

くわな社協だより

第80号

2018年
4月1日号



益世支え愛の会

『益世支え愛の会』は、地域住民が主体となり「いつまでも安心して楽しく住み続けられる益世地区にする」ために、自治会連合会、地区社会福祉協議会、地区民生児童委員協議会の支援を受け、平成29年3月に発足しました。

活動内容は、《ご近所同士がつながり、緊急時に協力し合える地域づくり》、《高齢者や子育て家族等のちょっとした生活上の困りごとのお手伝い》、《気軽に行ける通いの場づくり》をしています。

「いずれは自分たちも支えてもらう側になる」「自分だけでなく子どもや孫のためにも一人ひとりが力を合わせて住みやすい地区にしていきたい」「一緒に活動していただける方もちょっとした困り事をお持ちの方もお気軽にご連絡ください」とメンバーの方々は話されます。

自分たちが住む地域を少しでも住みやすくするために、地域の皆さん同士が力を合わせている益世地区。桑名市社協も「いつまでも安心して楽しく住み続けられる益世地区」にするために一緒に活動させていただきます。

【お問い合わせ先】桑名市社会福祉協議会 TEL22-8218

平成29年度「赤い羽根共同募金運動」にご協力をいただきありがとうございました

昨年10月よりご協力のお願いを致しておりました、「赤い羽根共同募金運動」におきましては、皆さまの温かいご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。おかげさまで下記のとおり実績を収めることができました。

ご協力いただいた募金は、後日、三重県共同募金会から配分され、桑名市の地域福祉推進・充実のために大切に活用させていただきます。

今後とも「赤い羽根共同募金運動」にご理解とご協力をよろしくお願い致します。



平成29年度募金実績額 総額20,897,259円

募金実績内訳

| | |
|----------|-------------|
| 戸別募金 | 18,782,330円 |
| 法人及び大口募金 | 1,462,852円 |
| 街頭募金 | 268,611円 |
| 学校募金 | 157,092円 |
| 職域・その他募金 | 226,374円 |
| 合計 | 20,897,259円 |



赤い羽根共同募金活用事業の一部紹介

- ・宅老所の推進及び育成事業 ・宅老所運営助成 ・一人暮らし高齢者のつどい事業
- ・精神障がい者ふれあいサロン事業 ・障がい児者サポート事業 ・子どもの遊び場維持管理の推進
- ・子育て支援事業 ・シングルペアレント支援事業 ・地区社協指導育成事業 ・社協だより発行事業
- ・心配ごと相談事業 ・福祉合同クリスマス会 ・社会福祉大会の開催 ・ボランティアグループ助成
- ・ボランティア養成事業 ・学童生徒のボランティア普及事業 ・福祉まつり事業 ・各種福祉団体助成 など

第4回 桑名市成年後見制度推進シンポジウムを開催しました

2月25日(日)、桑名市と共催で「第4回桑名市成年後見制度推進シンポジウム」を開催いたしました。はじめに、弁護士の辻龍範氏から、制度の概要をお話しいただきました。パネルディスカッションでは、「成年後見人の活動」のテーマで発表があり、意見交換が行われました。90名の参加者からは、「成年後見制度について深く知る機会になりました」「後見活動の具体例がわかりやすかった」などの感想が聞かれました。

桑名市社会福祉協議会では、桑名市からの委託事業として、平成27年7月に、桑名市福祉後見サポートセンターを設立いたしました。今後も、成年後見制度に関する相談窓口、市民に向けての制度の周知など、成年後見制度に関する事業を実施していく予定です。



参加者募集！！

ふれあいフィットネススクールの参加者募集

やわらかく小さなボールを使った体幹トレーニングや骨盤ストレッチ、ゴムを使った肩まわりの運動などを中心に行います。普段の生活でも家族みんなで出来る、道具を使わない運動もあります。

【日時】原則毎月第2木曜日 15:00～(1時間程度) ※初回5月10日(木)

【会場】桑名市総合福祉会館 2階 教養娯楽室

【参加費】1回150円(保険料込) 【定員】20名 ※先着順

【服装】動きやすい服装(スカートはご遠慮ください)・くつ下着用

【申込・お問い合わせ先】桑名市総合福祉会館 TEL:22-8311

【対象】市内在住60歳以上の方

【申込開始日】4月3日(火)から

【指導】株式会社AHA コンディショニングトレーナー



第4回みんなたのしく 春の地域交流会

桑名福祉センターで活動中のサークルが日頃の成果を発表します。たくさんのご来場をお待ちしております!

