

海外留学生と英語で交流しました

手話で楽しくお話しました



たくさんの児童・生徒が参加し、
地域の人たちと一緒に楽しく「福祉」に
触れ合うことができました。

米袋バッグ作りで地元の特産品に親しみました

災害非常食の作り方を学びました



夏休みボランティアワークショップを実施しました

No. 116

2024.10

地域とつながる 地域をつなげる 地域の福祉情報誌

みなみうおぬま 社協だより

「社協」は
社会福祉協議会の
略称です

コンテンツ

- 🍀 ご協力ください
ライフ&フードドライブ …… 2
- 🍀 ヤングケアラーの理解を深める
セミナー、善意をありがとう …… 3
- 🍀 除雪ボランティア募集中、
24時間テレビチャリティー募金 4
- 🍀 赤い羽根共同募金運動 …… 5
- 🍀 SNSで話題! 葦原 海氏 講演会 … 6
- 🍀 レッツ脳トレクイズで応募、
“しゃべり場お六” …… 7
- 🍀 紹介します! 地域のチカラ …… 8



南魚沼市社協
イメーシキちゃん
みなみちゃん

はじまります!
赤い羽根
共同募金運動



「もったいない」から「ありがとう」へ

ライフ&フードドライブ

ライフ&フードドライブは家庭や企業などからご寄付いただいた食品や日用品を、南魚沼市在住のひとり親世帯や、生活にお困りの方など、必要な方にお渡しする活動です。

お持ちいただきたい品の例

お米

令和5年秋以降に収穫されたもの。玄米・もち米も大歓迎です。



乾麺

そば、うどん、そうめん、パスタ、カップラーメン、袋麺など。



レトルト食品

カレー、パスタソース、親子丼・牛丼・中華丼など。



缶詰類

ツナ缶、コーン缶、フルーツ缶、サバ缶、焼き鳥缶など。



調味料

醤油、食用油、みりん、塩、砂糖、酢など。



飲料

アルコール以外の飲料。



日用品

生理用品、ティッシュ、トイレトペーパー、洗剤、シャンプー類など。



※これらの食品のほか、お歳暮ギフトパック、菓子類等もお受付しています。

※必要な方へお渡しするまでの期間を考慮し、**未開封・常温保管が可能・賞味期限が2カ月以上残っている食品を対象**としています。

※**スプレー缶などガス充填されているものや衣類や布類は取扱いません。**

受付期間 10月1日(火)～10月31日(木) 9:00～17:00 ※土日祝日を除く

受付場所 ●南魚沼市社会福祉協議会 本所 福祉センターしらゆり (小栗山303番地1)
大和支所 大和老人福祉センター (大崎594番地9)
塩沢支所 塩沢老人福祉センター (塩沢1112番地38)

問合せ先 地域福祉係 ☎773-6911

ろうきん 今、暮らしに少しでもお悩みを感じていませんか?

複数あるローン返済が大変...一本にまとめたい!
子どもの教育資金っていくら必要なの?
毎月貯蓄したいんだけど、なかなか難しい...

「ろうきん」はあなたの力になります!
お金のことならどんなことでも「ろうきん」へご相談ください

ろうきん六日町支店 南魚沼市六日町474-2 TEL.025-773-2112

会社や自宅へ **TPお届け便**

魚沼圏域は配達費無料!

TP	20個	50個	100個
包装あり	980円	2,450円	4,900円
包装なし	920円	2,300円	4,600円

※全て税込価格 ※ダブルTPは各1個3円増 ※年4回配達の定期便コースもございます。

知的・精神・身体の3障がい者が働くTP製造の福祉作業所です
特定非営利活動法人 **支援センターあんしん**
ワークセンターあんしん
十日町市稲荷町4丁目367-3
TEL(025)755-5621・FAX(025)755-5622

ヤングケアラーの理解を深めるセミナー

～まず知ること。気づくこと。～

ヤングケアラーについて正しく理解し、支援の必要性や気づき、声掛けのポイントについて学びます。どなたでも参加いただけますので、興味や関心のある方はぜひご参加ください。

- 日時** 11月9日(土) 13:30～16:30
- 会場** ふれ愛支援センター 2階
多目的ホール(坂戸399番地1)
- 講師** (一社)ケアラーワークス
代表理事 田中 悠美子 様
元ヤングケアラー 友田 智佳恵 様
- 定員** 60名
- 申込締切** 10月25日(金)
- 申込み・問合せ先** 地域福祉係 ☎773-6911

