



仲間とともに、ひと夏の福祉体験 小学生サマーチャレンジボランティア



**おかげさまで200号！
 平成25年10月1日号**

社協四賀地区センターでは、四賀小学校児童を対象に、7月初旬1泊2日で初めてボランティア体験学習を行ないました。人に対する思いやりや優しさを持ってもらうことを目的として、1～6年までの29名が下記のカリキュラムに取り組みました。

- 東日本大震災被災地の映像を見た後「災害時には何を持って避難するか」を話し合う
- デイサービスセンター“ぶくぶくの郷”の利用者と歌を唄ったり、肩たたきをして交流
- 車椅子の使い方や福祉車両の乗車体験など初めての事柄に子どもたちは興味津々。

食事はボランティアの皆さんに協力していただき、夕食では竹のといを流れる流しそうめんが用意されました。子どもたちは楽しみながら器用に箸を使って味わいました。夜は会田にある広田寺に泊って、住職から「あきらめずに頑張ればどんな事もできる」というお話を聞き、無の境地で座禅を体験しました。

1～2年生の参加が多かったですが、「災害時に持ち出すものを家族で話したい」「車椅子の動かし方がわかって良かった」などの感想が聞かれ、学年を超えての友達もでき、心に残る貴重な夏の2日間となりました。

- ・『社協まつもと』創刊200号に寄せて……………2P
- ・松本市社会福祉大会から……………2P
- ・松本の福祉をまんがで伝えます……………3P
- ・家族と一緒に思い出づくり……………3P
- ・おいでよ！共同青空市へ……………3P
- ・福祉まんが「あいちゃん」……………3P
- ・社協の出来事年表……………4～5P
- ・ボランティア情報「こてまり」……………6～7P
- ・赤い羽根共同募金にご協力を！……………8P
- ・松本山雅FCを応援しています！……………8P
- ・『社協まつもと』200号記念プレゼントコーナー……………8P



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

「社協まつもと」 創刊200号に寄せて



松本市社会福祉協議会
会長 渡辺 聰

『社協まつもと』が創刊以来200号を迎えました。

社協は本年度設立から61年になりますが、社協報の創刊は、当会が公共性のある団体（社会福祉法人）として、当時の厚生省から認可を受けた昭和41年の12月であります。

以来、市民の皆さんに社会福祉に対する理解と関心を深めていただき、様々な福祉活動をお知らせする広報紙として、皆さんからご協力いただいている赤い羽根共同募金を財源として発行を重ねてまいりました。

平成8年9月からは、市民の幅広い意見をとり入れ、地域に根ざした親しまれる紙面にするため、市民の皆さんに参画いただき『社協まつもと』編集委員会を設置して、今日に至っております。

編集委員の皆さんには、毎回積極的にご意見・ご提言、また情報提供や取材の協力をいただき、感謝に堪えません。

景気や雇用情勢への不安、また人口減少・少子高齢社会の進行等を背景として、福祉を取り巻く環境も依然として厳しい状況にあります。

このような時だからこそ、福祉に

関する情報や地域におけるホットな福祉活動の様子を掲載して、市民の皆さんに理解を深めていただくとともに、皆さんと一緒に福祉のまちづくりを進めてまいりたいと思います。編集委員の皆さんに引き続きご尽力をいただく中で、市民の皆さんに一層親しまれる内容をお届けしてまいりますので、今後ともご愛読いただきますよう、よろしくお願いいたします。



心に響く珠玉の音色 大切にしたい家族の絆

松本市社会福祉大会が7月23日、松本市音楽文化ホールを埋め尽くす多くの参加者を得て開催されました。社会福祉事業に功労のあった三十七の個人・団体の方々の表彰式典の後、ダウン症の障害がある荒川知子さんとファミリーアンサンブルのコンサートを行いました。

