

ふれあいネットワーク



社協

まつもと



親子で笑顔がこぼれます  
「マッサージは気持ちいい……」  
(梓川地区で)

## ～笑顔につつまれて～

平成19年 No.173

1月1日号

- ・広がる親子のふれあい…………… 2 P
- ・福祉の勉強 学校めぐり …………… 3 P  
本郷小学校
- ・ボランティア情報誌「こてまり」… 4～5 P
- ・今年も元気に働きます…………… 6 P
- ・おらほのふくし・あいちゃん…… 7 P
- ・ふくしかわらばん…………… 8 P

あけましておめでとうございます。

今年は、市制施行100周年の節目の年です。

総人口が減少し、少子高齢社会・核家族化・都市化が進む時代ですが、笑顔いっぱいの子どもたちが素直で、明るく、のびのび育つ環境づくり、誰もが今暮らしている住み慣れた場所でこれからも安心・安全でいきいきと生活できるまちづくりを、進めていきたいと思いを。

発行 社会福祉法人 松本市社会福祉協議会 電話 27-2000  
編集 社協まつもと編集委員会 FAX 27-2239  
E-mail: syakyoum@avis.ne.jp http://www.avis.ne.jp/~syakyoum/

私にもできる安心・安全な地域づくり



# 広がる親子のふれあい

## 乳幼児の子育て

松本市社会福祉協議会では、乳幼児の子育て支援の一環として、市内十一カ所の児童館・児童センターなどで「つどいの広場」を開いています。

### 梓川児童センター

十一月は幼児のマッサージ教室が開かれ、参加者は手足、首、顔、耳など全身のマッサージ方法と効果について、講師の説明を受けました。

### 肌のふれ合い 愛情いっぱい

「マッサージをすることで、親子の肌のふれあいにより、愛情が満たされ、脳に働きかけ、免疫を高め、丈夫な体をつくります」とのことです。親子の愛情がいつばいあふれていました。



講師の指導を受けながら実践です

### 鎌田児童センター

親子と一緒に音楽に合わせてダンス。

体をいっぱい動かした後、先生たちがパネルシアターを発表してくれました。アンパンマンやいろいろな動物たちが登場して、子どもたちは目を輝かせながらパネルに見入っていました。



みんな何が出てくるか興味津々

### 山辺児童センター

バイオリンとキーボードによるミニコンサートが開かれました。

暖かい陽気に誘われて、二十家族・四十三名の親子が、テレビのアニメソングや童謡のメロディーに手拍子を送り、身体でリズムをとって楽しんでいました。



曲に合わせて ニコニコ手拍子

### 親の声

- ◎自分自身もリフレッシュでき、指導者との対話が楽しいです。
- ◎家庭にいる時に比べ、子ども同士のふれあいの中から刺激を受け、喜んで仲間の輪の中に入っていくようになりました。
- ◎親同士の会話から、子育てに関する意見交換や交流ができてとても参考になりました。
- ◎子育ての悩みを分かち合っていて、ストレスを分散できます。

### 子どもへの願い

- ◎子どもには元気で丈夫に大きく育ってほしい。
- ◎友達に優しくできる子どもになってほしい。

### 児童センターへの声

- ◎先生たちがとても明るくて、子どもたちの面倒もよく見てくれるので助かります。
- ◎松本に越して来たばかりで、知らない土地に不安がありました。このような場所があつてありがたいです。

### 職員の声

◎つどいの広場を大いに利用してください。親子や同年代の子ども同士の間でふれあいを通して視野の広い、他人を思いやる心を持った子どもに成長することを願います。





## 福祉の勉強 学校めぐり

### 3年2組 福祉ひろばで交流しました。

7月に初めて交流したとき、「楽しかった」という感想と、「きんちょうした」「どきどきした」という感想がありました。

〇さて、2回目の交流はどうだったかな。

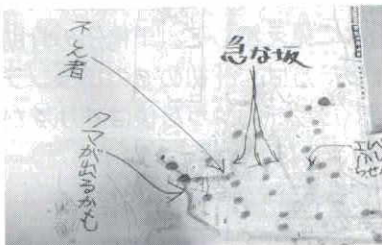
～音楽発表で、元気にできてうれしかったです。新聞紙をちぎって長さくらべをするゲームで、おばあさんは、やぶるのがとてもじょうずでした!!びりだったけど、とっても楽しかったです。帰るときに、おばあちゃんたちが、さいごまで見送ってくれてうれしかったです。この前行ったときよりも、はずかしくなかったです。～

