

くわな社協だより

第84号

2019年
4月1日号



施設利用者と音楽療法士による

ひだまりコンサート♪

2/22(金)に桑名市総合福祉会館にて市内の施設利用者と音楽療法士によるひだまりコンサートが開催されました。施設ごとのステージ演奏の後には、音楽療法士の演奏に合わせたダンスで会場が一体となり大盛り上がりでした。

平成30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月よりご協力を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取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30年度募金実績額 総額19,877,078円

募金実績内訳

戸別募金	17,909,848円
法人及び大口募金	1,442,100円
街頭募金	160,475円
学校募金	139,031円
職域・その他募金	225,624円
合計	19,877,078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
- ・防災対策
- ・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
- ・地区社協指導育成事業
- ・社協だより発行事業
- ・音楽療法事業
- ・福祉まつり事業
- ・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
- ・各種福祉団体助成 など

参加者募集!!

平成31年度 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、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】初回 5/9(木) 14:00~15:30 以降原則毎月第2木曜日

【会 場】桑名市総合福祉会館 2階 教養娯楽室 【対象】市内在住60歳以上の方

【定 員】30名程度 【申込開始日】4/1(月)~ 【参加費】1回150円(保険料込)

【服 装】動きやすい服装(スカートはご遠慮下さい)・くつ下着用

【持ち物】汗拭きタオル・水分補給の出来るもの

【指 導】株式会社AHA コンディショニングトレーナー

【申込・お問い合わせ先】桑名市総合福祉会館 TEL:22-8218



介護予防教室 一緒に楽しみませんか? ほっこり「ゆるイスヨガ」

運動不足かも、最近動きづらくなった…そんな不安を持つ皆さん、イスを使ったヨガを楽しみませんか。無理のない範囲で身体を動かし、身体も心も軽くしませんか。※事前申込不要

【対 象】市内在住の方 【場 所】桑名市総合福祉会館 【お問い合わせ先】本所TEL:22-8218

開催日	時 間	参加費
4/11、4/25、5/9、5/23、6/13、6/27 ※すべて木曜日	15:30~16:30	無料

楽しく介護を続けるために「サヨナラ腰痛ヨガ」

楽しく介護を続けるために腰痛予防に効果のあるヨガをしませんか。ヨガの後にお茶を飲みながら講師や仲間と交流する時間を設けます。日々の思いの共有やヨガに関する質問もできます。※事前申込不要

【対象】家族の介護をしている方、介護事業所に勤務している方 【場所】桑名市総合福祉会館

【お問い合わせ先】本所TEL:22-8218

※8月以降の予定は7月号でお知らせします。

開催日	時間	参加費
5/16、5/30、6/6、6/20、7/4、7/18 ※すべて木曜日	19:00～	100円/回

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。全て日曜日の開催ですので、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】5/26～11/24 合計18日間(全て日曜)

【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】4/1(月)～5/15(水)

【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。【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! 基準がありますので、詳細については、上記までお問い合わせください!

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	開催日	定員
①桑名市総合福祉会館(常盤町51)	第1水曜日10:00～10:50 ※1、3月は第2水曜	親子40組
②桑名市社会福祉会館(中央町2-25)	第2水曜日10:00～10:50 ※8、1、3月は第3水曜	親子20組

【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 ※先着順

【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

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】4/17、5/29、6/19、7/17、9/18、10/16、11/20、12/18、2020年2/19、3/18

【時間】13:30～15:00(開場13:00) 【参加費】200円

【場所】桑名市総合福祉会館(常盤町51番地)1階大会議室

【お問い合わせ先】音楽療法室 TEL:25-2002

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、講演会、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。(4/8(月)～2020年3/31(火)までに主催するイベント)

【対象】各種団体 【派遣費】有料

【お問い合わせ先】音楽療法室 TEL:25-2002

第5回 みんな楽しく！ 春の地域交流会

桑名福祉センターで活動されているサークル等が日頃の活動の成果を発表する交流会を開催します。毎年、多くの方にご参加いただき大盛況です。みなさまお誘いあわせの上、ご来館ください。

【日 時】5/18(土)9:30～16:00

※作品展示は、5/17(金)～5/18(土)