ヤングケアラーって？

法律上の定義はないが、本来は大人が担うとされている家事や家族の介護などを日常的に行っていて、子ども自身の権利が侵害されている18歳未満の子どもをヤングケアラーといいます。18歳～おおむね30歳代までを若者ケアラーと呼ぶ場合もあります。



善意をありがとう



ご寄付ありがとうございました

社会福祉事業の推進に大切に活用させていただきます。〔令和6年7月23日～令和6年9月19日〕

- 南魚理容組合 様 ……………タオル

大型展示スペースあり♪
福祉用具レンタル・販売・住宅改修
介護用品各種取り揃い♪

アルフビジネスクリエーション

南魚沼店

〒949-6680 南魚沼市六日町801-9(サウンドポウル様隣)

0120-834-120

CMで話題のフランスベッド
臨床支援マルチポジションベッド展示中!

介護用ベッド自費レンタル月額1000円～
介護用品多数取り揃えております!

介護が楽～♪

福祉用具 レンタル・販売・住宅改修
シルバーサポートスマイル
TEL025-775-7501
〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町2367-1

除雪ボランティア 募集中

高齢者のみ世帯や要配慮世帯などのうち、自力での除雪が困難な世帯への対応に備えて、除雪作業にご協力いただけるボランティアを募集しています。ご協力いただける方は問合せ先までご連絡ください。

作業内容

- 屋根の雪を落とす場所を確保するための下雪除雪
 - 玄関などの出入口、避難口確保のための除雪
- ※屋根の雪下ろしは行いません。

その他

南魚沼市社会福祉協議会で、ボランティア保険に加入します。

問合せ先 地域福祉係 ☎773-6911



2階の窓まで雪が積もったお宅で活動

24時間テレビチャリティー募金活動

募金総額 301,658円

実施日 8月31日(土)・9月1日(日)

会場 あぐりぱーく八色 様、はりまや^{ナッツ}72店 様

南魚沼市身体障がい者協会、高校生、北里大学の学生さんたちから街頭募金ボランティアとしてご協力いただきました。大勢の皆様の温かいご支援とご協力により、たくさんの募金が集まりました。ありがとうございました。

広告掲載しませんか？

- 社協だよりの広告掲載は、
当会特別会員様の特典です。
- 会費は1口10,000円（年額）です。
1口で2回掲載いただけます。



問合せ先 総務係 ☎773-6911

An advertisement for a nursing bed rental service. It features a banner with the text "介護用ベッドレンタル 月々1500円～" and "越後交通株式会社 介護事業部 TEL 025-782-4315". Below the banner are four men in blue uniforms. To the right, a vertical red banner says "介護の「ご」お困りごと、なんでもお気軽に 私たちに「ご」相談ください。" At the bottom, it says "越後交通株式会社 介護事業部 魚沼営業所 南魚沼市塩沢787-5 TEL 025-782-4315" and "正社員募集中!"

介護の「ご」お困りごと、なんでもお気軽に 私たちに「ご」相談ください。

越後交通株式会社 介護事業部 魚沼営業所
南魚沼市塩沢787-5 TEL 025-782-4315

正社員募集中!

赤い羽根共同募金運動が はじまります



10月1日から12月31日まで、赤い羽根共同募金運動がはじまります。南魚沼市で集まった募金の約70%は、南魚沼市の子どもたちや高齢者、障がいのある方などを支援するさまざまな福祉活動に使われています。残りの約30%は新潟県全体の福祉活動や災害支援に役立てられます。

どんな募金の方法があるの？

法人募金

企業の皆様をお願いする募金です。

学校募金

保育園や学校でお願いする募金です。

戸別募金

自治会を通じて各世帯をお願いする募金です。

街頭募金

イベントなどを通じて呼びかける募金です。

職域募金

官公庁などの皆様をお願いする募金です。

その他の募金

商店や銀行に募金箱を設置していただく募金などです。

市内のさまざまな活動に活用されています（例）

地域・子ども食堂 活動支援事業

地域・子ども食堂の研修費や立ち上げ費用のサポートなどに活用。食を通じた居場所づくり、交流の場づくりを目指しています。



ライフデザインノート

人生の最後まで住み慣れた地域の中で自分らしく暮らしていくために、自分の意思をしっかりと周りに伝えながら、ポジティブに生きるために活用できる「ライフデザインノート」の制作に活用されます。希望される南魚沼市民の方には無料でお配りしますので、お問合せください。



