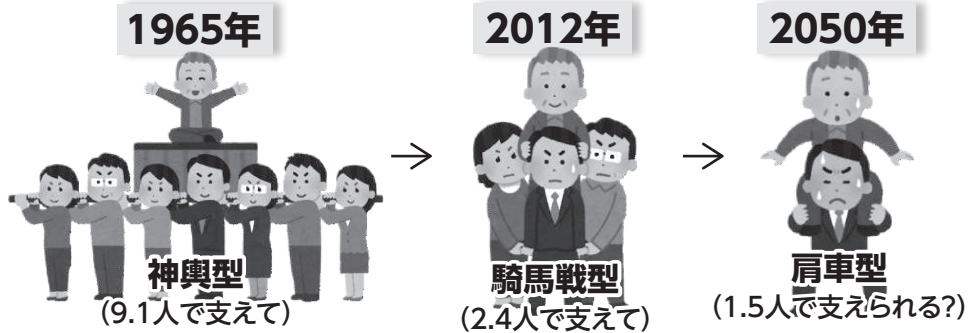


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか！

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫！と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます！

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす！

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます！



お互いさまの活動を増やす！

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い！

生活支援コーディネーターがサポートします！



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

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

第1回大穂圏域「地域支えあい会議」を開催しました！

9月28日、吉沼交流センターにて令和5年度第1回目の「地域支えあい会議」を開催しました。生活支援体制整備事業について、事業の背景および事業概要について説明をした後、グループワークを行いました。

小地域ごとのグループになり、「自分の知っている人の集まりや場所」をテーマに話し合いをし、発表を行いました。皆さんから多くの情報をあげてもらい、改めて地域には伝統的な集まりから畑などでの何気ない会話の場など、様々な集まりがあることがわかりました。それらの場で、誰かと話をしたり、一緒に何かをしたりすることは介護予防的な効果があり、その人の生きがいになったりしています。それらは地域の大切な資源です。



▲グループワークの様子…皆さん真剣に話し合いをしています

教えていただいた集まりの場をさらによく知り、それらをつなげ広げていくこと、またそれらからヒントを得て新たな仕組みづくりにつなげていくために、コーディネーターは今後も引き続き活動していきます。

今回のトピック！ 「吉沼小学校区社会資源集」が完成しました!!

「吉沼小学校区社会資源集」は、地域の情報を必要としている方や、すでに地域で活動している皆さんに役立つ情報が掲載してあります。吉沼小学校区の地域から選出されたメンバーが中心となり作成しました。



▲吉沼小学校区社会資源集

この情報により、地域住民の自主的な活動につながることを目的に発行し、その結果、地域住民の健康や生きがいづくり、地域活動の活性化の一助になればと思い作成しましたので、ぜひご活用ください！ また「社会資源集を見たい」「手元に欲しい」などありましたら、下記コーディネーターまでご連絡ください。

●社会資源集の掲載内容

- ①区会情報 ②ふれあいサロン ③シルバークラブ
- ④同好会・趣味活動団体 ⑤伝統行事関連団体
- ⑥ボランティア関連団体
- ⑦その他地域情報
(地域包括支援センター、民生委員児童委員、ふれあい相談員)など

コーディネーターのつぶやき

今年に入ってから様々な行事・イベントが再開されたこともあり、皆様日々忙しく過ごしていると思います。それらに参加することで地域状況や地域の方々を知ることができており、貴重な時間となっています。今年もあとわずかとなりましたが、引き続きよろしく申し上げます！



<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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り



赤い羽根カプセルトイ募金

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか？



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後の楽しみ♪



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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】 法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】 毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】 弁護士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】 毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】 司法書士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】 毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】 臨床心理士

【TEL】 ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】 毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】 つくばパソコンボランティア

【問合せ】 ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの！これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか？

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと (丸形消印のみ) 切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手 (はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動 検索

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。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)」、点訳版は「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

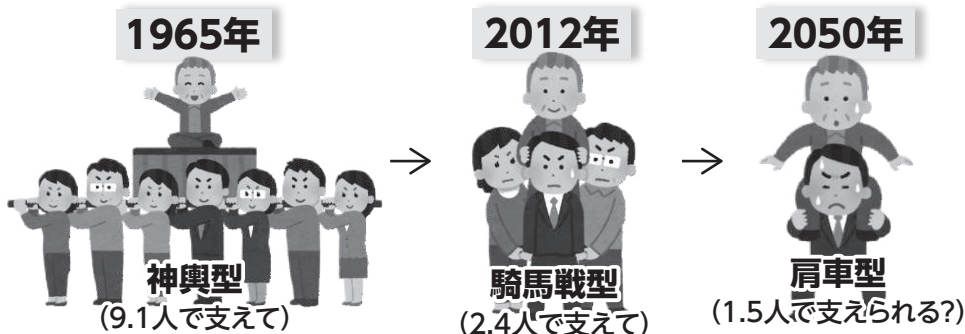


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか!

