

社協だより

発行部数◆82,000部

サンウェルぬまづ

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

新年を迎えて

初春を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

日頃より、沼津市社会福祉協議会の様々な事業に対しまして、温かいご支援とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

近年、少子高齢社会が進行し、家族機能の低下や、地域社会のつながりが希薄化するなど、私たちを取り巻く環境は大きく変化しています。

その上令和2年度は、長引くコロナ禍の中で多くの皆さまが不安な生活を強いられております。

不安を感じる要因は様々あるでしょうが、一刻も早くワクチンや治療薬が開発され、安心して日常生活が過ごせる社会になることを心より願っております。

全ての市民の皆さまが、住み慣れた地域で自分らしく豊かに暮らしていけるよう、住民、ボランティア、各種団体や事業者、行政、社会福祉協議会などが共に支えあい、一人ひとりの生きがいや暮らしやすい地域を共に創っていくことができる「地域共生社会」の実現を目指すことが重要となっています。

現在、沼津市社会福祉協議会では、各地域毎に「生活支援コーディネーター」を配置し、住民主体によるサロン・居場所づくりを広く支援するほか、身の回りのちょっとしたお手伝いをする住民参加型の「ちょいてつサービス」の普及に力を入れるなど、皆さまのお役に立てるよう積極的に活動しております。

また令和2年度より、こどもの居場所事業を市より受託し、市内3か所を会場として、児童等を対象とした夕食を提供し、あわせて生活習慣の習得や学習支援を行っております。多くの皆さまから食材や支援金の寄付をいただき、心より感謝しております。

その他にも、福祉推進事業(地区社協への支援、子育て支援、福祉教育等)、権利擁護(成年後見)、ボランティア活動、福祉総合相談事業(結婚、生活相談、健康)、共同募金(赤い羽根、歳末たすけあい)、児童福祉対策、高齢者福祉対策(デイサービス、居宅介護、地域包括支援センター等)、障がい者福祉対策、施設管理運営事業(サンウェルぬまづ、千本プラザ)など、乳幼児から高齢者まで全ての市民を対象とし、幅広く総合的に福祉活動を展開しております。

今後とも皆さまのご協力をいただきながら、地域福祉の向上に向けて、より一層の努力を重ねてまいりますので、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆さまのますますのご健勝とご多幸を心よりご祈念申し上げまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。



社会福祉法人
沼津市社会福祉協議会
会長 工藤達朗



沼津市社会福祉協議会では、新型コロナウイルスの影響により年度当初は講座やイベントの開催を自粛しておりましたが、新生活様式を取り入れながら徐々に開催できるようになりました。感染予防に取り組みながら開催したイベント等の紹介をいたします。

サンウェル ふれあいガチャ（こどもの居場所）

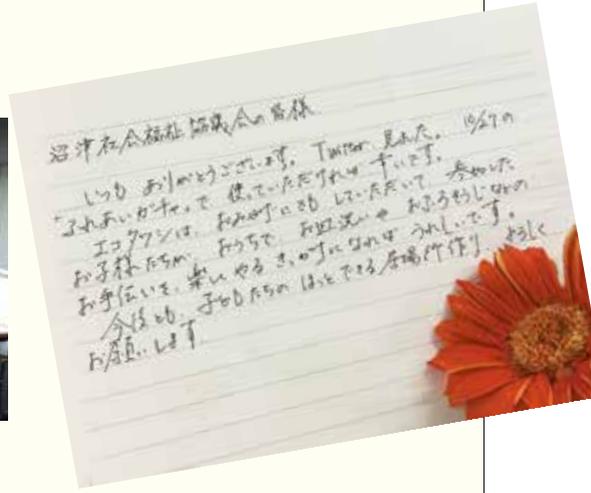
参加者・ボランティア・担当職員は消毒・検温を徹底し、新型コロナウイルス感染症対策に留意して開催しています。また配膳の際は手袋を着用し、感染症予防を徹底しています。