知子さんがリコーダー、父・健秀さんがフルートとリコーダー、母・幸子さんがピアノ、兄・洋さんがフルートという構成で、「千と千尋の神隠し」「メリーポピンズ」「花は咲く」など14曲が披露されました。

知子さんが奏でるリコーダーの透き通った音色、可愛いしぐさと素敵な笑顔がとても印象的で、知子さんを優しく支える洋さんとご両親の息のあった超一流の演奏に、参加者全員が引き寄せられ、心地良いひとときを過ごしました。

作業所で働きながら演奏活動を続ける知子さんですが、ハンディを感じさせない天賦の才能と不断の努力、さらにご家族の愛情あふれるサポートによって素晴らしいハーモニーが会場に響き渡っていました。



【参加者の声】

- ・ 知子さんのほにかんだ笑顔、しぐさに癒され、ご家族の素晴らしい演奏に感動しました。
- ・ ダウン症の障害をもった方とは思えない、リコーダーの音色に感激。これからも頑張ってください。
- ・ 知子さんの一生懸命に生きる姿に元気をもらいました。私も頑張ろう。
- ・ 知子さんの笑顔は天使のよう！幸せな時間をありがとうございました。
- ・ 障害があっても、家族の力で明るく生きていけるということを教えてもらえた。皆に希望を与える素敵なファミリーですね。
- ・ お兄さんの知子さんを気遣って見るまなざしが印象的でした。
- ・ こんなに感動した公演は初めて。社会福祉大会にふさわしい内容で、今後も続けてください。

平成25年度松本市社会福祉大会から

松本の福祉をまんがで伝えます！ 福祉まんが「あいちゃん」の原作者・上原ゆう子さん



『社協まつもと』が200号を数え、平成4年から登場した福祉まんが「あいちゃん」も21年目（108回）になりました。

上原さんは毎号まんがを仕上げるのに、『社協まつもと』や身近な福祉の話題、自身の体験などを基に楽しみながら、取り組んでいるとのこと。

「昨今は暗い話題が多いですが、読んでいただいた方が一時でもリラックスして優しい気持ちになれば嬉しいです」と上原さん。

ある時、松本城の近くの銀行へ、自身の絵の個展を見に出かけた上原さん。

「車いすに乗る母と銀行に着くと、今とは違いスロープがありませんでした。通りかかった方々が『手伝いましょう』と手を差し伸べてくださいました。そんな素敵な街に住んでいることも、まんがに生かされていますね」と当時を振り返ります。

「これからも、子どもさん達に松本の優しさ、福祉・ボランティアについてもっと興味を持ってもらうような作品を多く手がけたいですね！」と語ってくださいました。

今回は、福祉まんが「あいちゃん」の他、4～5分の社協の歴史の挿絵で200号に彩りを添えていただきました。
次のページも乞うご期待！

家族と一緒に思い出づくり —西部4地区社協合同「おやこチャレンジ教室」—

家族のふれあいや思い出づくりを目的に、西部4地区社協（安曇・奈川・梓川・波田）合同「おやこチャレンジ教室」を、8月10日（土）、



乗鞍高原で開催しました。昨年開設した社協西部基幹センター地域課が企画し、4地区の小学1～4年までの児童とその家族、総勢16家族57名が参加しました。

午前、飯ごうを使っての炊飯とカレー作りにチャレンジ。飯ごうでの炊飯は父親が薪の火おこしや、火の加減を見ながら炊き具合を調整し、お焦げの付いたご飯を炊き上げました。カレーと付け合わせのサラダは、母親が見守る中、子どもたちが包丁を使って一生懸命に食材を切り、調理しました。

カレーライスを美味しく食べた後は、一の瀬園地周遊コースのトレッキング班と、マレットゴルフ体験班に分かれて親子で取り組み、最後は全員でスイカ割りをして今回のチャレンジ教室を終えました。

参加者からは「自然の中で協力してごはんを作ったり、遊んだり貴重な体験ができた」「いつも家の中ばかりで遊んでいるが、他の学校の友達と仲良くなれ、夏休みの良い思い出になった」といった声が多く聞かれました。