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫! と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます!

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす!

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます!



お互いさまの活動を増やす!

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い!

生活支援コーディネーターがサポートします!



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

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

つばきもと 椿本シルバークラブ（今鹿島）の活動に参加！

7月に開催した「今鹿島小学校区見守りネットワーク会議」に出席されたふれあい相談員さんから「シルバークラブ会員が月1回集まって神社掃除をしてくれていて、そこに民生委員やふれあい相談員が参加しているので、顔を合わせる良い機会なんだ」と教えてもらいました。

そこで、その活動を拝見するため8月のある日の朝9時に稲荷神社に向かうと、すでに汗を流して掃除をする姿が真夏の暑い時期だったので朝早くからお墓掃除や公民館掃除を済ませていました。



▲みんなで協力して掃除します！



▲皆さんさわやかな笑顔です

月に1回の掃除はしていても、落ち葉が溜まったり、参道に土がかかっていたり、木がいつの間にか大きくなっていたりやることはたくさん。「みんなで次はこうしよう」と相談しながら作業を進めています。作業の後は、地域の方が作った「ゴジラのたまご」という巨大スイカをいただき、流した汗をクールダウンしました。楽しいおしゃべりをしながら美味しいスイカをいただき、終始笑顔になるとにかく明るい活動でした。

はっけ 百家（上・下）地区活動に参加！

こちらも、「沼崎小学校区ネットワーク会議」の際に教えてもらった地区活動です！

百家地区の観音寺の境内とお墓周辺などの掃除を、百家の女性チーム十数人が毎月1日と15日に行っています。

9月1日も近隣から自転車や徒歩で集まり作業がスタート。お話ししながらですが、手を休めることなく手際よく落ち葉を集めます。1時間ほどでたくさんの落ち葉の山ができ、ここで一服。とても暑い日だったので日陰でお茶を飲みながら、作物の話や近所のスーパーの話、9月の第2日曜日に行く「百家の竜水万灯祭」についてなどなど、色々な話に花を咲かせます。途中、「最近は交通事故が多いから気を付けてね」と交通安全母の会のメンバーから情報が入ったり、真新しい情報もすぐに共有できるスピードに感心しました。



▲境内には落ち葉がたくさん



▲笑顔が素敵です

どちらの活動も、顔を合わせて一緒に作業することで「最近どう？」という様子が知れたり、情報交換や交流の場となるんですね。涼しくなって落ち葉の片付けが大変かもしれませんが、ぜひまたお邪魔させてください！

※百家の竜水万灯祭については、2層SCのInstagramでも紹介しています！



コーディネーターのつぶやき

今年の猛暑もすっかり落ち着き、急に寒くなってきました。周囲ではコロナやインフルエンザなどの話が聞かれています。あっという間に年末がきてしまうので、季節の移ろいを楽しみながらくれぐれもご自愛ください。



<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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学(産業技術学部総合デザイン学科)の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口(大穂庁舎)に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか?



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後のお楽しみ♪

赤い羽根カプセルトイ募金



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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



【問合せ】法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】弁護士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】司法書士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】臨床心理士

【TEL】ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】つくばパソコンボランティア

【問合せ】ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの!これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか?

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと(丸形消印のみ)切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手(はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。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)」、点訳版は「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

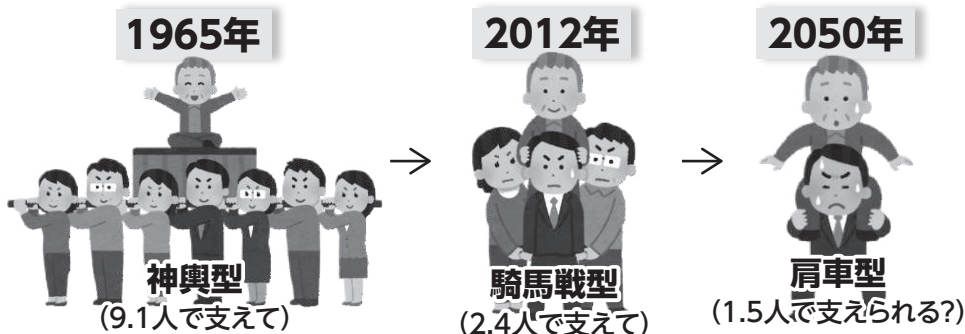


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか！

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30～40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫！と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます！

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす！

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます！



お互いさまの活動を増やす！

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い！

生活支援コーディネーターがサポートします！



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

谷田部東圏域だより

令和5年度第1回地域支えあい会議を開催しました!

