

支え合えば、この街はもっとよくなる

# くわな **社協** だより



**赤い羽根共同募金運動に  
ご協力いただきました**

桑名西高等学校生徒会の皆様



発行

社会福祉法人 **桑名市社会福祉協議会**

〒511-0062 桑名市常盤町51番地 (桑名市総合福祉会館内)

☎ 0594-22-8311 (代表) ☎ 0594-22-8218 (地域福祉課)

FAX 0594-23-5079 ✉ soumu@kuwana-shakyo.com



URL

<http://www.kuwana-shakyo.com>

ホームページにより詳しい  
情報掲載中!!

桑名社協

SNSも  
見てね♪



しゃきょうちゃん



### おもちゃの準備

未就労の方がおもちゃの準備をボランティアとして活躍中です！

### こどもたちのいばしょ

「大型遊具であそぼ！」  
次回の開催は桑名市総合福祉会館で5月1日 10時半～14時までになります。

開催日はホームページ等でお知らせしております。未就学児と保護者が自由に遊ぶことができます。



# 社協で いろいろなつながりが 生まれています



### 研修

精神保健福祉ボランティア講座フォローアップ研修を開催しました。精神保健福祉に関心のある市民の方向けに開催して60名の方が参加されました。



### ボランティア活動

研修終了後、精神疾患の方や精神障がい者の方とお話をするボランティアの募集も行い、ボランティアの増員に繋がっています。



## ハートフルインタビュー

陽だまりの丘複合施設ぽかぽか  
ジャズダンス講師 YAEさん



YAEさん

### Q. 昨年一年を振り返っていかがでしたか？

キッズジャズダンスは、新しい講座なので試行錯誤のスタートでしたが、お家でも練習をしてきてくれる子供が多くとてもやり甲斐がありました。

### Q. 特に昨年秋の発表会は大成功でした。先生のご感想を聞かせていただけますか？

出演回数が多い中、みんな最後まで頑張って踊ってくれました。クラス合同のフィナーレでは、私も一緒に踊る機会があり、とても楽しかったです。会館の方々には、可愛く会場を作って頂きありがとうございました。次回はもっと沢山の方に観て頂けると嬉しいです。

### Q. 先生がダンスを始められたきっかけを教えてください。

姉がモダンバレエを習っていて、私もやりたい！！と親にお願いしました。初めての発表会は記憶に無いのですが…。これまで数多くの舞台、イベント、コンテストに参加させて頂きました。中でもグアムで踊らせて頂いた時は初のスタンディングオベーションを頂きその光景が今でも忘れられません。

### Q. 4月から「大人のジャズダンス」講座が始まりますが、どのように取り組んでいかれますか？

また試行錯誤になるかと思いますが、皆さんのレベルや求めているものに近づけられるよう頑張っていきたいです。何よりダンスは楽しい！！って言う事を伝えられたら嬉しいです。

陽だまりの丘複合施設「ぽかぽか」では、この他にも盛り沢山の講座を開催しております。是非、QRコードより覗きに来てください。定員を満たしていない講座については募集しております。無料体験もできます。

〒511-0867 桑名市場だまりの丘四丁目2201番地2  
TEL (0594) 87-7576 E-mail: pokapoka@kuwana-shakyo.com





# 新しい福祉のかたち

## 多度小唄を踊ろう

多度小唄をみんなで踊って、心も体も元気に♪大切な伝統を繋げていきましょう。

多度地域における、新しい福祉のかたちづくりの一環として今年度のイチオシ！講座です。

初めての方も、どなたでも大歓迎！お気軽にご参加ください。



開催日 毎月第4月曜日

会場 多度すこやかセンター

※事前申込不要

時間 13:30～1時間程度

講師 多度民踊保存会

参加費無料

## 「ほっと安心カフェ」

対象 市内在住 65歳以上の方 会場 多度すこやかセンター

「ほっと安心カフェ」は住み慣れた地域でいつまでも元気でいきいきと過ごす事ができるようにと企画された健康・ケア教室です。

### 笑いヨガ

「笑いヨガ」は、インドで生まれた笑いの健康体操です。

笑いがストレス発散をはじめ、痛みの緩和、免疫力の向上などに繋がります。



### 練功

「練功」は、中国生まれのリラックス体操です。

ストレッチ運動や筋肉や関節を意識した動き、呼吸機能を高める動きをゆったりとした音楽に合わせて行います。



【4月～6月の日程】 ※事前申込不要・参加費無料

	開催日	時間
笑いヨガ	原則第1・3火曜日 4月4・18日、5月2・16日、6月6・20日	10:00～11:30
練功	原則第2・4火曜日 4月11・25日、5月9・23日、6月13・27日	

★動きやすい服装で、飲み物と汗拭きタオルをお持ちください。

### すこやかランチ

笑いヨガ・練功にご参加の方が対象。ランチをいただきながら、管理栄養士から栄養についてのお話をご紹介します。 ※食事代 500円



※事前申込必要  
(ランチの1週間前まで)