【日時】5/11(金)、5/12(土)9:00～16:30

【会場】桑名福祉センター 多目的ホール

【お問い合わせ先】

桑名福祉センター TEL:32-1889

転倒予防・イスDE 体操教室流会

座ったままでできる体操です。転ばないからだを作りましょう。

【日時】5/30、8/29、10/31、1/30(水)10:00～11:00

【対象】市内在住60歳以上の方

【定員】20人 【参加費】無料

【持ち物】水分補給用の水筒など。お持ちの方は5本指靴下。

【その他】動きやすい服装でおこしください。

【申込期間】4/9(月)～5/15(火) ※先着順

【申込・お問い合わせ先】

桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438



桑名北部老人福祉センター講座・サークル受講生 (5月～平成31年4月)

【対象】市内在住60歳以上の方 ※詳細はお問い合わせください。

【申込期間】4/4(水)～4/16(月) ※申し込み多数の場合は抽選。初めての方を優先します。

【申込・お問い合わせ先】桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438

| 講座 | | | |
|----------|-------|-------------|-------------------------|
| パソコン教室 ① | 第1(水) | 10:00～11:30 | 書道硬筆 第2(水) 13:00～14:30 |
| パソコン教室 ② | 第2(水) | 10:00～11:30 | 太極拳 第2・4(水) 14:30～16:00 |
| パソコン教室 ③ | 第3(水) | 10:00～11:30 | 華道・茶道 第3(土) 9:30～12:00 |
| サークル | | | |
| 太極拳 | 第1(水) | 14:30～16:00 | 書道 第1・3(水) 13:00～14:30 |
| パソコンサークル | 第4(水) | 10:00～11:30 | 手芸 第3(水) 9:30～16:00 |
| 練功サークル | 第1(金) | 9:30～11:00 | 絵手紙 第4(水) 13:00～14:30 |

音楽療法を希望する団体を募集します

子育てサークル、PTA行事、デイサービス、老人会、研修会、地域で行われる各種イベントなどに、音楽療法士を派遣します。

【対象】各種団体(平成30年4月16日(月)～平成31年3月29日(金)までに主催するイベント)

【派遣費】有料 【お問い合わせ先】音楽療法室 TEL:25-2002

みんなで歌おう♪ふれあいコンサート

昔懐かしい歌・童謡・唱歌・歌謡曲からポピュラーソングまで幅広いジャンルの歌をみんなで一緒に歌いましょう。多数の方々のご参加をお待ちしています。

【対象】概ね60歳以上の方と付き添いの方(事前の申込は不要)

【開催日】4/18, 5/9, 6/20, 7/18, 8/22, 9/19, 10/17,
11/21, 12/19, H31年 1/23, 2/20, 3/20

【時間】13:30~15:00(開場13:00)

【場所】桑名市総合福祉会館(常盤町51番地)1階大会議室 【参加費】200円

【お問い合わせ先】音楽療法室 TEL:25-2002



未就園児親子の音楽あそび「ラララ・おんがく♪」

親子のスキンシップを大切にしながら、音楽にあわせて体を動かしたり、楽器を鳴らしたり楽しい時間を過ごしましょう。

【会場と開催日】(6月~平成31年3月)

| | |
|---------------------|----------------------------|
| ①桑名市総合福祉会館(常盤町51) | 第1水曜日10:00~10:50 ※1月は第2水曜日 |
| ②桑名市社会福祉会館(中央町2-25) | 第2水曜日10:00~10:50 ※1月は第3水曜日 |