8月8日、市民ホールやたべにて今年度第1回の支えあい会議を開催しました。

昨年度までとは少し雰囲気を変えて、地域に関心のある方なら誰でも参加OK! なオープンな開催形式にしました。当日は、様々な役割や立場の中で、地域に関心を持っている35名の方にご参加いただきました。

第一部では、「地域のくらしを支える! 住民主体の生活支援活動」をテーマに、赤塚東山ふれあいネットワーク代表の大森さんの活動についてお話を伺い、第二部では第一部の情報も参考にしながら、「地域でやってみたいこと!」について広くアイデア出しを行いました。実現できそうでもできなさそうでも、なんでもOK。とにかくたくさんのアイデアを出す!ということを目指し、みんなでワイワイガヤガヤ話し合いをしました。

「若い世代とのつながりをつくりたい!」「地域の“居場所”をつくりたい!」「活動ができる“場所”がもっとあったらいいなあ」などたくさんのアイデアが出ました。この日の参加者同士の出会いの中で、アイデアが実現したケースも!

今後も、楽しい雰囲気の中で話をしながら、地域であんなことしたい! こんなことしようよ! そんなアイデアがたくさん生まれる場を目指していきたいと思います★



第2回地域支えあい会議を開催します♪

次回の支えあい会議は、12月4日(月) 13時30分からつくば市役所にて開催予定です! 次回は「つながる」をテーマに、谷田部東圏域内で行われている地域活動をお互いに知り、仲間づくりにつながるような機会にしたいと思います!

地域に関心のある方ならどなたでも参加大歓迎♪ ぜひ一緒に「ワイワイガヤガヤ」地域の話で盛り上がりませんか!?



▲第2回支えあい会議の申し込みはこちらから

コーディネーターのつぶやき

人間も植物も暑さに負けてしまいそうな今年の夏でしたが、昨年、地域のバラマイスターから譲り受けたバラは、暑さに負けず何度もきれいな花を咲かせてくれました。

植物が元気だと、こちらにも元気をもらえますね! 最近もう一鉢、色違いのバラを譲っていただいたので、大切に育てたいと思います♪



<3・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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グランステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか?



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後のお楽しみ♪

赤い羽根カプセルトイ募金



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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】法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】弁護士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】司法書士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】臨床心理士

【TEL】ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】つくばパソコンボランティア

【問合せ】ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの!これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか?

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

<収集の仕方>

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと(丸形消印のみ)切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手(はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

<収集の仕方>

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動 検索

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば朗読ボランティア(けやきの会)」、点訳版は「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

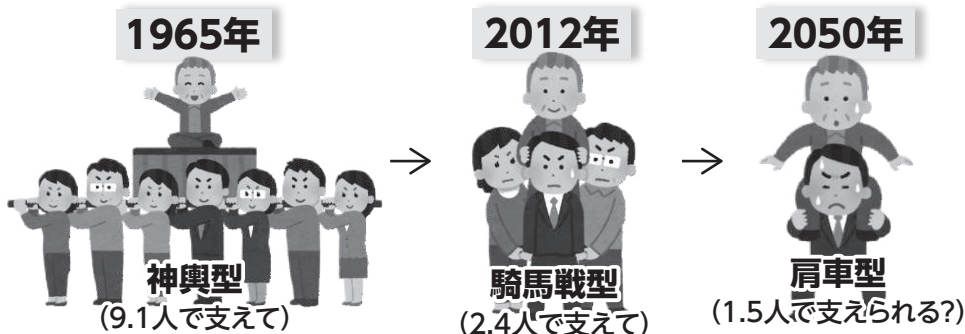


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか!

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫! と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます!

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす!

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます!



お互いさまの活動を増やす!

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い!

生活支援コーディネーターがサポートします!



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

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

地域の皆さんの“笑顔”が輝いています!!

ふれあいサロン「福寿草」へ伺いました!

