

ふれあいネットワーク



社協

まつもと

ボランティア!ひろげよう、つなげよう、みんなの力で



松本市ボランティア交流集会

附属松本小学校4年西組によるステージ発表



ちょこっとボランティア分科会



施設ボランティア分科会



傾聴ボランティア分科会



コミュニケーションボランティア分科会



災害ボランティア分科会

2月2日に行なわれたボランティア交流集会には、280名のみなさんがつどい、語り、交流するなかで、今後のボランティア活動について考えました。

互いに相手を大切にし、協力し合う“お互いさま”の心で、地域づくりを進めましょう。

- ・家具転倒防止講座からのポイント……………2 P
- ・地区の福祉活動……………2 P
- ・ボランティア情報「こてまり」………3～4 P
- ・学校での福祉体験……………5 P
- ・南部老人福祉センターのサークル紹介…5 P
- ・ふくしかわらばん……………6 P

平成20年 No.178  
3月15日号

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.syakyo-matsumoto.or.jp

私にもできる安全・安心な地域づくり

# 災害に備え家具の転倒を防ぎましょう

近年、大規模な地震など自然災害が頻繁に起きています。災害から身を守るためにどうしたらよいか、一人ひとりが考え行動することが必要です。地震による被害として、家の中にも多くの危険が潜んでいます。

そこで、松本市社協が行なった「家具転倒防止を考える講習会」から、自分や家族の身を守るいくつかのポイントを紹介いたします。

## 地震の時に家の中で危ないものは？

- ・寝室などにある本棚やタンス
- ・台所にある食器棚や冷蔵庫
- ・居間にある照明器具、テレビ、額など
- ・玄関や廊下にある下駄箱やサイドボードなど
- ・仏間の仏壇

## どんな危険があるの？

- ・家具などは、大きな地震によって倒れ、ケガや致命傷を負う危険があります
- ・テレビは、数メートル飛びます
- ・食器類などは、割れて飛散しケガをしたり、冷蔵庫が倒れて避難経路をふさいでしまうことがあります



## ポイントとして

- ・飛散防止フィルムをはり、ガラスの飛散を防ぐ
- ・食器棚や家具の上に、重いものを乗せたり置いたりしない
- ・家具類は、倒れたときのことを考慮して配置し、避難経路を確保する
- ・家具や食器棚、本棚では、重いものを下のほうに収納する
- ・金具で家具などを固定する場合は、下地や土台のある箇所にしっかりと固定をする
- ・上下2段式家具など、積み重ねられている物は、連結金具を用いて固定をする

参考資料 転倒防止器具の取付け方や安全な家具の置き方に関する指導指針（平成17年3月）  
東京消防庁家具類の転倒・落下防止対策推進委員会

## 地区の福祉活動を紹介

### 第一地区

二月二十三日に行なわれた、第二地区「防災と福祉を語る集い」には約七十人の住民が集まりました。旧山古志村商工会長田中仁さんの基調講演や地区の事例発表などで、活発な意見交換が行なわれ、参加者の防災や福祉への意識が、一層高まる集いとなりました。



旧山古志村の被災状況を真剣に聞く参加者

### 四賀地区

二月二十四日、四賀地区福祉の集いが福祉関係者・ボランティア・一般市民など約三百二十人が参加して開かれました。五常小学校六年生の高齢者擬似体験を通して実感した提案や、町会で行なわれている『いきいきサロン』の実践発表等があり、誰もが安心して暮らせる地域づくりを考えました。



児童によるダンスの発表

### 松原地区

松原地区では、一月十二日に翌日の三九郎に先立ち親子まゆ玉づくりが行なわれました。

豊作や無病息災を願う親子約八十人が、色鮮やかな材料を使って、小さきままな形のまゆ玉を楽しそうに作りました。おまゆ玉を作った後は、お



和気あいあいと親子で、まゆ玉づくりを楽しむ

しるこも振る舞われ楽しい一日を過ごしていました。

「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の情報
- ・活動者、団体の紹介
- ・講習会や行事の紹介 など