〇2回目は、みんなの笑顔がたくさんありました。「次は、自分たちでやることを考えよう」という意見が出て、現在準備中です。



### 4年1組 防災安全マップを作りました。

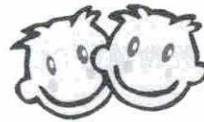
～地震があったとき、助け合うお年寄りを考えるという授業があり、みんなで話し合いました。ぼくが選んだお年よりはふつうの日はずっと一人なので、おっきな地震があったとき、にげるのがたいへんだと思いました。だから、ぼくは助け合わないといけないと思いました。なにかあったら助けたいです。～



## 本郷小学校

### 4年2組 浅間敬老園で交流しました。

～わたしたちは、一学期に敬老園に行きました。おばあさんやおじいさんがいっぱいいました。私たちがおばあさんとしたことは「ビー玉はじき」「パズル」「かたもみかたたき」「歌」です。おばあさんがよろこんでくれたのでよかったです。～



### 6年1組 温心寮で戦争体験を学びました。

〇総合的な学習で、太平洋戦争の時代に生きた話を聞きたいということになりました。自分たちの祖父母は戦争時代はまだ子どもで、経験もあまり多くないということがわかりました。そこで、地域の老人施設にいらっしゃる高齢の方にお話を聞いたらどうかということになり、歩いて10分のところにある温心寮へ行きました。温心寮では、多くのお年寄りが自分のつらい体験も涙を流しながら話してくれたり、「あんなことは何の意味もないんだよ」とわたしたちに教えてくれたりしました。生の声を聞くことができ、貴重なふれ合いになりました。



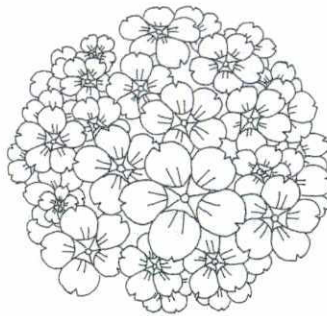


## 松本市ボランティア情報誌

第 4 号



Kozemari



### 小手毬の花言葉

伸び行く姿・努力  
優雅・品位

<編集・発行>

松本市社会福祉協議会内  
ボランティアセンター

TEL (0263)25-7311  
FAX (0263)27-2239

### 「こてまり」はこんな情報を発信しています!!

- ☆ ボランティア活動について、知ってほしいことの情報
- ☆ ボランティア活動をしたい人のための情報の紹介
- ☆ ボランティア活動をしている方や団体の紹介
- ☆ ボランティアの受け入れを希望している施設等の紹介
- ☆ 講習会や行事等の案内
- ☆ 皆さんの意見、感想等の紹介ほか

松本市ボランティア情報誌「こてまり」は、昨年3月に創刊し、年3回程度隣組回覧で発行しています。今回は、「社協まつもと」の紙面を利用し、PRさせていただきます!

### ボランティア交流集会のお知らせ!!

子どもから大人まで… み～んな集まって ふれ合おう!!

☆ 日 時： 2月3日(土) 午前9時半～午後3時半

☆ 場 所： 松本市総合社会福祉センター

☆ 内 容

≪午前の部≫

ボランティアグループや児童・生徒の皆さんの発表

- ・男性コーラスグループ「ひろばコール・ワダ」
- ・小学生の劇 ・読み聞かせ
- ・楽器の演奏 などなど

≪午後の部≫

7分科会ごとに情報交換や活動に役立つ体験交流もあります

- ・地域で支え合うボランティア
- ・傾聴ボランティア
- ・災害のときのボランティア
- ・趣味を生かしたボランティア
- ・男衆の底力を発揮しよう
- ・コミュニケーションづくり
- ・福祉の心を育てよう



全体会 まとめ

☆ 参加費： 200円 (他に昼食代500円)

### ボランティアって、大変?



誰でも、どこでも、いつからでも、自分の気持ち一つで始められるのが「ボランティア」です。

「ちょいボラ」という言葉があるように、家のことや身内のことをやるついでに、ちょっとご近所や周りのことでもしてしまおう。また、自分が受けたやさしい行為や言葉を誰かに「お互いさま」「お陰さま」の気持ちでお返しすることなど。これも立派な「ボランティア」です。

先日、諏訪花田養護学校高等部の生徒さんが、校外学習で松本に見えました。車椅子の介助ボランティアをした方は、「初めてのボランティア活動で心配でしたが、やった後はすがすがしい気持ちになりました」と話していました。

できることから気軽に始めてみませんか?