福寿草は、谷田部のみずほ団地で毎月第1木曜日の午前11時から午後3時ごろまで、食事と共に茶話会などを楽しんでいるサロンです。この日も食事を取りつつ、日々のちょっとした出来事やテレビの感想などを話していました。みんな和気あいあいと会話を楽しむ、この居心地の良さはまるで実家のように。お腹も心も満たされるひとときでした。

サロンを運営している方々から、これまでの歩みやみずほ団地の特徴、同じメンバーで運営している「みずほカフェ」の話などを伺った中で、「自分の居場所を自分でつくる」という言葉がとても印象的でした。日々の生活の様子を気に掛け合う関係性の先に、皆さんの笑顔あふれる地域の居場所がつけられていました。

サロンのお問い合わせは、下記コーディネーターまでお気軽にどうぞ!



真瀬新田ふれあいサロンへ伺いました♪

真瀬新田ふれあいサロンは、毎月第2火曜日の午前10時より行われています。

10月は民謡・真瀬音頭鑑賞会ということで、真瀬にお住まいの歌手・戸塚礼子さんと、津軽三味線の深田勇馬さんのお二人がいらっしゃいました。民謡・真瀬音頭鑑賞会では、「真瀬音頭」「磯節」「磯原節」など、地元である真瀬や茨城県の大洗（大洗町）、磯原（北茨城市）にゆかりの曲や、「五ツ木の子守歌」「父娘坂」など有名な曲を、深田さんの三味線と戸塚さんのこぶしのある美声を聞かせてくれました。特に、全体で歌唱した「花笠音頭」は、会場の40名ほどが熱気に包まれ一丸となって楽しむことができました。



また、深田さんの三味線による「津軽じょんがら節」も披露され、唄と三味線によって秋の空気を震わせるさわやかな音色で、音楽に包まれる非日常のひとときを過ごすことができました。

コーディネーターのつぶやき

今年の夏は暑かったですね! そして急に気温が下がり、体が悲鳴をあげています。皆様はいかがお過ごしですか。

温度の変化もストレスになると先日知りました。この寒暖差に負けないように、鍋や煮物、炊きこみご飯などで栄養を取っていきたいと思っています!! 皆様も、ゆっくりと体を休めて、どうぞご自愛くださいね。



<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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り



赤い羽根カプセルトイ募金

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか？



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後の楽しみ♪



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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



【問合せ】 法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】 毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】 弁護士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】 毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】 司法書士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】 毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】 臨床心理士

【TEL】 ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】 毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】 つくばパソコンボランティア

【問合せ】 ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの！これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか？

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと (丸形消印のみ) 切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手 (はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。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)」、点訳版は「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

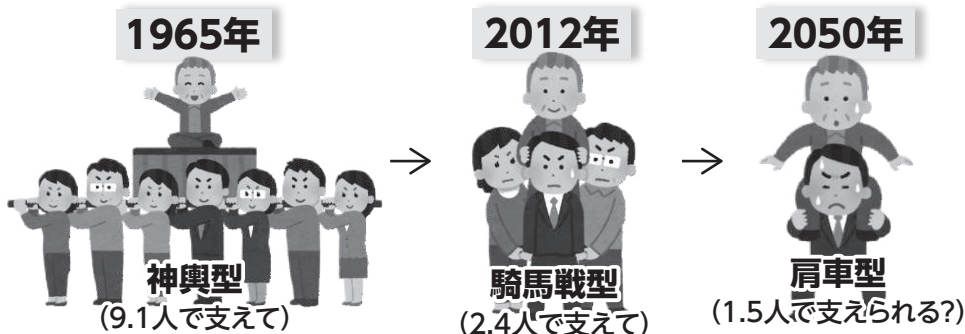


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか!

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫! と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます!

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを、使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす!

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます!



お互いさまの活動を増やす!

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い!

生活支援コーディネーターがサポートします!



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

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

令和5年度 第1回 桜圏域「地域支えあい会議」を開催しました! 8月29日@研究交流センター

今回の会議は、①生活支援体制整備事業の再周知、②住民主体活動の報告、③「サロン通いの場」にフォーカスした説明およびサロン代表者による活動発表を行いました。

住民主体の活動報告では、昨年度の地域支えあい会議にて決議された「桜圏域版社会資源集作成チーム」より作成進捗状況の報告をしていただきました。桜圏域内の地域活動の場や人的資源を見える化した冊子を作成することで、外出促進につなげることや住民主体の支えあい活動を広げるための一助となることが期待されています。

サロン代表者による活動発表では「ふれあいサロン・千現カフェ」の代表者に発表をしていただきました。これまでの活動内容や活動する上での課題、見守り活動の一環としてのサロン運営などをお話いただきました。「今回の会議から得たヒントを地域に持ち帰り、できることから始めてみようと思う」という参加者からの感想が印象的でした。

次回の会議は来年2月を予定しています。皆様のご参加をお待ちしています!