開催日	時間
4月25日(火) 練功終了後	11:45頃～
5月16日(火) 笑いヨガ終了後	
6月27日(火) 練功終了後	

### 楽習

簡単な計算・問題など、みんなで楽しく脳トレをしませんか。

開催日 毎週木曜日

10:00～11:00頃

持ち物 筆記用具

※事前申込必要  
参加費無料



# 桑名市スター21からのお知らせ

令和5年4月1日からスター21のメールアドレスが変わります。

施設予約システムをご利用中の方におかれましては、これまでの送信アドレスと異なりますのでご注意ください。

## 桑名市スター21

(星見ヶ丘まちづくり協議会)

TEL 0594-31-7625

✉ [star21@yk.commufa.jp](mailto:star21@yk.commufa.jp)

### — 桑名市スポーツ施設【ヤマモリ体育館・NTN 総合運動公園】イベントのご案内 —

#### 4月・5月 ストレッチ健康運動教室 受講生募集

開講日	開講時間	教室内容
4/13 (木) 27 (木)	13:00 ～ 14:30	腰痛はなぜ起きるか教えます 「腰痛対策ストレッチ教室」
5/11 (木) 25 (木)	14:30	柔軟性に自信がない人はぜひ参加!! 「全身柔らかストレッチ教室」
講師	柔道整復師 めいせい整骨院院長 松田全弘	
場所	ヤマモリ体育館 3階柔道場	
受講料	300円【保険料込】個別200円 令和5年4月より受講料を300円に改定いたしました	
受講方法	※教室開講前の10分前までにヤマモリ体育館3階柔道場に直接お越し下さい。 受講者名簿に氏名をご記入頂き、受講料300円をお支払い下さい。	

#### ワンコインヨガ教室

開講日	金曜日	4/14・21・28	5/26	6/2・9・16・23
開催時間	全8回 ご都合の良い日にご参加下さい			
場 所	13:30～14:30 【60分】 NTN 総合運動公園クラブハウス 2階ミーティングルーム			
講 師	松野 みゆき			
定 員	15名【先着順】			
受講料	500円/回			
申込方法	当日、クラブハウス窓口にて受付を行います (ヨガマットをお持ちでない方は、バスタオルをご持参下さい) NTN 総合運動公園クラブハウス 0594-32-2000			

#### 青空ヨガ教室

開講日	5/12 (金) 予備日: 5/19 (金)			
開催時間	11:00～12:00 【60分】			
場 所	NTN 総合運動公園サッカー場			
講 師	松野 みゆき			
定 員	50名			
受講料	無料			
持ち物	動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル、レジャーシート、飲み物			
申込方法	NTN 総合運動公園クラブハウス窓口、又はお電話にて参加受付中です。 NTN 総合運動公園クラブハウス 0594-32-2000			

#### ①「プログラミングでゲームをつくろう!!」 ②「ワイルドミニ四駆をつくろう!!」

開講日	① 5/20 (土) 9:30～11:00 ② 5/20 (土) 11:15～12:45	
内 容	① プログラミングとは何かを知り、実際にゲームを作り楽しく遊びます。 ② 最も楽しい工作キットワイルドミニ四駆でモノづくりの楽しさを学びます。	
受講料	① 500円【材料費込】先着順15名 ② 1,500円【材料費込】先着順15名	
講 師	ロボットイベントプロデューサー 堀田 武志	
場 所	ヤマモリ体育館 2階会議室	
申込方法	ヤマモリ体育館2階受付にて申込用紙に必要事項をご記入の上お申込み下さい。 受付期間 4/22 (土) 10時～5/13 (土) まで。 対象: 小学1～6年生 (3年生以下は保護者付添いでのご受講となります)	

#### 第1期 フラダンス教室

開講日	4/12・19・26		5/10・17・24・31	6/7・14・21【水曜日】
開催時間	10:00～11:15 【75分】			
場 所	NTN 総合運動公園クラブハウス 2階ミーティングルーム			
講 師	高橋 泉			
定 員	15名【先着順】			
受講料	全10回 5,000円【保険料込】			
持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル あればフリースカート 裸足で行いますが、寒い場合は靴下など着用下さい			
受講方法	NTN 総合運動公園クラブハウス窓口、又はお電話にて受付を行います。 3月14日(火)【窓口】10:00～(電話)12:00～ NTN 総合運動公園クラブハウス 0594-32-2000			

※その他の教室につきましては、内容が決まり次第桑名市スポーツ施設のホームページに予定等を掲載させていただきますので確認下さい。



- ヤマモリ体育館 ☎ 0594 (22) 6741【施設利用時間/9:00～21:00】
- NTN総合運動公園テニスコート ☎ 0594 (32) 2000【施設利用時間/6:00～21:00】

4月・5月の休館日 4/4(火)・18(火) 5/2(火)・16(水)  
休園日は上記と同日です。



豪華競演!  
特撰東西落語名人会

6/3(土)開演13:30

柿安シティホール  
全席指定4,400円(桑名市民会館)

○柿安シティホール 0594-22-8511  
光精工コミュニティプラザ 0594-32-1820  
主催: エイフル企画 03-6240-1052

着付けを始めませんか?