【対象】未就園児と保護者 【参加費】200円(親子1組) 【申込方法】実施日前月初日より電話受付

【定員】桑名市総合福祉会館 親子35組 桑名市社会福祉会館 親子20組 ※先着順

【お問い合わせ先】音楽療法室 TEL:25-2002

健康・ケア教室のご案内

多度支所「ほっと安心カフェ」TEL49-2029

【対象】市内在住65歳以上の方

【場所】多度すこやかセンター

免疫力を上げるおやつレシピ 健康おやつ教室

免疫力を上げる食材でおやつを手作りしませんか。

【日時】5月29日(火)10:00~12:00 【定員】20名程度 ※先着順 【参加費】600円

【申込期間】4月3日(火)~5月8日(火) 【持ち物】エプロン・三角巾・手拭きタオル・台ふきん・持ち帰り容器



笑いヨガ・練功 ※事前申込不要 【参加費】無料 【持ち物】上履き、お茶・水などの飲み物(水分補給のため)

| 内容 | 開催日 | 時間 |
|------|--------------------------------------|-------------|
| 笑いヨガ | 4/3、4/17、5/1、5/15、6/5、6/19 ※すべて火曜日 | 10:00~11:30 |
| 練功 | 4/10、4/24、5/8、5/22、6/12、6/26 ※すべて火曜日 | 10:00~11:30 |

すこやかランチ

笑いヨガや練功のあとに月に一度、ランチ会を開催します。運動後の食事は一際美味しく、おしゃべりも弾みます。

※管理栄養士による栄養相談も受け付けています。

| 開催日 | 時間 | 対象 |
|-----------------|-------------|-----------------|
| 5/15(火) | 11:45~12:30 | 5/15の笑いヨガ参加者 |
| 4/24(火)・6/26(火) | 11:45~12:30 | 4/24、6/26の練功参加者 |

【参加費】500円 【申込方法】一週間前までに事前予約。



健康・ケア教室のご案内

※事前の申し込みは不要です



桑名市総合福祉会館「健康・ケア教室」 TEL:22-8218

【対象】市内在住概ね65歳以上の方 【場所】桑名市総合福祉会館 【参加費】無料

| 内容 | 開催日 | 時間 |
|-----------|---------------------------------------|-------------|
| みんなで楽しくヨガ | 4/5、4/19、5/17、5/31、6/7、6/21 ※すべて木曜日 | 13:30～15:00 |
| 笑いヨガ | 4/12、4/26、5/10、5/24、6/14、6/28 ※すべて木曜日 | 13:30～15:00 |

桑名福祉センター「健康・ケア教室」 TEL:32-1889

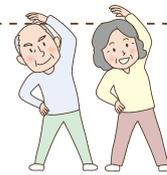
【対象】市内在住概ね65歳以上の方 【場所】桑名福祉センター 【参加費】無料

| 内容 | 開催日 | 時間 |
|----------------|---------------------------------------|-------------|
| みんないきいきコンサート | 4/4(水)、5/2(水)、6/6(水) | 13:00～14:00 |
| 笑いヨガ(健康体操) | 4/5(木)、5/11(金)、5/31(木)、6/7(木) | 10:00～11:00 |
| おたっしゃクラブ(健康体操) | 4/11(水)、5/9(水)、6/13(水) | 10:00～11:00 |
| 元気イキイキ!健康体操 | 6/23(土) | 10:00～11:00 |
| ビューティストレッチ | 4/21(土)、5/19(土) | 10:00～11:00 |
| ふれ愛体操 | 4/27(金)、5/25(金)、6/29(金) | 10:00～11:00 |
| 健康相談 | 4/7(土)、4/21(土)、5/19(土)、6/2(土)、6/16(土) | 14:00～15:00 |

教室に参加して元気の花を咲かせましょう!

桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438

【日 時】毎週月曜日9:30～1時間程度 【対 象】市内在住65歳以上の方
【内 容】腰痛予防体操・練功・ヨガなど 【持ち物】タオル ※動きやすい服装



腰痛のある方、介護やお仕事で腰に負担をかける機会が多い方。お友達が欲しい方。みんなで一緒に体を動かしたあとは、お茶とお菓子で、楽しく時間を過ごしましょう。事前の申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

長島支所「健康・ケア教室」 TEL:42-2110

【対象】市内在住概ね65歳以上の方

【場所】長島福祉健康センター

【参加費】100円/回(ドリンク代、保険料)【時間】10:00～12:00

4月・5月・6月のスケジュール

| 4月 | | 5月 | | 6月 | |
|--------|----------|--------|----------|--------|----------|
| 2日(月) | 音楽で健康! | 2日(水) | 折り紙教室 | 1日(金) | 練功 |
| 4日(水) | 折り紙教室 | 7日(月) | 音楽で健康! | 4日(月) | 音楽で健康! |
| 6日(金) | 練功 | 9日(水) | 太極拳 | 6日(水) | 折り紙教室 |
| 9日(月) | 創作・手芸カフェ | 11日(金) | シニアヨガ | 8日(金) | シニアヨガ |
| 11日(水) | 太極拳 | 14日(月) | 創作・手芸カフェ | 11日(月) | 創作・手芸カフェ |
| 13日(金) | シニアヨガ | 18日(金) | 練功 | 13日(水) | 太極拳 |
| 20日(金) | 練功 | 25日(金) | シニアヨガ | 15日(金) | 練功 |
| 27日(金) | シニアヨガ | | | 22日(金) | シニアヨガ |

※第1月曜日、毎週金曜日10:00～12:00に「カフェなかよし」を行っています。(利用料100円)

カフェのみでもご利用可能です。お気軽にお越しください。

ボランティアセンター通信 ~あした笑顔になあれ~

あなたにピッタリのボランティアをみつけませんか!?

わたしたちが住む地域の中では、あなたを必要としているボランティアがたくさんあります。「自分の出来る事からやってみたい…」、「趣味や特技を生かしたい」と考えている方、ボランティアセンターに活動の希望日や内容をご登録いただくことで、あなたの希望内容に合った依頼があったときに、桑名市内での活動のご紹介をすることができます。

例えば…子どもの見守り、夏祭り等のイベントのお手伝いや運転ボランティアなどあります。誰でも、どんな活動でも大丈夫です！まずはお気軽に桑名市ボランティアセンターへお話しください♪



本 所

外出支援 しらさぎの会「春の交流会」参加者募集

今年度最初の交流会は、長島水辺のやすらぎパーク、ボタン園とみつ又池公園(芝桜)を計画しました。社協のマイクロバスを利用します。皆様の参加お待ちしております。

【対 象】市内在住で、外出支援を必要とされる視覚障がい
又は、身体障がいのある障害者手帳をお持ちの方

【日 時】4月26日(木) 10:00~15:00 ※雨天中止

【集合場所】桑名駅前ロータリー(東口) 【定 員】10名 ※先着順 【参加費】700円

【持ち物】障害者手帳 【申込期間】4月2日(月)~4月9日(月)



中学英数学習室 生徒募集!

中学生を対象に元教師が学年別のグループまたはマンツーマンで英語、数学の宿題やテキストを用いて、各自の学力に応じた学習支援を行います。

【場 所】桑名市総合福祉会館

【日 時】毎週月曜・木曜 18:30~20:30 【対 象】勉強意欲のある方、学習方法がわからない方など興味のある方や見学希望のかたはお気軽に下記までご連絡ください。

多 度 支 所

地域交流の広場ネットワーク 「くわなとりえんなーれinたど2018」

【対 象】市内在住の方 ※託児なし お子様も一緒に参加可能です。 【事前申込】不要 【参加費】無料

| タイトル | 日 時 | 場 所 | 出 演 |
|---|---------------------|------------------------------|--|
| 日本を知ろう Vol. 3 古典に親しむ 新美南吉の世界、平家物語 | 4月6日(金) 11:00 ~ | 多度すこやかセンター | 語り 竹元 真一郎 |
| 第5回みんなの広場名曲コンサート 日本の歌世界の歌 | 4月22日(日) 13:30 ~ | 桑名市多度まちづくり拠点施設 (旧多度公民館講堂) | ソプラノ歌手 水谷朋子 ピアノ 佐藤恵美子 |
| 世界の国を知ろうアジア編 東南アジア青年の船レポート | 5月20日(日) 13:30 ~ | 桑名市多度まちづくり拠点施設 (旧多度公民館教室) | 小林真理  |
| 日本を知ろう Vol. 4 雅楽ってどんな音?パート2 古楽器はどんな音? | 5月27日(日) 13:30 ~ | 桑名市多度まちづくり拠点施設 (旧多度公民館和室) | 桑名雅友会 |