▲資源集作成チーム進捗報告…完成が楽しみです!



▲千現カフェ活動報告…通いの場や見守りに対する想いに感銘を受けました

ふれあいサロン「桜レインボー」に参加してきました!

「桜レインボー」は、令和4年4月に発足した比較的新しいふれあいサロンです。毎月様々な企画をサロンメンバーの皆さんで考えて活動しています。

参加させていただいたこの日は、スクエアステップを行いました。「頭で分かっている、思うように体が動かないっ!」この感覚が良い刺激となり、脳が活性化している感覚を味わえました。

こちらのサロンは栗原交流センターを拠点に活動していますが、桜地区どの地域からの参加もウェルカムとのことです。参加メンバーはみんな仲良く、自由に気軽に参加できる環境があります。そんな素敵な活動に、皆さんも参加してみませんか? 興味がある方は、下記コーディネーターまでご連絡ください。

- 開催日時：毎月第2水曜日
13:00～15:00
- 場 所：栗原交流センター



▲皆さんスクエアステップに夢中です

コーディネーターのつぶやき

気付けば11月。目まぐるしく日々が過ぎていった感じがしております。桜圏域の皆様になんげと存在を知っていただけた上半期になったのではないかと感じております。下半期はもう一歩踏み込みながら、地域に寄り添ってい

けたらと思っております。企画しようとしていることや、相談事などございましたら、ぜひ私にも声をかけていただけたらありがたいです!! よろしくお願いたします。



<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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

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

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り



赤い羽根カプセルトイ募金

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか?



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後のお楽しみ♪



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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

【問合せ】法人運営室 TEL 029-879-5500



報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの!これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか?

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

<収集の仕方>

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと(丸形消印のみ)切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手(はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

<収集の仕方>

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動

【問合せ】ボランティアセンター TEL 029-879-5898

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

<予約制の相談>

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】毎月第2・3・4(木) 14:00～16:00

【相談員】弁護士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】毎月第3(水) 14:00～16:00

【相談員】司法書士

【TEL】法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】毎月第1・3(金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】臨床心理士

【TEL】ファミリーサポートセンター 029-879-5504

<予約不要の相談>

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】毎月第1・3(土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】つくばパソコンボランティア

【問合せ】ボランティアセンター 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。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)」、点訳版は「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

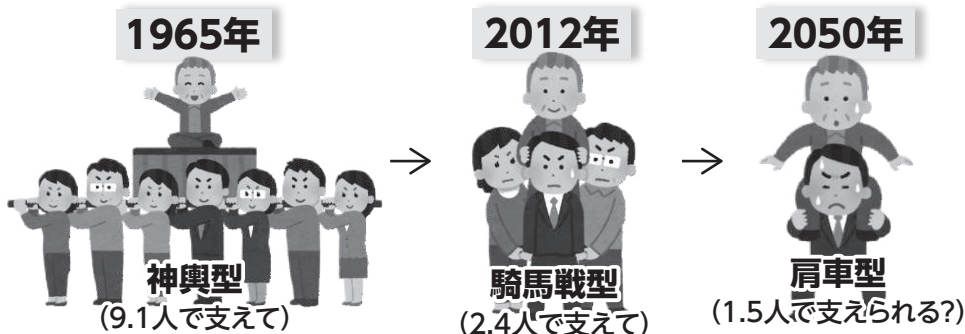


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか!

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増加しています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫! と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます!

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを、使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす!

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます!



お互いさまの活動を増やす!

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い!

生活支援コーディネーターがサポートします!