この教室は、地区の垣根を越えた交流や、西部地域の絆づくりに大きな意味を持つ事業となっており、参加した児童が、将来、西部地域や松本市を盛り上げていく人材に成長することを願っています。



おいでよ！共同青空市へ



社協の「共同青空市」が好評です。青空市は社協運営の障害者施設に通うメンバーの就労意欲の増進、また地域の皆さんとの交流を通して社会参加を進めることをめざして、6月から10月中旬まで開いています。

「就労センターはた」「希望の家」「岡田希望の家」「南ふれあいホーム」「北ふれあいホーム」の5施設で作った新鮮野菜、パン、クッキー、コーヒー、藍染め製品、袋物などを販売しています。

・開催日：10月8日（火）、11日（金） いずれも午前10時～正午

・場所：緑町辰巳の御庭

大勢の皆さまのお越しを、メンバー・職員一同お待ちしております。



は創刊から200号を迎えました!

ちゃんが広報紙や社協事業、世相について話しています。



		昭				和		年月	
4	60	58	53	41	35	31	27	松本市社協の出来事	
6	4	10	10	12	10		5		
『社協まつもと』86号に 福祉まんががいちゃん登場	第1回「在宅介護者の集い」開催	地区社協活動を支援する総合助成とふれあい会食会への助成がスタート	総合社会福祉センターオープン	やまびこ国体開催後の全国身体障害者スポーツ大会で参加者との「ふれあいの広場」を開設	『社協まつもと』創刊	第1回松本市社会福祉大会開催	家庭養護婦派遣事業(ホームヘルパー派遣事業)スタート	松本市社協発足	
		1980年代 (昭和55年~平成元年)		1970年代 (昭和45年~54年)		1960年代 (昭和35年~44年)		1950年代 (昭和25年~34年)	
平成5年7月	平成3年3月 バブル崩壊、不況に入る	昭和60年8月 日航ジャンボ機墜落 平成元年4月 消費税スタート	昭和57年12月 テレホンカード登場 昭和58年4月 東京デイズニールランドオープン	昭和45年3月 日本(大阪)万国博覧会開催 昭和47年5月 沖縄が米国より返還 昭和49年10月 巨人の長嶋茂雄選手引退	昭和44年7月 アポロ11号月面着陸	昭和38年11月 ケネディ大統領暗殺 昭和39年10月 東京オリンピック開催 昭和41年6月 ビートルズ来日 昭和44年7月	昭和33年12月 東京タワー完成	昭和26年1月 紅白歌合戦始まる	世相



私たちが社協を応援!



広報紙「社協まつもと」

福祉まんがの主人公あいちゃんとおじいちゃん

社協には高齢者などが気軽に集まれるサロン活動を支援してほしいね!



おじいちゃん、これから社協に遊びたいよ。

全部の町会に「見守り安心ネットワーク」が広がってほしいなあ



おばあちゃんも時々、福祉自動車お借りしてよね!!



あいちゃん初登

平					成										
25	23	22	17	14	12		9	8	5						
10	6	3	4	5	4	1	12	9	4	1					
『社協まつもと』200号発行		長野県中部地震（松本地震）被災者支援のため、初めて災害ボランティアセンターを設置運営		波田町社協と合併して35地区社協に		四賀・安曇・奈川・梓川の4村社協と合併して地区社協が34地区に		松本市社協創立50周年		介護保険制度スタート					
『見守り安心ネットワーク』スタート		福祉自動車の貸し出し事業スタート		『社協まつもと』編集委員会発足		社協の世帯会費が段階をふんで300円に		第1回ボランティア交流集会開催		社協の世帯会費が段階をふんで300円に					
2010年代 (平成22年～)				2000年代 (平成12年～21年)				1990年代 (平成2年～11年)							
平成23年3月 東日本大震災 平成23年7月 ドイツワールドカップ 平成24年5月 女子サッカー日本優勝 平成25年9月 東京スカイツリー開業 2020年東京オリンピック・パラリンピック開催決定				平成19年10月 郵政民営化 平成17年2月 スペシャルオリンピックス冬 季世界大会を長野県内で開催				平成12年7月 二千円札登場 平成14年5月 日韓ワールドカップ サッカー開催 平成16年10月 新潟県中越地震 平成17年2月 スペシャルオリンピックス冬 季世界大会を長野県内で開催				平成10年2～3月 長野オリンピック・パラリンピック開催 平成7年1月 阪神・淡路大震災 平成6年6月 松本サリン事件 信州博覧会・国宝松本城 四百年まつり開催			