※各回開場は30分前になります。

ボランティアに関することは
桑名市ボランティアセンターへ

本 所 TEL22-8218 FAX23-5079 (常盤町 51 桑名市総合福祉会館内)
多度支所 TEL49-2029 FAX48-6331 (多度町多度 1-1-1 多度すこやかセンター内)
長島支所 TEL42-2110 FAX42-2613 (長島町松ヶ島 53-2 長島福祉健康センター内)

桑名市地域福祉計画推進市民会議に参加しませんか？

桑名市地域福祉計画の主演は、市民です。市民が主体となって取り組み、行政や社協と協働して地域の課題を解決していきます。あなたの行動が桑名をよくする一歩となります。一人でも多くの皆さんのご参加をお待ちしております。



◆推進市民会議の活動グループ◆

人づくり部会…あいさつ運動／学校連携／多文化交流

仕組みづくり部会…防災・見守り

場づくり部会…障がい者余暇活動支援

／千羽鶴を広める／Kバス利用改善／公園

「市民のための防災講座」を開催しました！

昨年の11月～2月まで全4日間、いざ災害が起こった時に、身の回りのモノだけでできる応急手や上手に助けてもらえる。方法等、個人・地域でできる防災方法や防災知識の習得を目的に、「市民のための防災講座」を開催しました。参加延べ人数は158名でした。



参加者からは「いつ災害が起こってもおかしくないと思うと不安が先に立つが、まず備えをしっかりとりたい」「実践的でよくわかりました。機会を作って他の方にも伝えたいと思いました」等の感想が寄せられました。今後も、地域での支え合い活動の一助となるような学ぶ場を設けていきたいと思っております。

参加者からは「いつ災害が起こってもおかしくないと思うと不安が先に立つが、まず備えをしっかりとりたい」「実践的でよくわかりました。機会を作って他の方にも伝えたいと思いました」等の感想が寄せられました。今後も、地域での支え合い活動の一助となるような学ぶ場を設けていきたいと思っております。



善意のご寄付ありがとうございます



【本 所】ユニー(株)“小さな善意で大きな愛の輪”運動

ピアゴ星川店 店長 水谷修 様 30,692円(平成30年1月4日)

味処古都 様 10,000円(平成30年1月18日)

味処古都のお客様 15,118円(平成30年1月18日)

カトリック桑名教会 様 50,000円(平成30年1月29日)

【長島支所】ながしまエコの会 様 100,000円(平成29年9月11日)

掲載記事の訂正とお詫び

社協だより2月号の掲載内容に誤りがございました。以下の通り訂正させて頂くとともにお詫び申し上げます。

誤:【多度支所】能代小学校同窓会 様 4,310円 正:【多度支所】野代小学校同窓会 様 4,310円

はあぶ工房 21th Anniversary

～小林研三 小品展&5人の絵画いろいろ展～

【日 時】4月10日(火)～28日(土)10:00～17:00

※最終日は14:00まで。日・月はお休み

【場 所】はあぶ工房Together(陽だまりの丘7-1706)

★17日(火)14:00～オカリナ&ピアノ・ライブ

★28日(土)14:00～ハーモニカ・ライブを開催します

TEL:32-5216

HP:<http://www.herb-kobo.com>



春を楽しむハーブ祭り

バザー、フード販売、ライブ、ゲームなど楽しい催し物がいっぱい！九華公園の「さくらまつり」をかねて是非お越し下さい！

※バザー用品(未使用の物)募集中です。

【日 時】4月7日(土)10:00～14:00

【場 所】ワークルーム桑友

吉之丸14(立教小学校東隣)