お手伝いのボランティアさんにも検温をさせていただいています。



食事の際にはアクリル板を置き、感染予防に努めています。



サンウェルぬまづ

サンウェルぬまづでは運営ボランティア養成講座の「ワードで楽しくパソコンスクール」、
「サンウェルぬまづで畑デビュー」の他、「実用ペン習字教室」などを開催しました。

また、自粛期間中の運動不足や溜まったストレスの解消を目的に、運動講座やヨガ教室を開催しました。

教室開催時には感染症対策を徹底し安心して教室に参加していただける環境づくりに今後も引き続き努めていきます。



サンウェルぬまづで畑デビュー



実用ペン習字教室



ヨガ教室

ボランティア相談

沼津市ボランティアセンターではボランティアをしたい人、ボランティアを必要としている人向けにボランティア相談を実施しています。

沼津市ボランティア連絡協議会役員によるボランティア相談も再開しました。

毎月第1・3金曜日に、サンウェルぬまづ3階ボランティア活動室前にて実施中です。

現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため午前中(10:00～12:00)のみの実施になります。お電話での相談も承っております。(問合せ先：沼津市ボランティアセンター TEL.055-922-1500) お気軽にご相談ください。



コロナに負けるな!

イベント・講座を開催しました!

サンウェル ふれあい交流室

ふれあい交流室では、感染防止に配慮しながらイベントを開催しています。

また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用者の皆さんが安心・安全に遊んでいただけるように、使用後の玩具を全て消毒しています。10月からは消毒ボランティアとして、学生をはじめ多くの方々にお手伝いをいただいています。

★消毒ボランティアを募集しています。(問合せ先:ふれあい交流室 TEL.055-922-1501)



プレママ講座&赤ちゃん DAY見学会



消毒ボランティア



ABC for Everybody (ハロウィン)



消毒の合間に来館者の方たちとのふれあいを楽しんでいます。

千本プラザ

千本プラザでは、来館される方にマスクの着用、手指の消毒、検温のご協力をお願いし、イベント開催時には、各イベントの内容に応じて、必要な感染防止策を取っています。

運動講座では飛沫を避けるため、マスクを着用し、距離を取ってご参加いただいています。

作り物などを行う講座では、講師の説明を聞くための密集を避けるために手元を映せるカメラを使用して作業の説明を行っています。



健康づくり 運動教室
「ZUMBA」



秋のイベント
「背筋ピン 転ばない身体作り」



秋のイベント
「己書(おのれのしょ)」



あなたのまちの 居場所

居場所とは…

高齢になっても元気で生きがいを持ち、住み慣れた地域で、自分らしくいきいきと暮らしていくことは、誰もが抱く願いです。そのためには、身近な地域で人と人とのつながりを深めることが大変重要です。居場所とは法令や制度に基づかない、地域の住民が主体となって運営し、高齢者、障がいのある人、子どもの垣根なく、誰もが気軽にふれあえる地域交流の場のことです。市内でも年々増えてきており、その取組は各地域によって様々です。

地域に住む多世代の人々が自由に参加でき、主体的に関わることにより、自分を生かしながら過ごせる場所。そこでのふれあいが、地域で助け合うきっかけにつながる場所となっています。

ふれあいプラザカフェ「ぬまっつ」

- 日時 月～金曜日(祝日、年末年始除く)
10:00～12:00 13:00～15:00
- 場所 千本プラザ(沼津市本字千本 1910-206)
- 内容 介護予防体操、レクリエーション 他

秋より千本プラザへ移転し、引き続き地域の皆さまの居場所として、気軽に過ごせるカフェを運営しています。

豆から挽いた特製コーヒーを1杯100円で提供しています。

コーヒーを飲みながらお友達と会話をしたり、体操やレクリエーションをしたりと楽しく過ごしています。



サンウェル
居場所イベントの
お知らせ

第5回 サンウェルふれあい交流イベント ----- 居場所づくり -----

入場
無料

どなたでも、お気軽に立ち寄れる交流の場所です！

- 日時 令和3年2月9日(火) 9:45～12:00
- 場所 サンウェルぬまづ4階 多目的ホール

タイムスケジュール

- 9:45～10:00 ～準備体操～
みんなで体操「さっさかエクササイズ」
- 10:00～10:30 沼津市ボランティア活動発表会 第1部
- 11:05～11:25 こどもたちへ 読み聞かせコーナー
- 11:30～11:55 沼津市ボランティア活動発表会 第2部