そだったねー!

東日本大震災には、社協も職員やボランティアを岩手県の大槌町・山田町に派遣して被災地支援をしましたよ!

わあ、半世紀！長い歴史を感じるね。



150号が出たのは、平成14年11月。社協創立50年の記念の年だよ!

ほお。本当だ！あいちゃんよく見つけたね。

ボランティア情報 **こてまり**

- 「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・講習会や行事などの紹介
- 問い合わせ／記事掲載の申し込み
松本市社会福祉協議会内ボランティアセンター TEL25-7311 FAX27-2239

ボランティア活動紹介

フラワーアレンジメント

カモミールの会



「花は声をかけるときれいに咲きます」

「花の力はすごいですよ。人と心を通わすことができるんです」。フラワーアレンジメントのボランティアをしているカモミールの会の佐々木嘉代子さんはおっしゃいます。小さな子どもからお年寄りまで、また心身に障害をお持ちであっても、多くの方に花のすばらしさを広げています。

普段は消極的な方がとても活発な気持ちになったり、落ち着きのない子が長時間集中できることもあるそうです。いつもは気づかない自分の力を発見できる瞬間です。

今日は、障害者就労移行支援センターで、フラワーアレンジメントを実施しました。空いたペットボトルを好きな大きさに切って花器にし、リボンやカラーテープで飾ります。そこに花を入れていくのですが、すぐには選ばずに花々をよく眺めていると「私を選んで！」と語りかける花が見えてくるそうです。そのように1本ずつゆっくり選んでいき、やがて世界でひとつの作品が完成します。

日頃時間に追われ、急いでばかりの生活の中でふと立ち止まって静かに花と向き合い、花器を眺めゆったりとした時間を過ごすことも大事です。それが心の癒しになり、神経がリラックスできるひとときとなります。

さらに自分で選び、作り上げていく達成感も得られ、自信につながる効果もあるのだそうです。

参加した皆さんも、始めと終わりでは全く違う顔で「楽しかった」と満足そうでした。



世界でひとつのアレンジメント完成

ヴィオラの演奏

ストリングス・ジョイ

優しい音色のヴィオラを演奏するボランティア活動を続けているストリングス・ジョイ代表の藤森庸子さん。レッスンの合間に、市内の福祉施設や地区町会の行事などに出かけています。「どこに行っても皆さん歌が大好きです。お歳をとっても、若い頃に聴いていた曲はしっかり覚えていて、歌詞など見なくてもお元気な声で歌ってくださいます」とおっしゃいます。藤森さんは行く場所によってどんな曲がいいか考え、歌詞カードを自分で印刷して準備して行きます。懐かしい曲が流れ、温かみのある歌詞カードを見ながら昔を思い出して涙する方もいます。



演奏をする藤森さん

今日は、認知症の方もいらっしゃる施設で演奏しましたが、利用者みなさんに「演奏しながら大きな声で歌ってください！」と逆にリクエストされ、演奏しながら歌う難しさを味わったそうです。

福祉施設への送迎、楽器やアンプの運搬はご主人が担当しています。奥さんが演奏している間、少し離れたところで見守りながら待っています。

ご夫婦二人三脚の素敵な活動です。

こんな楽器

ヴィオラ (violyre) は日本発祥の弦楽器。音色はバイオリンのような、大正琴のようなギターのようないくつもの楽器が混ざった味わい深さです。爪ではじいたり、弓を使って奏でます。