TEL:23-7189

介護職員初任者研修(通学コース)受講生募集

介護に関する知識や技術を身につけることができる介護職員初任者研修を開催します。全て日曜開催ですので、働きながらの受講も可能です!介護職の仕事をお考えの方、身内の介護や地域のボランティア活動等に役立てたい方等、この機会に是非お申込みください! 詳しい日程等は、桑名市社会福祉協議会HPに掲載しています。

【日 程】5月27日～11月4日 合計18日間(全て日曜日)

【会 場】長島デイサービスセンターほほえみ(桑名市長島町松ヶ島66番地)

【受講料】市内在住の方 50,760円 市外在住の方 56,160円 ※税・テキスト代込

【募集人数】19名(先着順) 【募集期間】4月2日(月)～5月14日(月)

【申込方法】募集用紙に記入の上、受講料を添えて本所まで持参下さい。

【修了認定】所定の期間内に、定められた全ての科目を履修した方で、履修後に実施する修了評価筆記試験にて評価基準を満たした方に修了証を発行いたします。また、未履修単位がある場合は修了証の発行はできません。

【申込・お問い合わせ先】本所 TEL:22-8218



修了後、桑名市社会福祉協議会に就職された方は、半額を助成します!
詳細については上記までお問い合わせください!

～「社協だより」発行月変更のお知らせ～

これまで年6回(偶数月)の発行でしたが、今年度から年4回(4月、7月、10月、1月)に変更致します。今後も、紙面の充実を図り、皆様のご期待に添えるよう一層の努力をする所存でございます。引き続き「社協だより」を宜しくお願い致します。

心配ごと相談

内容によっては、弁護士相談もあります。

桑名市社会福祉会館 TEL:22-8483

毎週木曜日 10:00～12:00(年末・年始・祝日休み)



精神障がいのある方のためのフリースペース

ほのぼのルーム 新築町 67-1

毎月第2金曜日・第4月曜日 13:00～16:30

問い合わせ【本所】TEL:22-8218

社会福祉法人 桑名市社会福祉協議会 〈ホームページ〉 <http://www.kuwana-shakyo.com>

■本所 桑名市総合福祉会館

〒511-0062 常盤町 51 番地

総務課 TEL22-8311 地域福祉課 TEL22-8218

FAX23-5079 (共通)

メール kshakyo@jasmine.ocn.ne.jp

■多度支所 多度すこやかセンター

〒511-0106 多度町多度 1 丁目 1 番地 1

TEL49-2029 FAX48-6331

メール sukoyaka@eagle.ocn.ne.jp

■北部西地域包括支援センター

TEL 49-2031 FAX 49-2533

■長島支所 長島福祉健康センター

〒511-1122 長島町松ヶ島 53 番地 2

TEL42-2110 FAX42-2613

メール nabana@clock.ocn.ne.jp

■ケアプランセンター TEL 84-7890

■障害者総合相談支援センター TEL 41-2015

■桑名市社会福祉会館

〒511-0068 中央町 2 丁目 25 番地

TEL/FAX 22-8483

■音楽療法室(桑名市社会福祉会館 1 階)

TEL 25-2002 FAX 25-8483

■福祉なんでも相談センター

〒511-0903 大山田 1 丁目 7-4

(大山田コミュニティプラザ 1 階)

TEL 41-2114 FAX 41-2174

■長島デイサービスセンター「ほほえみ」

〒511-1122 長島町松ヶ島 66 番地

TEL 41-1022 FAX 41-1250

■北部東地域包括支援センター

TEL 42-2119 FAX 41-0515

■桑名北部老人福祉センター

〒511-0808 下深谷部 4960 番地 10

TEL 29-1438 FAX 29-1526

■桑名福祉センター

〒511-0911 額田 455 番地 3

TEL 32-1889 FAX 32-1891

■養養護老人ホーム桑名市清風園

〒511-0836 江場 83 番地

TEL 22-2178 FAX 41-2171

■桑名山崎苑

〒511-0834 大福 399

TEL/FAX 21-5008

【個人情報の管理について】

桑名市社会福祉協議会では、個人情報保護に関する法令などを厳守するとともに、実施する事業を通じて個人情報の保護に努めてまいります。