<申し込み/問い合わせ>

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

ボランティア情報  
こてまり

ボランティア活動紹介



～絵本の楽しさを子どもたちに伝えたい～ トトロの部屋お話の会

トトロの部屋お話の会（代表、松澤裕子さん）は15年以上前から、保育園、ろう・養護学校、児童センター（館）、図書館、こども病院などを定期的に訪問し、子どもたちへの読み聞かせ活動を行なっています。

先ごろ寿台図書館で開いたお話会では、絵本の読み聞かせや紙芝居で、集まった親子約20人を楽しませました。最初、はしゃいでいた子どもは、読み聞かせが始まると体をのり出し、目を輝かせて物語に聞き入っていました。メンバーは「年齢の低い子ども



たちが楽しめるように、絵本の選定や声の出し方はもちろん、読み聞かせの合間に手遊びを織り交ぜるなどの工夫を凝らしている」と話していました。

現在、活動メンバーは女性7人で、全員が子育て中のお母さんです。「絵本が大好きなので、子どもたちにも絵本の楽しさを伝えたい。子どもたちの喜ぶ姿を見るのがなにより嬉しい」と松澤さん。今後もいろいろな場所で、読み聞かせ活動を続けていきたいとのことです。



ボランティアをする時は保険に加入しましょう。

ボランティア活動保険

- 平成20年度分の受付をしています -

保険内容

ボランティア活動中、または活動の行き帰りの途中に起きた事故によるご自身のケガや賠償責任（他者にケガをさせたり、物を壊してしまったりなど）を補償します。ただし自動車による事故はボランティア自身のケガのみが補償の対象となります。

保険料が下がりました!

保険料(年間)

A : 260円、B : 420円、C : 590円（地震等の天災に対応したプランもあります）

補償期間

平成20年4月1日～平成21年3月31日

補償内容(例A)

<死亡>1,418万円、<後遺障害>1,418万円（限度額）、<入院>7,000円/日、<通院>4,500円/日、<賠償責任>5億円（限度額）

- その他の取扱保険 -

ボランティア行事用保険

福祉活動などさまざまな行事における事故を補償します。

送迎サービス補償

自動車での送迎サービス中の事故による利用者のケガを補償します。

## ボランティア活動紹介

### ～定期的にお年寄りのお話し相手～ 「傾聴ボランティア」中島久よ さん

松本市社会福祉協議会の「傾聴ボランティア」に登録する中島久よさん（南松本）は、独り暮らしの女性高齢者宅を月2回ずつ、話し相手として訪れて喜ばれています。1月下旬、中島さんに同行して活動の様子を見聞させてもらいました。

お年寄りは、この日を待っていたかのように中島さんを迎え入れ、自らの出来事や体調、思いや考えを次々に話しました。中島さんは時折、笑顔を見せ、表情豊かにうなづきながら聞き入っていました。「相手が気持ちよく話してくれるように心掛けています」と中島さん。「少しでも、相手の役に立てたらと考えています」とも話しました。

お年寄りは、外出する機会が少なくなり、人との交流もなくなってきたといいます。「一人で生活しているので、話し相手が欲しいんです。中島さんには、ゆったりとした気持ちで話ができるので、毎週でも来て欲しい思いです」と話し、感謝していました。

同市社協の傾聴ボランティアには、70人ほどの人が登録。依頼を受けた個人宅や施設を訪れ、聞き役となって話し手の精神的な安定が得られるような活動をしています。



### メンバー募集!

#### 松本BBS(ビービーエス)会

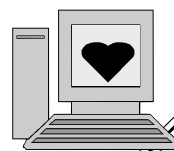
非行に走った少年たちの兄や姉のような身近な存在として立ち直りを手助けする青年のボランティア団体です。少年たちとスポーツや野外活動を行うほか、有明高原寮との交流や、非行のない社会環境づくりのための活動をしています。

ただいま会員を募集しています。18歳～30歳位までの方、一緒に活動してみませんか?