【会 場】桑名福祉センター

額田455番地3 TEL:32-1889



桑名北部老人福祉センター 転倒予防・イスDE体操教室

座ったままでできる体操です。転ばない体を作りましょう。

【対 象】市内在住60歳以上の方

【日 時】第5水曜日10:00～11:00

(5/29、7/31、10/30、1/29)

【定 員】30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越し下さい

【申込期間】

4/8(月)～5/14(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・サークル受講生募集(5月～2020年4月)

【対 象】市内在住60歳以上の方 ※参加費等、詳細はお問い合わせください。

【申込期間】4/3(水)～4/15(月)※申し込み多数の場合は抽選。初めての方を優先します。

講 座			
パソコン教室 ①	第1(水)	10:00～11:30	太極拳 第2・4(水) 14:30～16:00
パソコン教室 ②	第2(水)	10:00～11:30	華道 第3(土) 9:30～11:00
パソコン教室 ③	第3(水)	10:00～11:30	茶道 第3(土) 11:00～12:00
書道硬筆	第2(水)	13:00～14:30	桑名の千羽鶴に親しむ 第4(水) 9:30～11:30
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

【申込・お問い合わせ先】桑名北部老人福祉センター TEL:29-1438

健康・ケア教室のご案内

多度支所「ほっと安心カフェ」TEL:49-2029

【対象】市内在住65歳以上の方 【場所】多度すこやかセンター

内容	開催日	時間	事前申込	参加費
笑いヨガ	4/2、4/16、5/7、5/21、6/4、6/18 ※すべて火曜日	10:00～11:30	不要	無料
練功	4/9、4/23、5/14、5/28、6/11、6/25 ※すべて火曜日		不要	無料

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。管理栄養士による栄養相談も受け付けています。

【参加費】500円 ※要事前申込(1週間前まで)

開催日	時間	対象
4/23(火)、5/21(火)、6/25(火)	11:45～12:45	当日開催の笑いヨガ・練功参加者

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(常盤町51) 【参加費】無料

内容	開催日	時間
みんなで楽しくヨガ	4/4、4/18、5/16、5/30、6/6、6/20 ※すべて木曜日	13:30～15:00
笑いヨガ	4/11、4/25、5/9、5/23、6/13、6/27 ※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

内容	開催日	時間	参加費
みんないきいきコンサート	4/3(水)、6/5(水)	13:00～14:00	無料
笑いヨガ(健康体操)	4/4(木)、6/6(木)	10:00～11:30	無料
おたっしゃクラブ(健康体操)	4/10(水)、5/8(水)、6/12(水)	10:00～11:00	無料
ふれ愛体操	4/26(金)、5/24(金)、6/28(金)	10:00～11:00	無料
水彩画「描いてみよう会」	5/17(金)、6/24(月)	10:00～12:00	200円
地域交流カフェ	4/17(水)、5/17(金)、6/19(水)	13:30～15:00	50円

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

【対象】市内在住概ね65歳以上の方【場所】桑名北部老人福祉センター【参加費】無料

内容	開催日	時間
練功	4/1、5/27、6/3 ※すべて月曜日	9:30～10:30
ヨガ	4/8、4/15、5/13、5/20、6/10、6/17 ※すべて月曜日	9:30～10:30
腰痛予防体操	4/22(月)・30(火)、5/7(火)、6/24(月)	9:30～10:30

腰痛のある方、介護や仕事で腰に負担をかける機会が多い方など。みんなで一緒に体を動かして、楽しい時間を過ごしましょう。(持ち物：タオル 動きやすい服装でおこしてください)

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 【時間】10:00～12:00

4月		5月		6月	
1(月)	音楽で健康!	8(水)	大極拳	3(月)	音楽で健康!
3(水)	折り紙教室、大極拳	10(金)	シニアヨガ	5(水)	折り紙教室、大極拳
5(金)	練功	13(月)	創作・手芸カフェ	7(金)	練功
8(月)	創作・手芸カフェ	15(水)	折り紙教室、大極拳	10(月)	創作・手芸カフェ
10(水)	大極拳	17(金)	練功	12(水)	大極拳
12(金)	シニアヨガ	20(月)	音楽で健康!	14(金)	シニアヨガ
17(水)	大極拳	22(水)	大極拳	19(水)	大極拳
19(金)	練功	24(金)	シニアヨガ	26(水)	大極拳
24(水)	大極拳	31(金)	練功	28(金)	シニアヨガ
26(金)	シニアヨガ				