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



荃崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

みんなの親切 地域愛 絆深まるまち 筑波

筑波圏域だより

受け継がれる歴史と温かい心

神郡にある「普門寺」は季節によって咲く花や木々の色づきによって姿を変え、訪れる方々を温かく迎えてくれる歴史あるお寺です。

7月末の暑い日の夕方、入口の「普門寺」と書かれた石碑のすぐ後ろにある戦没者慰霊碑をお掃除する「神郡シルバークラブ」の皆さんの姿がありました。お互いに声を掛け合って手際よく草をとったり、掃き掃除をしたり、あっという間の連携プレーで7袋のゴミ袋がいっぱいになりました。長い年月、慰霊碑を守ってきた遺族会の方も歳を重ね「できる人が引き継いで守れたら」との思いから定期的にお掃除をされています。歴史とともに温かな心が受け継がれ、改めて地域の絆や思いを感じました。



「ふれあい相談員」をご存じですか!?

誰かがたまに家を訪ねて来ておしゃべりをしたり、思いがけず声をかけられたり、ちょっとした立ち話で元気が出たり、ホッとしたり、楽しい気持ちになることはないですか? 必要以上の心配や干渉されるのは嫌だけど、たまに自分のことを気にかけてくれている人が声をかけてくれるというのは心強さや安心感にもつながるものです。

筑波地区では20名の「ふれあい相談員」の方が地域の見守り活動の推進役として、希望されたご家庭の訪問や声掛けをさせていただいています。たわいのないおしゃべりや健康情報の交換、困りごとがある時は必要な窓口におつなぎする等の活動を行っています。また、3か月に1度はごみ袋とお知らせ情報（詐欺被害注意、健康づくり情報等）のお届けもしています。地域で「ふれあい相談員」を見かけたら、お気軽にお声掛けください。

「ふれあい相談員」の訪問をご希望される方、体調等の不安な家族をご心配されている方は、お気軽に社会福祉協議会（TEL 029-879-5500）にご連絡ください。

【対象】

- ・一人で生活されている方
- ・高齢の方のみのご家庭
- ・体調等に不安がある方
- ・日中いつも一人で過ごしている方等

●筑波地区のふれあい相談員をご紹介します（令和5年10月1日現在）

| 担当地域 | 相談員名 | 担当地域 | 相談員名 | 担当地域 | 相談員名 |
|------|--------|------|-------|------|-------|
| 上田中 | 小野村みゆき | 北条新田 | 福嶋 敬子 | 山 口 | 杉山 吉男 |
| 小田東部 | 宮本 一枝 | 小田中部 | 青木 道夫 | 北太田 | 澤邊 孝子 |
| 大 形 | 桜井 勝夫 | 下大島 | 平田 こと | 東作谷 | 宮島 悦子 |
| 西作谷 | 山中美江子 | 南作谷 | 酒寄千鶴子 | 下作谷 | 岡野美智子 |
| 上大島 | 東旭 清子 | 上作谷 | 宮本 純一 | 明 石 | 稲川 幸江 |
| 平 沢 | 結束美代子 | 下田中 | 菊地 利夫 | 山 木 | 中原 修司 |
| 寺 具 | 鈴木 房二 | 大 形 | 中山 克巳 | | |

(順不同・敬称略)

※「ふれあい相談員」は地域からの推薦を受け、見守り活動の推進役としてつくば市社会福祉協議会が委嘱し活動いただいています。

コーディネーターのつぶやき

食欲の秋といいますが、柿や栗が美味しい季節となりました。

柿は、小さな頃は苦手な果物で好んで口にすることはありませんでしたが、年を重ねるごとに美味しさが分かるようになり、今では店頭と並ぶのが待ち遠しく感じるほどの好物となっています。いつから「好き」に変わったのかを考えても思い出せないのですが、皆さんにも知らず知らずのうちに苦手から大好きに変わったものはありませんか・・・!?



<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



つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信

つくば

2023 11月号 No.117

荊崎圏域版



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

募金をすると

produced by 筑波技術大学

つくばオリジナルグッズがもらえる!



▲オリジナルグッズは街頭募金でも大人気!
(10月1日@山新グラステージつくば)



▲グッズはすべて筑波技術大生による手作り



赤い羽根カプセルトイ募金

1回100円でガチャガチャを回すと、赤い羽根募金に関係するグッズがもらえるだけでなく、全額が赤い羽根募金に寄付される「カプセルトイ募金」。今年度は、募金グッズを筑波技術大学（産業技術学部総合デザイン学科）の学生たちに制作していただきました。

赤い羽根共同募金のキャラクター「赤羽根家」や、つくば市社協のマスコットキャラクター「つくちゃん」のオリジナルキーホルダーやストラップなど、グッズは全部で24種類。ガチャガチャはつくば市社協の本部窓口（大穂庁舎）に設置しているほか、社協が実施するイベントにも登場します。