取材します！

ボランティア活動紹介を希望される方はボランティアセンターまでご連絡ください
TEL 25-7311
FAX 27-2239

高校生地域ボランティア活動

美須ヶ丘



美須ヶ丘高校では、初めて地域のゴミ拾い活動をしました。今年度3回予定している初回となる今回は女子バレー部、野球部、ソフトテニス部など運動部員を中心に有志を合わせて約80人が参加しました。学校から半径1kmくらいの範囲にある野球場や総合体育館、護国神社など手分けをして活動しました。女鳥羽川の河川敷では、何本もの傘やペットボトルもあり、普段何気なく通っている通学路にこんなにもゴミがあることを実感していました。と同時に、集まった大量のゴミ袋を見て、この分は確実にきれいになったという達成感で清々しくも感じたそうです。あと2回の活動にも多くの生徒にご協力いただきたいと思います。

また、24時間テレビのチャリティー募金には放送部のみなさんに協力いただき、イオン東松本店で一日募金活動をしていただきました。みずずっこのみなさん、お疲れさまでした！！

災害時、ボランティアは？

1995年1月17日に発生した阪神淡路大震災から18年。この大震災の年が我が国におけるボランティア元年と言われています。全国各地から延べ137万7千人を超える人々が駆けつけ、復興支援に協力しました。ボランティアの力が改めて見直され、政府の防災基本計画に防災ボランティアに関する項目が設けられたり、法律に「ボランティア」という言葉が初めて明記されました。以来、数多くの自然災害に見舞われてきましたが、ボランティアによる支援活動が被災地復興の大きな力となっています。



活動とのマッチング訓練

2011年3月11日に発生した東日本大震災は、未だ体験したことのないM9.0の巨大地震とそれによる大津波により未曾有の大災害となってしまいました。2年半経った今でもボランティアによる様々な復興支援は継続しています。

自主的に「支援をしたい」というボランティアのパワーを被災者に繋ぐ役割が、災害ボランティアセンターであり社協の使命です。日頃から地域との関わり、ボランティアとのつながりを最大限に活かした社協ならではの災害ボランティアセンターを運営するため、今年も9月1日総合防災訓練の一環で設置、運営訓練を実施しました。

参加者の声

スムーズに運営するだけではなく、実際は大量の物資の仕分けや、もっといろいろなところで混乱することを想定した訓練でないといけない。また市との連携が見られなかったが、社協だけで行なうセンターではなく、災害本部とのやり取りは訓練しておいた方がいいのでは、と感じた。(参加者 安原地区 Kさん)



注意事項を説明し活動へ

災害ボランティアセンターの役割と、どのようにボランティア活動と結び付いているかを知ることができた。どこかで災害が発生し自分も活動する時、逆にもしも被災し、支援が欲しい時のため大変勉強になった。また初めて総合防災訓練に参加し、さまざまな便利グッズなどの展示も見れて良かった。

(参加者 岡田地区 Kさん)

おましたせしました!

傾聴ボランティア講座

毎年、多くの皆さんに受講していただいている傾聴ボランティア講座を、今年も下記のとおり開催します。

傾聴は相手の話を心から受け止めることです。

悩みを解決したり結論を出すのではなく、ただひたすら聴くことで、相手と信頼関係を築くことができます。特に高齢者を中心に、この傾聴ボランティアが大変求められています。多くの方に「聴き方」のコツを学んでいただき、ボランティア活動に結び付けたいと考えています。

記

1. 日 時 12月9日(月)、10日(火) 午前10時から
2. 会 場 松本市総合社会福祉センター4階大会議室
3. 講 師 NPO法人ホールファミリーケア協会
事務局長 山田豊吉氏
4. 募集人員 50名(初めての方、現在活動中の方等)
5. 参加費 2日間で500円(1日のみでも500円)
6. 申し込み ボランティアセンターへお電話で