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

ぽけっと♡るーむ

5月～7月開催予定

本所 子育てサロン担当

TEL 22-8218 FAX 23-5079

メール kshakyo@jasmine.ocn.ne.jp

大型遊具であそぼ! & おもちゃ病院

【日時】5/13(月)、6/3(月)、7/1(月) 10:30～14:00 【会場】桑名市総合福祉会館 大会議室
好きな時に来て、好きなだけ遊んでください。おもちゃ病院ではボランティアグループ「おもちゃ病院くわな」が壊れたおもちゃを無料で修理してくれます。

★ホッと一息…お話ししていきませんか?(10:30～12:00)

「疲れた」「何だかイライラして…」何でも結構です。ボランティアグループ「ほっとすぺーす」のメンバーとお話ししてストレスを発散しませんか?お気軽にどうぞ!



ボランティアセンター通信 ～あした笑顔になあれ～

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、春の交流会はリニューアルした名古屋城見学と場内散策を計画しました。「金シャチ横丁」で美味しいしめんを食べにいきませんか?社協のマイクロバスを利用します。皆様のご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害又は、身体障害のある障害者手帳をお持ちの方

【日時】4/22(月)9:30～16:00 ※小雨決行 【集合場所】桑名駅前(東口)ロータリータクシーのりば

【定員】10名 ※先着順 【参加費】1,000円(昼食は各自負担) 【持ち物】障害者手帳、飲み物

【申込期間】4/1(月)～4/8(月)

中学英数学習室生徒募集

公立中学の生徒に英語、数学の学習支援を行っています。(無料)

勉強意欲のある生徒を募集しています。入会時に保護者同伴で面談をさせていただきます。

【場所】桑名市総合福祉会館 2階 【開催日時】月・木曜18:30～20:30 【定員】10名



多度支所

地域交流の広場ネットワーク主催企画

内容	開催日・会場	時間	参加費	備考
日本を知ろう童謡100年 山田耕筰&北原白秋物語	4/4(木) 多度すこやかセンター	14:00～15:30	500円	事前申込み不要 幼児入場可
みんなの広場コンサート 弦楽アンサンブル	5/18(土) 多度まちづくり拠点施設	14:00～15:00	無料	事前申込み不要 幼児入場可
日本を知ろう雅楽ってどんな音楽? 雅楽をもっと楽しもう	5/25(土) 多度まちづくり拠点施設	14:00～15:00	無料	事前申込み不要 幼児入場可

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)

青パトで地域の安全を守ります～松ノ木地区・青パト新車両導入～

松ノ木地区の青色回転灯付きパトロールカーの新車両が導入されました。

松ノ木地区では、住民百二十人が防犯パトロールに参加していて、青パトでの毎日巡回、「夜パト」として夜間警戒、参加者が都合の良い時に地域を見回る「フリーパト」などの形でパトロールを行っています。2007年から青パトを導入するなど地区の防犯意識も高く、効果を上げています。松ノ木地区では、防犯パトロールをはじめ、連合自治会や地区社協などの組織が連携し、さまざまな活動を展開しています。



健康セミナー 2019わかりやすい医療シリーズVol.2 地域のドクターから地域の皆さまへ

生活習慣病を中心に、日常起きやすい病気や症状。それらの解説や悪化しないための対策等について、医師の立場から非常にわかりやすくお話することが「わかりやすい医療」のコンセプトです。

【日 時】4/13(土)13:15~14:30(12:50開場) 【会 場】桑名市総合福祉会館 大会議室

【講 師】ペルソナ脳神経外科クリニック院長 澤利彦 先生

【テーマ】「なかなか治まらない痛みの話」 痛み止めも貼り薬もなかなか効かない頭痛や身体の痛み…今回はそんな痛み(疼痛)について原因や対処等をわかりやすくお話しします。

【定 員】80名※事前申込不要 【参加費】無料 【お問い合わせ先】桑名商工会議所 TEL:22-5155

シニア生き生きチャレンジ教室(シニア世代介護職場就労支援事業研修)