誰も持っていないつくばオリジナルの募金グッズが盛りだくさん。今年も楽しみながら募金をしてみませんか？



▲キーホルダーやストラップ、缶バッジなど募金グッズは全部で24種類
何が当たるかは、募金をした後の楽しみ♪



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す

令和5年7月1日～令和5年10月15日 (順不同・敬称略)

| | |
|-------------------|-----------|
| 豊里町ボランティア団体 ジャがいも | 141,444 円 |
| 台町芝刈会 | 68,055 円 |
| 坂本 顕 | 7,002 円 |
| 茨城県立荖崎高等学校 生徒会 | 6,859 円 |
| 匿名 2 件 | 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】 法人運営室 TEL 029-879-5500

案内 各種「悩みごと相談」をご利用ください

暮らしの中での様々な困りごとに対し、面接による相談を実施しています。相談はすべて無料です。事前予約が必要となる相談もありますので、まずはお問い合わせください。

相談場所：つくば市社会福祉協議会 本部
(筑穂1-10-4 大穂庁舎内)

〈予約制の相談〉

弁護士による相談

金銭貸借や離婚等の日常生活における法律上の問題

【日 時】 毎月第2・3・4 (木) 14:00～16:00

【相談員】 弁護士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

司法書士による相談

遺言や相続、成年後見制度等に関すること

【日 時】 毎月第3 (水) 14:00～16:00

【相談員】 司法書士

【TEL】 法人運営室 029-879-5500

子育て・子どもの悩み相談

不登校や引きこもり、子どもとの関わり等に関すること

【日 時】 毎月第1・3 (金) 13:00～14:30、14:40～16:10

【相談員】 臨床心理士

【TEL】 ファミリーサポートセンター 029-879-5504

〈予約不要の相談〉

高齢者・障害者のためのパソコン相談

パソコン操作やインターネット接続等のパソコンに関すること

【日 時】 毎月第1・3 (土) 10:00～12:00、13:00～15:00

【相談員】 つくばパソコンボランティア

【問合せ】 ボランティアセンター 029-879-5898

報告 竹園高校JRC部から車いすが寄贈!

この度、茨城県立竹園高等学校JRC部から車いす1台を寄贈していただきました。

竹園高校JRC部は、社会貢献活動として実施している古紙回収の収益金で、毎年つくば市社協に車いすを寄贈しています。今年で通算15台目の寄贈となりました。

寄贈いただいた車いすは、一時的に車いすを必要とされる方に対する貸出用として活用させていただきます。



「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

「収集ボランティア」は、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならではの！これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがでしょうか？

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手 (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

- (1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。または、消印ごと (丸形消印のみ) 切り取る。
- (2) 以下の①～④に分類する。
 - ①台紙付き切手
 - ②台紙なし切手 (はがれてしまったもの)
 - ③外国切手
 - ④未使用切手



注意

切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。



●磁気カード (使用済み・未使用)

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード (主なもの)

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外



注意

折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動 検索

【問合せ】

ボランティアセンター TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。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)」、点訳版は「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

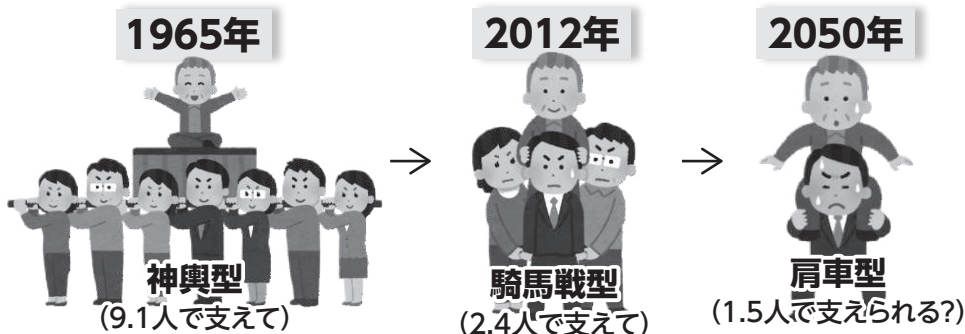


どうして「生活支援体制整備事業」が生まれたのか!

少子高齢化により社会保障財政を支える仕組みに危険信号

皆さんもご存じの通り、少子高齢化が進み高齢者を支える若者の負担が増えています。

以前は、一人の高齢者を複数で支えていましたが、30~40年後には一人で一人を支える時代が来るといわれています。



お金もかかるし、人手がない

病気になって身体が不自由になっても、介護保険のサービスを使えば大丈夫!と安心している方も多いと思いますが、高齢化とともに介護を必要とする人が増え、財源の不足や人材不足によってどの世代にとっても良くない事態が起きてしまいます!