## パソコン ボランティア募集

場所：身体障害者通所授産施設 **ふれっ手**  
 日時：平日の9時30分～15時で都合のつく時間  
 内容：①利用者へのパソコン指導  
 ②word入力作業  
 ③パソコンでチラシや名刺などのデザインの補助  
 人数：各1～2名



## ボランティア活動の「できることシート」をつくりました

— みなさんの登録をお待ちしています —

「できることシート」はあなたのできることにチェックをしてもらい、登録していただくものです。このシートはボランティアセンターにあります。やってもらいたいという要望があった時にご連絡します。

活動にはこのようなものがあります



- 高齢者、障害者の生活の手伝い（話し相手、ごみ出し、外出の付き添いなど）
- 子育ての手伝い（話し相手、遊び相手、学習支援、登下校時の見守り、子守りなど）
- 環境整備（森林の手入れ、庭木の手入れ、草取り、清掃、車イスの手入れなど）
- 趣味・特技を活かす 一緒に楽しみたい方から指導者までレベルは不問  
 （読み聞かせ・朗読、昔遊び、囲碁・将棋、演奏、歌、料理、手芸、工作、化粧・散髪、写真・ビデオ撮影、スポーツ、踊り、手品、パソコン、畑仕事、日曜大工、その他レクリエーション全般など）

もちろん、これはほんの一例です。この他にも誰かのためにできることはありませんか？お気軽にボランティアセンターまでご相談ください。

あしちゃん  
作.上原ゆう子



# ボランティア委員会から始まった福祉学習



視覚障害について学び合う

山辺小学校では、1月21日にボランティア委員会(5・6年生10名)を中心に、車いすの介助や高齢者擬似体験を行ないました。

学んだことを全校に広めようと、委員会による福祉学習を他の児童に呼びかけ、休み時間を利用して4日間にわたって体験活動に取り組みました。

また、1月29日には4年生(80名)が視覚障害について学び、ボランティア委員会から始まった福祉学習での体験を通して、思いやりの気持ちが、さらにひろがりました。

# 仲間と趣味を活かし、生きがいづくりをしてみませんか

松本市南部老人福祉センターでは、下の表にあるサークルが活動しています。仲間と一緒に趣味を活かし、生きがいづくりをしてみませんか。

「木彫り同好会」「籐の会」「紫書道教室」「友愛会」は新入会員募集中です。他のサークルも入会は随時受付けています。興味をお持ちの方、ぜひ一度見学にいらしてください。



はなはなクラブは鉢植を楽しむ



南福囲碁同好会は連日、熱戦中!

No.	内 容	サークル名	開催日	No.	内 容	サークル名	開催日
1	短 歌	きさらぎ短歌	第2(月)午後	14	将 棋	南 棋 会	月～金 午前午後
2	俳 句	ふたば句会	第2(月)午後	15	折 紙	折紙クラブ	第2・4(水)午後
3	書 道	南老書道クラブ	第2・4(金)午前	16	園 芸	はなはなクラブ	第4(月)午後
4		喜山書道クラブ	第2・4(金)午後	17	マ ナ ー	現代マナー教室	第3(火)午後
5		紫書道教室	第1・3・4(木)午後	18	手 芸	若 草 会	第1・3(水)午前午後
6		書道同好会	第2・4(火)午後	19	カラオケ	南部カラオケ同好会	第1・3(金)午後
7		櫛 会	第2・4(水)午前	20	絵 手 紙	絵手紙友の会	第1・3(木)午後
8	水 墨 画	如月水墨画	第1・3(火)午後	21	ちぎり絵	ひ よ こ	第1・3(火)午前
9	和紙人形	和紙人形教室	第4(火)午前午後	22	ダ ン ス	南福社交ダンス	毎週(金)午後
10	籐手芸	籐 の 会	第1・3(火)午後	23	ボランティア	やまなみ	第2(水)午後
11	木彫り	木彫り同好会	第2(金)午後	24	合唱・奏	すずかけ会	第2(火)午前
12	七宝焼き	友 愛 会	第1・3(月)午前午後	25	ハ ー モ ニ カ	ハモハモ7・3	第2・4(木)午後
13	囲 碁	南福囲碁同好会	月～金 午前午後	26		カナデル会	第1・3(木)午前