募集します

男のための介護講座

～その日は突然やってくるかも～

介護は女の仕事…そう思っていて、突然介護をしなくてはならなくなった男性は、たいてい困ってしまうそうです。そんな時どうしたらいいでしょうか。

男のための家庭介護の基本、介護保険制度を学ぶ講座を開催します。どうぞ、ご参加ください。

1. 日時 11月12日(火)、19日(火) 午後1時から
2. 会場 市民活動サポートセンター
(大手3-8-13)

3. 定員 男性20名
4. 参加費 無料

5. 内容
 - ①介護とは? 講義と基本実技
 - ②介護保険制度の上手な使い方
 - ③介護体験談や交流など
6. 申し込み等 ボランティアセンター





赤い羽根共同募金にご協力をお願いします！

赤い羽根共同募金は、昨年度も市民の皆さまの温かなご協力により、39,877,901円が寄せられ、市内各地区の福祉事業や市全域、県の広域福祉事業に使わせていただいております。

本年度も、赤い羽根共同募金運動が10月1日から12月31日まで、全国一斉に行なわれます。皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

各地区で行われている敬老行事の他、本紙『社協まつもと』の発行をはじめ、2面掲載の松本市社会福祉大会、市内各地区で行なわれているふれあい会食会（写真：寿台地区）や子育て支援事業、ボランティアの育成等幅広く市内の福祉事業に活用されています。



社協は松本山雅FCを応援しています！ 松本山雅FCも地域づくりに貢献しています！



©松本山雅FC

社協は、松本山雅FCの活躍により、松本がますます元気で活気ある街になるように、今年4月から松本山雅FCのパートナースポンサーになり、応援しています。

松本山雅FCもサッカーとともに、福祉活動を通して福祉のまちづくりに貢献しており、このたび、地域貢献の一環として、10月1日の赤い羽根共同募金の初日に、松本駅前街頭募金に協力いただきます。

フィールドは違いますが、社協も市民の皆さんにご支援・ご協力をいただき、ますます愛されるよう地域福祉を進めてまいります。

～日頃のご愛読に感謝をこめて！～「社協まつもと」200号記念 プレゼントコーナー

(オモテ)



- ①松本山雅FC ユニフォーム 2名
- ②松本山雅FC タオルマフラー 5名
- ③松本山雅FC Sフラッグ 10名
- ④上原ゆう子さん（福祉まんがあいちゃん原作者）の本 5名
- ⑤非常持ち出しセット 5名
- ⑥おえかきつくえセット（幼児用：ダンボール製） 5名
- ⑦喫茶ポリジのコーヒー豆（軽井沢丸山コーヒー）と四賀ぶくぶく農園お米セット 5名

プレゼント応募用アンケート

- Q1** 200号記念フルカラーについて
A. よい B. わるい C. どちらでもない
- Q2** 今号の内容について
A. よい() B. わるい C. どちらでもない
- Q3** その他、社協の事業や『社協まつもと』に対する前向きなご意見・ご要望をお寄せください

応募は、はがきまたは電子メールにてご応募いただけます。はがきでの応募は左記を参考に、メールの場合、はがき(ウラ)を参考に必要事項をご記入のうえ、present@syakyo-matsumoto.or.jpまでご応募ください。アンケートにすべてお答えいただいた方の中から抽選で豪華商品をプレゼント！

※おひとり様、1回の応募に限らせていただきます。当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

締め切り
10/31
(木)必着

問い合わせ
松本市社協
地域福祉課
電話27-3381

〒390-0833

松本市双葉
松本市社協
「社協まつもと」
プレゼント係
4-16

(ウラ)

- ・希望商品番号
- ・住所
- ・氏名
- ・年齢
- ・電話番号

Q1 _____
Q2 _____
Q3 _____