# ボランティア活動紹介 力強い 歌声にのせて

## 和田地区 男性コーラスグループ「ひろばコール・ワダ」



平均年齢75歳という男性だけのコーラスグループ。その13名のメンバーの歌声は、迫力があり、温かさや親しみを感じます。数々の歌に聞き入っていた方々にお話を伺うと、「力強い歌声が、本当にステキ♥…」 「自分と同じくらいの年齢なのに、いきいきしていてうらやましい」「みんな知っている懐かしい曲ばかり。一緒に歌えて嬉しかった」と、どなたも笑顔で感動されていました。

このグループは、かつての和田青年会時代にコーラスを経験したメンバーが中心となって、5年前に発足しました。現在では斉唱、2部合唱など50曲を超えるほどレパートリーが増え、高齢者施設などを中心に活動しています。歌う曲は、幼い頃から脳裏に残っていて歌い継がれている曲ばかりです。月2回の練習には、欠席する人や遅刻してくる人もいないほど、メンバーは楽しみにしていて、仲間と声を合わせ、心をひとつにすることで生きがいを感じられるそうです。

会社には定年があっても、ボランティアには年齢制限などありません。自分も楽しいし、相手も嬉しい…ボランティアの理想ですね。

いつまでも元気で活躍してください、お父さん!!



### ボランティア募集コーナー!

やってみた〜い!!  
やってほしい!!

下記のお問い合わせは ボランティアセンター (TEL25-7311) まで

#### 寿台養護学校

(松本市寿豊丘811-88)

内容：行事・教育活動・外出・散歩等の援助、読みきかせ、陶芸の指導

日時：授業のあるときなら、いつでも。特に行事の際の援助をお願いします。



#### 雪片づけお助けマン募集

(災害ボランティア登録)

一人暮らしの高齢者や障害者宅等の雪片づけボランティアを募集。ボランティアセンターに登録し、要請があるときに、出動していただきます。災害時の協力もお願いします。



#### “囲碁” “将棋”の相手募集

今さまざまな施設で、囲碁や将棋の相手をするボランティアを募集しています。

活動場所は、ご相談ください。



#### ボランティアセンターから

最近、「“こてまり”を見てお電話しました…」という方が多く、嬉しく思います。

情報発信のボランティアセンターへお立ち寄りください。

お待ちしております。



#### まずは ボランティア登録を!!

- \*どんなボランティア活動があるのか知りたい方
  - \*都合がつくときに、少し時間が取れる方
  - \*自分にできそうなボランティアを見つけたい方
  - \*一人またはグループで演奏・発表などできる方
  - \*こんなボランティアができますという方
- 名前・電話番号などを書くだけで、登録ができます。登録いただいても特に拘束はありません。

(ボランティアセンター受付時間 平日8:30~17:15)



# 今年も元気に働きます

## ～地域でいきいきライフ～

- ①通所者
- ②作業内容
- ③通所者の声



小規模通所授産施設  
『パノラマ』  
松本市沢村1-10-9

- ①☆18歳から64歳までの15名
- ②☆中央図書館の館外清掃と喫茶パノラマの手伝い  
☆ケーキ・クッキーづくり、藍染製品など  
☆紙資源、ビン類の回収と分別など
- ③☆集まった新聞紙や雑誌を、みんなでワイワイ言いながら手渡して積み込むのが楽しい。空き缶の回収に行くのも楽しい。  
☆厨房でケーキやクッキーを作るのが好きです。  
☆包丁を使ってレーズンなど細かく切る仕事が好きです。  
☆パノラマは楽しい雰囲気ので働けるので、気に入ってます。