高齢者世代は・・・



- 高い保険料を払うだけでサービスは使えない
- 使いたいサービスを使いたい時に使えない

若い世代は・・・



- 保険料の負担増
- 家族の介護等のために仕事を続けられない

平成27年に介護保険法改正で創設されたのが「生活支援体制整備事業」です

年をとっても誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう

「支えあいの地域づくり」を行っています

皆さんで考えて備えていきたいこと



健康寿命をのばす!

いつまでも元気に暮らせるよう健康増進に努めましょう。元気なお年寄りも支え手としても活躍できます!



お互いさまの活動を増やす!

日常のちょっとした困りごとを地域で協力し合える助け合いの仕組みづくりが必要です。

地域に「顔見知り」が増え、「お互い様」の気持ちを持ち合うことで困ったことが起きたり、災害等の時にも心強い!

生活支援コーディネーターがサポートします!



大穂圏域
大塚(おおつか)



豊里圏域
長岡(ながおか)



谷田部西圏域
堤(つつみ)



谷田部東圏域
荻生(おぎゅう)



桜圏域
宮川(みやかわ)



筑波圏域
難波(なんば)



茎崎圏域
小倉(おくら)

地域の皆さんと一緒に悩み、考え、話し合い、地域活動を支援する役割として「生活支援コーディネーター」が7圏域に配置されています。お気軽にご連絡いただき、皆さんの声を聞かせてください。

あなたの力 あなたの心 支えあう街 くきざき



荳崎圏域だより

荳崎ボランティアふれあい交流会を開催!

10月19日、令和5年度荳崎ボランティアふれあい交流会を開催しました。この会は、荳崎地区のボランティア団体で組織する荳崎ボランティア連絡会とつくば市社協の共同開催であり、開催にあたり何度も話し合いを重ねています。

今回は、障害のある人もない人も、大人も子どももお年寄りも、みんなが助けあって共に暮らすために、私たちが地域でできることを考える機会として開催しました。「しょうがい者と共に笑顔のまちづくりをめざして」をテーマとして「とりで障害者協働支援ネットワーク」の方々を講師としてお招きし、「取手市あいサポート運動」等のお話を伺いました。この運動は障害を知り、共に生きるを一人ひとりが学び、ちょっとした手助けや配慮を実践する草の根運動とのことです。障害のある方が何に困っているのか想像力を働かせること、障害のある方が何かあった時に助けられやすい環境、助けやすい環境をつくっていくことが大切であると学びました。



▲皆さん真剣に話を聞いていました

令和5年度地域支えあい会議を開催しました

9月28日、荳崎保健センターにて令和5年度第1回目の「地域支えあい会議」を開催しました。

今回は事例報告として、宝陽台地区による取り組みについて情報共有を行いました。宝陽台地区では、団地内高齢者の日常生活支援の活動を目的とした「宝志会」が活動しており、^{ほしがい}が活動しており、ごみ出し支援や送迎支援、居場所づくりプロジェクト等、様々な活動を行っています。また、今年から立ち上がった自主防災組織についての報告もあり、会議参加者からは、自分の地区でもできるように参考にしていきたいといった感想も聞かれました。

また、令和4年7月に発行した荳崎圏域版社会資源集について、活用方法や修正案等を話し合い、今後より良いものにしていくにはどうしたらいいか、意見交換も行いました。

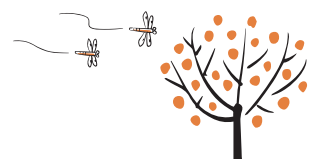
今後も地域支えあい会議では、地域における様々な活動の紹介や、地域でやりたいことを形にしていくための話し合いを行っていききたいと思いますので、ご協力をお願いします。



▲社会資源集について皆さんで話し合いを行っています

コーディネーターのつぶやき

今年は地域でのお祭り等の様々な催しが再開され始め、地域に活気が戻りつつあるのではないかと思います。慌ただしく一年が過ぎ、あっという間に11月。今年もあとわずかとなりました。私もやり残したことの多いよう過ごしていききたいと思います。



<4ページ担当者>

荳崎圏域担当

生活支援コーディネーター 小倉

〒300-1273 つくば市下岩崎2068 (荳崎老人福祉センター隣)

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

Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp