ぬまづ **ふれあいねっとわ~く** 2020.11.15号 No.166

# 社協だより

発行部数 ◆ 82,000 部

#### 社会福祉法人 沼津市社会福祉協議会

〒 410-0032 沼津市日の出町 1-15 サンウェルぬまづ (ぬまづ健康福祉プラザ) 内 TEL 055-922-1500 FAX055-922-1502 HP http://numazu-shakyo.jp F-mail info@numazu-shakyo.jo

#### サンウェルぬまづ

HP http://numazu-shakyo.jp E-mail info@numazu-shakyo.jp

## だれもがしんどい いまだからこそ、**赤い羽根**



## 赤い羽根共同募金運動が10/1から始まりました!

期間:令和2年10月1日から令和3年3月31日まで

10月1日(木)に沼津駅南口とサンウェルぬまづ前にて、また3日(土)には愛鷹広域公園多目的競技場にて、アスルクラロ沼津の皆さまにご協力いただき、街頭募金を実施いたしました。

今年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、活動の規模を縮小し、衛生管理を徹底して実施 し、皆さまからの思いやりのご寄付をいただくことができました。ありがとうございました。







## つながり ささえあう みんなの地域づくり

歳末たすけあい運動

※募金受付 沼津市共同募金委員会 (沼津市社会福祉協議会内) 共同募金の一環として、12月1日~31日まで全国一斉に「歳末たすけあい運動」が行われます。

この運動は、市民の皆さまのあたたかい善意をお寄せいただき、年末年始に各地域で行われる住民参加による地域のささえあい・たすけあい活動の事業で活用されるほか、新しい年を迎えるにあたり、在宅で支援を必要とする方々が明るいお正月を迎えることができるよう支援金としてお届けいたします。

今年も皆さまの心あたたまるご支援をよろし くお願い申し上げます。

# ひとり親家庭等生活向上事業

(こどもの居場所)

こどもの 居場所とは? こどもがひとりでも安心して利用できる、家や学校以外のもう一つの心のよりどころとなる地域の居場所です。

この居場所は、普段の生活で息詰まった時、ほっとできたり、他愛のない会話をすることで抱えている重い荷物 (気持ち) を軽くできるように、そして美味しいご飯を食べてまた日常に戻る活力を取り戻せるように、そして何より誰もが笑顔になれることを目的として始めたものです。

また、こども同士、ボランティアさんなど、様々な人たちと同じ空間で過ご す中で、温かく見守られ、人とつながっていることを実感できる場所となります。

何が できるの?

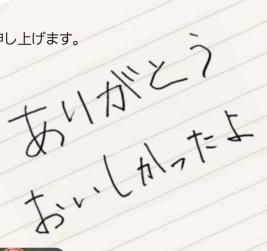
- 夕飯をお腹いっぱい食べる
- ・宿題(希望に応じてボランティアさんに宿題を見てもらったりできます)
- ・みんなでおしゃべりしたり、遊んだり、自分のペースでゆったり過ごす など

## たくさんのご寄付をいただきました。

市民の皆さまより、たくさんの食材やお金のご寄付をいただきました。 いただいた食材やお金は、こどもの居場所の食材や運営に役立たせて いただきます。

心より御礼申し上げます。













## 沼津市社会福祉協議会では3会場で開催しています。

(利用には事前登録が必要となります。各開催場所の問合せ先にご連絡ください。)

### ふれあいガチャ (サンウェルぬまづ)

●開催日:毎月第4火曜日

●時 間:18時30分から20時

●場 所:サンウェルぬまづ(日の出町 1-15)

2階調理室他

●対 象:小・中学生

●問合せ先:(福)沼津市社会福祉協議会

TEL.055-922-1500 FAX.055-922-1502

E-mail: info@numazu-shakyo.jp HP: http://numazu-shakyo.jp



はら県's きゅ~ちゃんち(県営原団地第2集会所)

●開催日:毎月第3木曜日

●時 間:18時から19時30分

●場 所:県営原団地第2集会所(大塚1010-14)

●対 象:原東小学校区内の小・中学生 ●問合せ先:(福)沼津市社会福祉協議会

TEL.055-922-1500 FAX.055-922-1502

E-mail: info@numazu-shakyo.jp HP: http/numazu-shakyo.jp



ボランティアさんに宿題を見てもらっています。

## パプリカ(千本プラザ)

●開催日:毎週木曜日 ●時間:18時から20時

●場 所: 千本プラザ(本字千本 1910-206)

●対 象:小・中学生

●問合せ先:千本プラザ((福)沼津市社会福祉協議会)

TEL.055-962-3313 FAX.055-962-5346

E-mai : senbon-plaza@yr.tnc.ne.jp HP : https://senbon-plaza.sakura.ne.jp



みんなで夕食

募金箱を 設置しています ひとりでも多くのこどもたちに美味しい食 事を提供するため、市内の店舗等に募金箱 の設置のご協力を呼び掛けております。

ご協力いただける方は(福)沼津市社会福祉協議会(TEL.055-922-1500)までご連絡ください。



ラルバディナポリ 様(大岡1960-1)

# ちょいてつサービス/

## (住民参加型在宅福祉サービス)のご案内

足腰が不安で電球の交換をするのが難しい…、ごみの分別はできるんだけど、 捨てに行くのが大変…地域の中で困っている方はいませんか?

沼津市社会福祉協議会では、ちょっとした困りごとを地域の皆さんでお手伝い する「ちょいてつサービス」を行っています。



# 

## Q. ちょいてつサービスはどんな方が利用できるの?

🗛 . 利用会員(おねがいさん)として登録された方が利用できます。

下記の条件にすべて該当する方がおねがいさんに登録できる対象となります。

- ●沼津市内に在住している方
- ●沼津市社会福祉協議会の替助会員※
- ●生活をしていく中で、ちょいてつさんによる援助が必要だと判断される方

#### ※賛助会員とは?

沼津市社会福祉協議会の行うさまざまな福祉活動にご賛同いただいた方に賛助会費をいただき、賛 助会員となっていただいております。賛助会費は1,000円~となっております。

ちょいてつさんの活動時の保険料やサービス利用券作成のための費用などに活用させていただきます。

## Q. 利用するにはお金がかかるの?

A. 利用はチケット制になっています。

- ◆賛助会費 年間1,000円~ (毎年6月からご協力をお願いしています)
- ◆サービス利用券 10枚1組 3,000円 (利用券1枚につき30分の活動です)





ちょいてつサービスのご利用の希望や問合せ、地域独自の住民参加 型在宅福祉サービス立ち上げのご相談につきましては、

(福)沼津市社会福祉協議会にご連絡ください。

TEL.055-922-1500

## Q. どんなことをお願いできるの?

## 一電球の交換や簡単な草取り、ゴミ出しやお話相手、犬の散歩や買い物の付添いなどです。

#### ○利用できるサービス ×利用できないサービス ・ゴミ出し ・お話相手 直接身体に触れる身体介護 ・ 換気扇の掃除 ・室内の掃除 ・お金を預かっての買い物代行 ・一緒に買い物 ・(軽度な)庭掃除 など ・専門的な技術を要する事 (枝の剪定や水道丁事など)

#### 実際にサービスを 利用された方の感想

#### おねがいさん



一人暮らしで生ゴミを捨てるのが 大変です。週1回ゴミ捨てにきて もらい大変助かっています。 (90代 女性)



軽度な骨折をし、入退院後埋め立 てゴミや資源ごみ等、重たいゴミ 出しが不安でした。

月1回重たい物のゴミ出しを手 伝ってもらい、大変助かりました。 (80代 女性)

※令和元年度は199件の活動実績がありました。

#### 実際にお手伝いした方 の感想

#### ちょいてつさん



家の近くで無理なくお手伝いでき ました。お役に立てて良かったと 思いました。

(ゴミ捨てのお手伝い実施) (60代 女性)



この歳で人の役に立てるのはこれ 以上ない喜びです。助かったと 言ってもらえると嬉しいです。 (ゴミ捨てのお手伝い実施) (70代 男性)

## 社会福祉法人沼津市社会福祉協議会 賛助会費にご協力ください!!

沼津市社会福祉協議会では、皆さまの住む地域で起こる福祉問題や課題に対し、「安心して暮 らせるまち」づくりのため、ちょいてつサービス事業をはじめ、さまざまな活動を展開しております。 こうした活動は、多くの方々が福祉のまちづくりのサポーターとして沼津市社会福祉協議会の

今後も皆さまの地域の福祉向上のため、本趣旨をご理解いただき、温かい支援、ご協力を賜 わりますようよろしくお願い申し上げます。

(令和元年度会員数:普通会員2,377件 特別会員384件)

会員になっていただくことでさらに充実することができます。

#### 【会員の種類】

●普通会員(年額):1,000円~ ●特別会員(年額):5,000円~

#### 【問合せ】

(福)沼津市社会福祉協議会

TEL.055-922-1500 FAX.055-922-1502

E-mail: info@numazu-shakyo.jp



特別会員章



▲ご協力いただいた方には 会員章をお渡ししています。

## 「セカンドライフ講座」を開催します

第二の人生(セカンドライフ)をエンジョイするため、「何か始めてみたい」と思っている方、 ご自分の特技を活かしたい方は、この講座をきっかけに新たな活躍の場を見つけ、地域で活躍 してみませんか?

開催日	時間	内容
12/9(水)	13:00 ~ 15:00	めざせほめ上手!ほめ達講座「ほめて笑顔で元気になろう!」 セカンドライフを楽しむために「現在そして未来の私」
12/14(月)	13:30 ~ 15:30	「手づくり自分史を作ろう」①
12/16(水)	13:30 ~ 15:30	「手づくり自分史を作ろう」②
12/21(月)	13:30 ~ 15:30	活動紹介「地域の中でもこんなにも活躍できる場所が」

●と こ ろ 千本プラザ 2階 大会議室 (本字千本 1910-206)

●対 象 概ね60歳以上の沼津市民で、基本的に全日程参加できる人

●定 員 20人 ●参加料 無料

●持 ち 物 筆記用具、思い出の写真3~4枚、マスク

●申込方法 電話にて申込み(先着順)



## 「健康体操サポーター講座」を開催します

地区センター等の高齢者の集まる場所で、介護予防体操を広めるお手伝いをしてくださる方 を養成する講座です。

※講座終了後はボランティア登録をしていただきます

開催日	時 間	内容
1/6(水)	13:30 <b>~</b> 15:30	講義(講座の目的、住民主体の介護予防の重要性、介護予防のポイント)、実技(体操指導)
1/13(水)	13:30 ~ 15:30	実技(体操指導)
1/20(水)	13:30 ~ 15:30	実技(体操指導、振り返り)
1/27(水)	9:30 ~ 11:30	見学実習(地域のサロン見学) 講義(今後の活動に向けて)

●と こ ろ 千本プラザ 小会議室、軽運動室 (本字千本 1910-206)

●対 象 市内に住む運動を禁止されてない概ね55歳以上で、全回出席可能かつ、 終了後に地域で活動できる人

●定 員 15人 ●参加料 無料

●持 ち 物 筆記用具、水分補給用飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオル、 体育館シューズ、運動ができる服装

●申込方法 電話にて申込み(先着順)

申込・問合せ先 (福)沼津市社会福祉協議会 介護福祉係 TEL.055-962-6260 または TEL.055-962-5932

#### サンウェルぬまづ 映画上映会

1



#### ストーリー

暮らしの場所を限られてきた人たちがいる。

自閉症と重度の知的障害があり、自傷・他害といった 行動障害がある人。

世間との間に線を引かれ、囲いの内へと隔てられた。 そんな世界の閉塞を、軽やかなステップが突き破る。 東京の街角で、介護者付きのひとり暮らしを送る人たち。 タンポポの綿毛をとばし ブランコに揺られ、季節を闊 歩する。

介護者とのせめぎ合いはユーモラスで、時にシリアスだ。 叫び、振り下ろされる拳に伝え難い思いがにじむ。 関わることはしんどい。けど、関わらなくなることで 私たちは縮む。

だから人はまた、人に近づいていく。

●と き 12月2日(水) 10:00 ~ 11:40(開場: 9:30)

簡単手作り 楽器で

遊ぼう♪

- ●と こ ろ サンウェルぬまづ 4階 多目的ホール
- ●定 員 100人
- ●入場料 無料
- ●申込方法 電話にて受付中
- ●申込・問合せ先 サンウェルぬまづ TEL.055-922-2020



サンウェルぬまづ ふれあい交流室事業

バルーンショー& 親子でバルーン遊び 協力:バルーン ナナ<sub>ちゃん</sub>

ふゆのおきのしみ



歌や紙芝居で 楽しもう!



トンサンプクリスマス

14組

親子

14組



9:45 ~ 10:10 10:15 ~ 11:00

2

1

4階 問診受付 サンサンクリスマス

サンサンクリスマス

13:45 ~ 14:10 14:15 ~ 15:00

●ところ:サンウェルぬまづ 4階

12月18日(金)

多目的ホール

対象:ふれあい交流利用の親子 (沼津市在住の方)

□定 員: ①②各時間帯 親子 14組

●参加料:無料

#### ★申込み★

11月24日(火) 9:00~2階受付にて整理券配布。 9:15~5階ふれあい交流室に利用カードを持参の上、 利用時間内に直接来館し、お申し込みください。

※1家族1回のみ(重複申し込みはできません)

※利用カードをお持ちでない方は、事前に登録をお願いします。

問合せ先: (福)沼津市社会福祉協議会 ふれあい交流室 TEL.055-922-1501(直通)

## フードドライブにご協力ください

ご家庭で余っている食料を、支援団体を通じて食べるものがなく困っている方へ 届ける寄付運動にご協力ください。

- ●期 間 令和3年1月4日(月) ~ 1月31日(日)
- ●ところ サンウェルぬまづ2階、沼津市役所正面入口、 市民窓口事務所 他

#### ○回収している食料

- ・賞味期限が2ヵ月以上あるもの
- ・常温で保管ができ未開封のもの

#### ×回収できない食料

- ・賞味期限が記載されていないもの
- ・お酒・ビール等アルコール分を含む飲料や食料品
- ・健康食品・介護用食品
- ・サプリメント
- もち米
- 防災用保存水



## ボランティア保険 のご案内

(福) 沼津市社会福祉協議会では、ボランティア活動を行う皆 さまにボランティア保険への加入をお勧めしております。今年 度からボランティア保険が新型コロナウイルス感染症にも対応 できるようになりましたので、ボランティア活動を行う際には ご検討いただきますようお願いいたします。

詳細につきましては、(福)沼津市社会福祉協議会(TEL.055-922-1500)までお問合せください。

#### やさしい心をありがとうございます (令和2年7月1日~令和2年9月30日)

- お金のご協力 ♥大原 俊彦 様 (4 回目) ♥松風荘職員 様 ♥ユニー㈱ ピアゴ香貫店 様 (18 回目)
  - ♥沼津市民生委員児童委員協議会 様
  - ♥沼津市第一地区民生委員児童委員協議会 様 ♥柏葉尾シルバークラブ 様(2回目)
  - ♥ E's Bar 様 ♥ラルバ ディ ナポリ 様 ♥匿名 8件

#### 品物のご協力

- ♥松風荘職員 様 ♥伊藤 治 様 ♥高木 裕子 様 ♥沼津市赤十字奉仕団 様
- ♥沼津市立沼津高等学校福祉委員会 様 ♥沼津市老人クラブ連合会 様
- ♥沼津市民生委員児童委員協議会 様 ♥愛鷹ラグビーフットボールクラブ 様
- ♥沼津市立沼津高等学校 31HR 様 ♥明電舎労働組合沼津支部 様
- ♥石川 直朗 様 ♥匿名 12 件



#### 大切なご家族様の御葬儀を

心を込めてお手伝いさせて頂きます

お困りごとがございましたら、お気軽にご相談ください ご相談・御見積無料 20120-928-935 (24 時間対応)

### 株式会社 東日本セレモニー

心のこもった、あたたかいひとときを・・・ 大切な人との最後の時、家族だけで過ごしたい。 小规模葬纸専用ホー

事前相談受付中。1級葬祭ディレクターが丁寧にご案内致します。 住所・沼津市中沢田 280 TeL055-929-8888

この社協だよりには、赤い羽根共同募金の助成金が使われております。