5 上記のサークルについての問い合わせは

松本市総合社会福祉センター3階  
南部老人福祉センター 電話25-3133

# ふくし・かわらばん

皆さまにお寄せいただいた会費、寄付につきましては、地域の社会福祉事業に活用させていただいております。ご協力ありがとうございました。

## 社会福祉協議会会費

(平成19年4月1日～平成20年2月29日)

世帯会費	74,103世帯	22,230,900円
団体会費	39団体	78,000円
賛助会費	102口	744,000円
特別会費	112口	112,000円
計		23,164,900円

## 社会福祉協議会への寄付

(平成19年4月1日～平成20年2月29日)

寄付金	20件	1,350,592円
物品寄付	41件	

物品は車椅子などの福祉用具やアルミ缶、古切手、タオル類、書き損じハガキなどたくさんいただきました。

社協への賛助・特別会員並びに寄付者のご芳名は、次号に掲載いたします。匿名を希望される場合は、お申し出ください。連絡先 地域福祉課 ☎27-3381

## 日赤社資

平成19年度

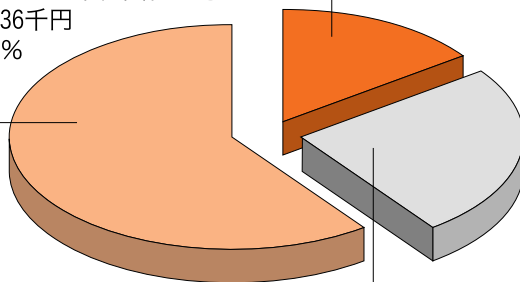
- ◆目標額 37,846千円
- ◆実績額 31,349千円
- ◆達成率 82.8%

日赤松本市地区では、皆さまからいただいた社資を資源に、地域でさまざまな事業を展開しています。

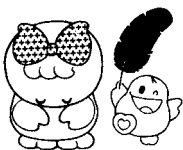
- ✦救急救命・幼児安全・家庭看護の講習
  - ✦健康や安全を守るための勉強会や交流会
  - ✦災害に備えた訓練など
- ※地区・町会で炊き出し訓練を実施します。

県支部活動へ  
災害救助、医療事業、青少年  
赤十字・地域奉仕団育成等  
18,836千円  
60.1%

本社事業費へ  
国際救援活動等 4,702千円  
15.0%



市地区・34分区事業費へ  
7,811千円 24.9%



## 赤い羽根共同募金

平成19年度

- ◆目標額 33,628千円
- ◆実績額 40,463千円
- ◆達成率 120.3%

共同募金運動では、市民の皆さまのご理解とご支援をいただき、大きな成果をあげることができました。

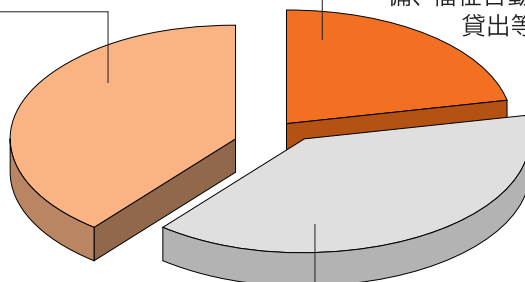
お寄せいただいた募金は、地域福祉推進のために大切にに使わせていただきます。

34地区社協事業

敬老会、ふれあい会食会、子育て講座、  
町会福祉事業（福祉講座、見守り活動  
事業）等  
15,873千円  
39.2%

市社協福祉事業

「社協まつもと」発行、市社会福祉大会、児童遊園地整備、福祉自動車や車いすの貸出等 8,776千円  
21.7%



県内の福祉事業  
社会福祉団体、社会福祉施設、災害被災世帯等 15,814千円  
39.1%

「社協まつもと」はみなさんの共同募金の配分金で発行されています。