### 障害者等共同作業所 『松本市希望の家』 松本市双葉4-16



- ①☆22歳から68歳までの19名
- ②☆企業から受注したダンボールの仕切り組み立て、ボンド貼り・陶芸・手芸品の製作など
- ③☆仕事をがんばってお金をためて旅行に行きたい。  
☆うんと働いて本やカメラを買いたい。  
☆お父さんお母さんと外食に行き、おいしいものを食べたい。  
☆フライングディスクを練習して、また全国大会に行きたいです。

現在、市内には20を超える共同作業所や通所授産施設があります。

そこでは、身体・知的・精神にハンディをもった方々、約350名が自宅から通いながら、日中活動の場・福祉的就労の場として、作業や地域での活動を通じ、社会参加・社会復帰をめざし、毎日元気で明るく作業に取り組んでいます。地域と共に歩む作業所・施設の様子を紹介します。みなさんの応援よろしくお祈りします!!

松本市今井1535

### 共同作業所 『ホープ』



- ①☆松本養護学校卒業生を対象に21歳から46歳までの14名
- ②☆職業訓練としての焼き菓子製作（パウンドケーキ・クッキー）  
☆アルミ缶の回収、版画制作など
- ③☆みんなで協力してもっとおいしいケーキを作りたい。  
☆ケーキ作りで学んだことを活かして就職したいです。  
☆在庫や商品納入数の管理をパソコンでできるようにがんばりたい。  
☆今、作っている版画も上手に仕上げたいと思います。

松本市沢村1-14-26

### 精神障害者通所授産施設 『北ふれあいホーム』

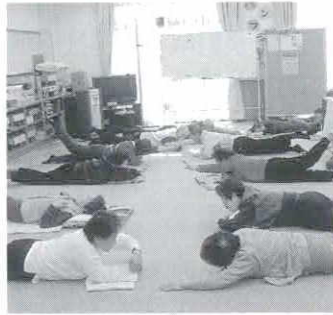
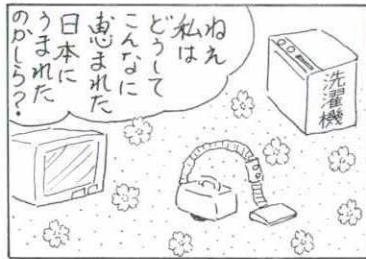


- ①☆23歳から60歳までの27名
- ②☆手づくりパン等の販売  
☆企業から受注したダンボールの仕切り、タオルたたみの作業  
☆手芸品（牛乳パックのいす・袋物）づくりなど
- ③☆パンや自主製品の販売を通して、地域の人たちと共に日々を過ごしています。  
☆みんなでおいしいパンが作れるように努力しています。  
☆メンバーや職員の方々に支えていただき、今では終日通所できるようになりました。



# ～おらほのふくし～

福祉活動は「高齢者」「障害児・者」「児童」「防犯・防災」など、広範囲にわたっています。活動内容もさまざまで、各地域ではいろいろな取り組みがなされています。人と人との絆を育む、地道な活動を紹介いたします。



↑リハビリ体操に取り組む

松本市が行っている健康回復教室（一年間）の卒業生から「教室を継続してほしい」との声で、誕生したりハビリサークルです。片麻痺、難病等の障害者で構成され、会員数は十四名。毎月第三水曜日に、里山辺福祉ひろばで活動しています。

**リハビリの継続で健康回復を**  
リハビリサークル「ひこばえ」



↑力を合わせて、木材を運ぶ

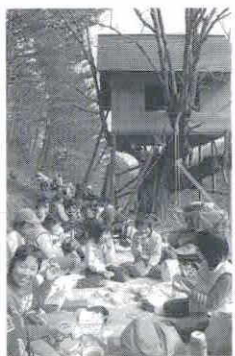
奈川地区では、平成十五年から、「土外あそび（土曜日は外で遊ぼうよ）事業」を行っています。これは、学校五日制に伴い、土曜日を活用して、子どもたち