## 無料体験

11日(火)13:00～15:00  
13日(木)10:00～12:00

持ち物: 肌襦袢・裾よけ・長襦袢・足袋・着物  
反幅帯・前板・伊達締め・腰ひも

お問合せ: 桑名文化センター 0594-22-4401



安全・安心・快適・健康な地域型グリーン住宅  
「美し国の家」に所属しています!!

**住まいのお悩み、  
何でもご相談ください。**

地元で育ててもらってます

**伊藤建築**

施工事例はWEBをチェック!  
<http://www.hinoki-home.com>

既存住宅状況調査技術者 第02172400032号  
一般建設業 三重県知事許可(般29) 第18167号  
桑名市江場5丁目459-2(桑名ハウジングセンター東)

☎0594-23-3177



**YAMAHA・ROLAND**

いつも、そばにピアノがいた!!

## 昭和楽器

桑名市新西方3丁目199番地  
tel 0594-23-2867(代)  
fax 0594-23-4811  
<http://www.showagakki-mie.com/>



## 多世代共生施設

# らいむの丘

# 1周年

子どもから高齢者まで、自然な交流が生まれ、障がいのあるなしや年齢の壁をこえて、ともに過ごすことができる施設「らいむの丘」がオープンして1年がたちました。



### 敬老の日

シルバーサポートらいむの丘ハウスみなさんに保育園児から歌のプレゼント。コロナ禍で、直接触れ合うことはできなくても、こんな交流ができるらいむの丘です。



駐車場側に面したナースングセンターのディスプレイ

### ハロウィン

ナースングセンターは、季節の行事を利用者さんと職員と一緒に、全力で楽しめます。

ハロウィンウィークは、施設内をパレードしました。



### 児童発達支援センター

突然現れたサンタさんに大喜びのお子さんたち。



### らいむショップ

幼稚園や小学校のお買物体験にご利用いただきました。



### 消防訓練

全施設の利用者、職員が参加する大規模な消防訓練を行いました。

三重県唯一の【こんまり®流 片づけコンサルタント】  
インストラクター認定コーチ



ひろこばあちゃんが  
その片づけ、一緒に伴走します。

終活って何から  
片づけたらいいの？

片づけても  
また散らかる…

☎059-364-0671

ホームページからは24時間お問合せOK

ひろこばあちゃん こんまり 検索

大川運輸倉庫株式会社  
こんまりメソッドジャパン三重  
三重郡川越町大字亀崎新田77番地の31





# 桑名市共同募金委員会 News

## 御礼：令和4年度赤い羽根共同募金運動

コロナ禍の中、大変多くの方々にご協力頂き、誠にありがとうございました。  
令和4年度の募金運動結果を下記のとおりご報告します。

募金種別	金額	件数	募金種別	金額	件数
戸別募金	18,518,496 円	37,036 件	職域募金	268,261 円	41 件
街頭募金	20,393 円	5 件	イベント募金	12,945 円	2 件
法人募金	1,181,650 円	333 件	個人募金	27,120 円	24 件
学校募金	287,026 円	30 件	その他の募金	22 円	9 件
<b>合計</b>	<b>20,315,913 円</b>	<b>37,480 件</b>			

今回お寄せいただいた  
募金の主な使いみち

### ● 子育てサロン



### ● 自助具工房ボランティア活動



### ● 子ども食堂



活動レポート

- 三重県立桑名西高等学校生徒会の皆様にご協力いただきました。  
令和5年1月11日(水)に、桑名市共同募金委員会の梶会長が桑名西高校を訪問し、生徒会の片岡会長はじめ役員一同の皆さまに直接お礼を伝えました。



## 赤い羽根共同募金の配分(助成)申請を公募します

令和6年度に計画している事業への配分(助成)申請を公募します。  
詳しくは、桑名市共同募金委員会にお問合せください。

- 受付期間** 令和5年5月1日(月)～5月31日(水) ※当日消印有効
- 配分(助成)金額** 配分額は事業の種類により30万円～50万円、または総事業費の3/4のいずれか低い額
- 対象団体** 民間の社会福祉・更生保護事業を営む法人(営利法人を除く)福祉団体(ボランティア団体・NPO法人・更生保護団体等含む)
- お問合せ** 桑名市共同募金委員会 電話 0594-22-8311  
桑名市常盤町51番地 桑名市総合福祉館内

善意のご寄付  
ありがとうございます。  
(1/1～2/28)

- 味処 古都 様
- 味処 古都のお客様
- 匿名1名様 ※順不同