社会福祉協力校 支援事業

福祉に関する講話などを通じて福祉教育を経験し、思いやりの心や福祉に触れ合える機会をつくります。



TikTok 36万人
Instagram 5.4万人

「みゅう♡足は
姫にあげた」

「わたしは
ないものを
数えない。」

モデル

あし はら みゅう

葦原 海



日時

2024年11月28日(木)
13:30 ~ 15:00 (開場13:00 ~)

会場

コミュニティホールさわらび
南魚沼市浦佐5175番地1

参加費

無料 (定員: 300名)

締切

11月15日(金)

■略歴

NHKの企画をきっかけにファッションショーに出演。「障がいを抱える方をより身近に感じてもらう」企画であったはずが、障がいのない方には「届いていない」と違和感。

「車いすユーザー」を知ってもらうためにモデル・タレント活動を本格化。

東京オリンピック・パラリンピック2020大会の前夜祭や閉会式にパフォーマー出演。

底抜けの明るさと、ポジティブマインドで日本人初となるミラノコレクションのモデルに選出。

地域共生社会の実現に向け、市民の皆様と一緒に考える機会にできればと思います。
ぜひご参加ください。

申込み先

社会福祉法人 南魚沼市社会福祉協議会

南魚沼市小栗山303番地1 ☎ 773-6911 / FAX 773-2223

E-mail: muikamachi@mu-shakyo.or.jp

QRコードからも
申込み可能です▶



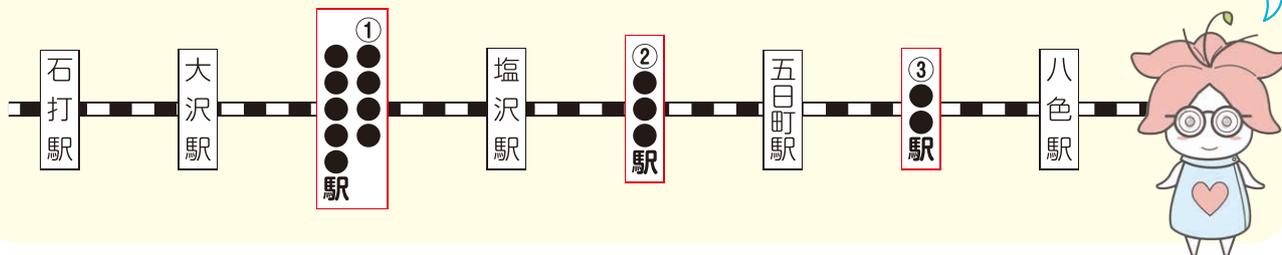
レッツ脳トレ♪ クイズで応募

旧大和町、旧六日町、旧塩沢町が合併して誕生した南魚沼市が市制施行20周年を迎えます。(旧塩沢町は平成17年に編入)

そこで、今回は南魚沼市に関するクイズです！南魚沼市内にある上越線の駅名で、空欄になっている駅名をお答えください。

ヒント

- ①新潟県内で一番長い駅名。冬はスキー客で賑わいます。
- ②駅前のショッピングセンターの中にはグッドデザイン賞を受賞した図書館があります。
- ③南魚沼市で唯一新幹線が停車します。田中角栄さんの像があります。



応募方法 ●ハガキでの応募 ①クイズの答え ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤社協だよりについての感想やご意見ご要望等を記入の上、下記あて先までご応募ください。

●HPからの応募 南魚沼市社会福祉協議会HPトップページのサイドメニューにあるクイズ回答フォーム、または右記のQRコードからも応募できます。



回答フォームへ

あて先 〒949-6636 南魚沼市小栗山303番地1
南魚沼市社会福祉協議会 クイズ 係

応募締切 10月31日(木) 当日消印有効

賞品 正解者の中から抽選で5名様に就労継続支援B型事業所「あめのちはれ」様のドリップコーヒーセットをお送りします。

※当選発表は、発送をもって代えさせていただきます。

就労継続支援B型事業所「あめのちはれ」とは

障がいのある方が活躍する焙煎工房併設の福祉施設です。私たちはチャレンジ「まずはやってみよう」そんな思いで一つ一つ手作業で丁寧に作っています。そして、『みんなの明日が晴れるように』というビジョンを掲げており、一杯のコーヒーを通じてお客様を笑顔にしたい…それが私たちの想いです。