リエーションを通じ、身障者の体力回復と情報交換の場であるとともに、援助するボランティアの学びの場ともなっています。

**大自然から学ぶ**  
「奈川ツリーハウス」

ちが地域のことを知り、さまざまな体験を通して強く生きる力をつけていくことを目的に、野外活動を中心とした事業です。

教育委員会やPTA・関係者が企画し、最初に、樹齢二百年以上のミズナラの太木に小屋を建てる「ツリーハウスづくり」を実施しました。



↑見事に来たツリーハウス

ネイチャーゲーム、冬にはスノーシュー・そり遊びの拠点として、大人も含め活用されています。

子どもたちには、大きくなって「土外あそび」の経験を活かして、社会で成長することを願っています。

**みんなが集まれる身近な場所を**  
「サロン月見草」

鎌田地区月見町の「サロン月見草」は、「地区の福祉ひろばまで遠く、なかなか簡単に足を運ぶのが難しいので、町会単位で人の出てくる場所を作りたい」と、昨年十月から始まりました。

町会のボランティア部会と民生児童委員が中心になって、町内公民館を会場として、毎月一度、開催されています。今回の来店者は、およそ五十名。女性が目立ちますが、男性も十名ほど来店され、話に花を咲かせていました。

ボランティア部会の女性たちは、クリスマスシーズンということもあり、サンタの帽子をかぶり、店内もきれいに飾りつけて、クリスマスソングをかけながら、雰囲気盛り上げていました。



7 ↑喫茶風のサロンで楽しくおしゃべり



# ふくし・かわらばん

## 成年後見制度とは

認知症や知的障害または精神障害などにより、判断能力が十分でない方々の財産の管理や日常生活での様々な契約などを支援していく制度です。本人に代わって、家庭裁判所が選定した個人または団体が、本人の財産を管理したり、種々の契約を結んだりします。下記のような相談会や講座が開催されますので、ご参加ください。

### 成年後見制度相談会

松本市では、市民の方を対象に成年後見制度の利用についての相談会を下記のとおり開催します。相談は無料で司法書士がおこないます。

開催日	開催時間	会場
1月26日(金)	9時～11時30分	ふくふくらいず
2月27日(火)	9時～11時30分	総合社会福祉センター

相談には予約が必要となりますので前日までに松本市役所高齢福祉課介護福祉担当へ ☎34-3214

### 成年後見制度普及講座

長野県社会福祉協議会主催による、成年後見制度普及講座【松本会場】が開催されます。

日時 平成19年2月7日(水) 午後1時30分～  
会場 松本市総合社会福祉センター  
(松本市双葉4-16)

参加費 無 料

申し込み・問い合わせ

1月24日(水)までに松本市社会福祉協議会へ  
☎27-3381



## 在宅介護者の集い

コース	場 所	実施日
D	美ヶ原温泉(日帰り)	2月20日(火)

- ◆対象者 在宅で、寝たきりや認知症などの要介護高齢者を介護されている松本市在住の方
- ◆内 容 つぼマッサージ、懇親会、相談会
- ◆締め切り 1月30日(火)
- ◆参加費 1,000円
- ◆申し込み・問い合わせ  
松本市社会福祉協議会 ☎27-3381



## 訪問入浴看護師 募集

- 募集人員：若干名
- 職 種：看護師
- 資 格：看護師もしくは准看護師資格を有する方
- 給 料 等：当協議会規程による
- 勤務時間：8:30～17:15  
時間単位の勤務可 相談に応じます
- 応募方法：履歴書を持参または郵送で下記まで

### ◆問い合わせ

松本市社会福祉協議会在宅福祉課  
〒390-0833 松本市双葉4-16  
松本市総合社会福祉センター内  
☎25-3133(内122・123)

## 福祉相談のご案内

相談はすべて無料です

相談名	曜日	時間	電話番号	相談先
福祉なんでも相談	月・金	13:00～15:00	27-3381	社会福祉協議会 地域福祉課
地域福祉権利擁護相談	月～金	9:00～17:00	27-3381	
福祉法律相談(弁護士)	第2月曜	13:00～15:00 (先着8名)	25-3133	当日10時～電話受付 総合社会福祉センター
ボランティア相談	月～金	8:30～17:00	25-7311	ボランティアセンター
	火・金	10:15～19:00	88-2988	市民活動サポート センター
福祉アドバイス相談	水	13:00～17:00	88-2988	

(個人情報・秘密は厳守されます)