現役シニアの高い就労意欲と経験・技能を生かし、地域社会の支え手として介護現場への就労やボランティア活動に繋がるための研修を開催します。

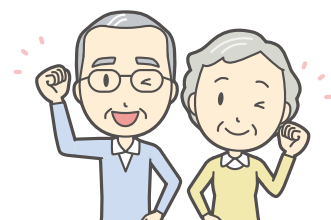
【対象】県内在住の概ね60歳以上のシニア世代の方で、地域でのボランティア活動や介護職場で働く意欲をお持ちの方。又は、介護を学ぶ意欲をお持ちの方。

【日 時】6/5(水)、6/12(水)、6/20(木)、6/26(水)

10:00~16:00(6/26のみ10時~12時)《※体験学習:ご希望の2日間》

【会 場】四日市市三浜文化会館 四日市市海山道町一丁目1532-1

【申込・お問い合わせ先】(福)三重県社会福祉協議会 福祉研修人材部・福祉人材課 TEL:059-227-5160



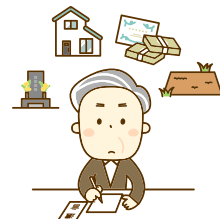
遺言の日・遺言相続無料電話相談会(弁護士による電話相談)のお知らせ

【日 時】4/15(月)10:00~16:00 【電話番号】059-228-3143

【相談担当】三重弁護士会高齢者・障害者支援センター所属弁護士

【相談内容】遺言書の書き方・相続に関する疑問点・後々相続でトラブルにならないよう今できる事・相続問題で現にお困りの内容など、遺言と相続に関する問題全般に対応します。

【お問い合わせ先】三重県弁護士会事務局 TEL:059-228-2232又はHP:<http://mieben.info/>



はあぶ工房 22nd Anniversary

~小林研三 小品展&7人の絵画いろいろ展~

【日 時】4月9日(火)~27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)

★16日(火)14:00~オカリナ&ピアノ・ライブ

★27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6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



善意のご寄付ありがとうございます (12/1~2/28分)

【本 所】味処古都 様	10,000円	佐藤 様	300,000円
味処古都のお客様	18,894円	修徳まつり実行委員会 様	45,880円
カトリック桑名教会 様	50,000円	大正琴 花ごよみ会 様	5,000円
株式会社ほくせい 愛灯館 様	34,881円	ユニー(株)“小さな善意で大きな愛の輪”運動	
桑名市仏教会 様	357,146円	ピアゴ多度店 店長 佐竹 純 様	49,040円
【長島支所】匿名希望 様	100,000円	匿名希望 様	639円

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役は、市民です。市民主体の取り組みや行政や社協と協働して取り組むことで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。お一人でも多くの皆様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／気軽に集える公園

人づくり部会「桑名ワールドパーティー」開催しました。

1/19(土)に「桑名ワールドパーティー」を開催しました。これは市内の在住の外国人の方と日本人が交流し、お互いに理解と交流を深めるために企画されたパーティーです。当日は、7カ国約80名の方々にご参加頂きました。

外国のお菓子の試食、笑いヨガやフィリピンの伝統ダンス、最後には参加者全員で盆踊りをするなど、楽しみながら国際交流を体験できました。会場内には「外国人のための防災コーナー」が設けられ、多くの方が関心を持たれました。今後も、桑名市で暮らす外国人の方との「交流」する場を企画していきたいと考えています。



心配ごと相談

内容によっては、弁護士相談もあります。
毎週木曜日10:00～12:00
TEL:22-8483
桑名市社会福祉会館



司法書士による成年後見相談会

毎月1水曜日(※5月は第2)9:00～12:00
桑名市総合福祉会館
【対象】市内在住の65歳以上の方とそのご家族※要事前申込
【費用】無料 【申込先】本所 TEL:22-8218

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
4/12(金)、4/22(月)、5/10(金)、5/27(月)、
6/14(金)、6/24(月) 13:00～16:30
【お問い合わせ先】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 22-8483

■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

■大山田コミュニティプラザ
〒511-0903 大山田 1 丁目 7-4
TEL32-1820 FAX32-0905

■スター21
〒511-0912 星見ヶ丘 8 丁目 601
TEL 31-7625 FAX31-7674

■陽だまりの丘複合施設「ぼかぼか」
〒511-0867 陽だまりの丘4丁目2201番地2
TEL87-7576 FAX32-5677

■六華苑
〒511-0009 桑名 663-5
TEL24-4466 FAX24-4627

【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。