前回の答え ① C : 競泳 ② C : アメリカ ③ A : バレーボール

10月・11月の“しゃべり場お六”

●事前の予約は必要ありません。 ●お六の開催日は、しらゆりのお風呂は休館です。

日時 毎週月曜日 (月曜祝日の場合は翌平日火曜日)
10:00 ~ 12:00

場所 南魚沼市福祉センターしらゆり (小栗山303番地1)

参加費 100円 (お茶・お菓子代として)

イベント日 10月21日(月) 10:30 ~ パラスポーツに挑戦! ボッチャ体験、競技会
11月18日(月) 10:30 ~ 好評につき今年も開催! 身体と頭をほぐすレクリエーション活動

※10月21日(月)の会場は、南魚沼市図書館 多目的室です。しらゆりでは開催されませんのでご注意ください。

問合せ先 地域福祉係 ☎773-6911

イベントを行わない日も
将棋や手芸など
思い思いに楽しんでいます

※状況により、**内容を変更**する場合があります。

※運営ボランティアさんを募集しています! 興味のある方はぜひ一度遊びに来てください。



紹介します!

地域のチカラ

ふれあい・いきいきサロン「運動教室」をご紹介します!

どんな活動をしていますか

運動教室は、おもに高齢者の体力維持のための体操と、地域の方のコミュニケーションの場として活動を行っているサロンです。

ももとは約10年前、現在も市内で開催されている南魚沼市主催の介護予防事業「まめでいきいき倶楽部」の活動から始まりました。「まめでいきいき倶楽部」活動終了後はサロンとして立ち上げ、特別養護老人ホーム八色園での活動を経て、現在はコミュニティーホールさわらびの練習室で活動をしています。活動日は、「まめでいきいき倶楽部」当時から変わらない毎月第3水曜日です。

参加者の皆さんには、タオルや柔らかいボールを使ったストレッチ・体操をできる範囲でやってもらっています。「来たい人が来たいときに来る」を大切に、参加者の皆さんにも無理のない活動を行っています。

今後の展望についてお聞かせください

皆さんには外に出て、いろいろな人とコミュニケーションをとってほしいと思っています。

取材当日は女性の参加者のみでしたが、少し前までは男性の方も参加されていました。男性の方も女性の方も「参加したい」という気持ちのある方は、ぜひ参加してほしいです。



足をマッサージしている様子



タオルを使った体操の様子



深呼吸をしながらストレッチをしている様子

編集より

取材で伺った日は7名の方が参加されており、1名の方は初めて参加された方でした。会場である練習室に入り、椅子に座って談笑されている皆さんの足元を見ると、足の裏でラップの芯をコロコロと転がしていました。

活動開始後も、インストラクターの資格を持つ、代表者である小島さんの明るくハキハキとした掛け声とともに、いろいろなストレッチや体操をしながら、積極的にコミュニケーションをとっている姿がとても印象的でした。私も実際に体験させていただきましたが、徐々に体が温まりほぐれている感覚があり、とても気持ちよかったです。ぜひ、皆さんも気軽に楽しい雰囲気の中で、体をうごかしてみませんか?

南魚沼市社会福祉協議会では、新規ふれあい・いきいきサロン登録を受け付けております。

「運動教室」にご興味のある方、地域のサロンを立ち上げてみたい方やボランティアで関わりたいという方は、地域福祉係(☎773-6911)までご連絡ください。

社会福祉協議会は、住民の皆さまの参加と関係機関・団体との協力により

「誰もが安心して暮らせるふくしのまちづくり」を進める、社会福祉法(第109条)に定められた民間団体です。

南魚沼市社会福祉協議会 問合せ先

- 本所……☎773-6911
- 大和支所……☎779-2278
- 居宅介護支援事業所……☎788-1136
- 塩沢支所……☎782-2007
- 訪問介護事業所……☎788-1040
- 養護老人ホーム魚沼荘……☎775-2022



ホームページ facebook