開催時間内ご自由に参加できます ////////////////

- 手作りコーナー 協力:ちくちくクラブ
- 囲碁・将棋コーナー 協力:日本棋院 沼津支部
- 健康麻雀コーナー 協力:沼津健康マージャン愛好会
- 活動報告展示コーナー 協力:サンウェルぬまづ運営ボランティア
- パンの販売 協力:すずらん
- 健康相談コーナー 協力:健康相談員

こどもの
あそびば
コーナー

はらぺこあおむしのお昼寝アート

10:00～12:00

※時間内ご自由に参加できます。

はらぺこあおむしのお昼寝アートです！

予約は必要ありません。

お子さんの可愛い写真を撮影してみてください。

親子でアート～手形(足形)巾着袋を作ろう～ 成長の記念にいかがですか？

- ① 10:00～10:30 ※予約制 / 各時間帯5名限定
- ② 10:30～11:00 予約開始 1月21日(木)
- ③ 11:00～11:30 11時から

「ふれあい交流室」に直接、
またはお電話で承ります。
TEL.055-922-1501





ヌマヅハラ県'sルーム

- 日時 毎月第1・第3木曜日 10:00～15:00
- 場所 県営原団地自治会 第2集会室
(沼津市大塚1010-14)
- 内容 高齢者サロン、健康チェック、多種多様な講座

静岡県住宅供給公社による高齢者の交通安全教室や認知症の予防教室など様々な講座や教室を開催しています。そのほかにも体操やカラオケなど参加者の皆さまを笑顔にする活動を続けています。

高齢者の居場所、子どもの居場所ともに沼津市で一番初めに手を挙げていただいたのはヌマヅハラ県'sルームさんです！子どもから高齢者まで、地域みんなの交流の拠点となっています。

運営者の古川久会長▶

地域の顔であり高齢者の居場所だけでなく子どもの居場所の活動にもご尽力いただいています！



ヌマヅハラ県'sルーム
(大人の居場所)



県'sきゅ〜ちゃんち
(子どもの居場所)の様子

ほっとカフェ文化村

- 日時 毎月第3日曜日 10:00～11:30
- 場所 沼津市岡宮1354-1
- 内容 居場所(歌、工作、レクリエーション等)

認知症を患っているご本人やその家族の皆さんの「ほっとステーション」としてまた、認知症を予防したい！認知症について一緒に考えたい！

と思っている方などなたでも参加いただけるユニバーサルカフェとして実施しています。認知症やその他の障がいの有無にかかわらず、地域の方が文化芸術活動を通して活力を養って頂ける居場所づくりを目指しています。お気軽にご参加ください。

ボランティアも募集中です。「音楽や絵、料理、手芸が好き」等々、あなたの好きや得意を活かしてボランティアに参加してみませんか。



▲運営者の
倉田佳代子さん



12月からオンラインを活用しての居場所も開始しました。

藤井原サロン 愛

- 日時 毎週水曜日 9:30～11:30
- 場所 下香貫連合自治会館(下香貫藤井原1617)
- 内容 健康チェック、ストレッチ、筋肉ストレッチ、ダンベル運動

平成29年7月から始まり、今年で3年目になる居場所です。認知症予防を目的に全身の可動域を広げるための健康体操を中心にを行っています。体操を通じて下香貫の高齢者の交流の拠点になっています。この輪がもっと広がるように進めています。現在、体操講師のボランティアを募集しています。

参加者の皆さんからは「みんなに会って交流することができるので楽しみにしている、体操の教材資料もあるので自宅でも体操ができる」と好評です。女性が多く、美人にたくさん会える居場所です！男性の参加者も募集中です。



▲運営者の左から萩原大吉さん、渡邊高男さん、鈴木孝哉さん



品物のご寄付をいただきました

沼津市立西浦小学校様より、毎年恒例のみかんのご寄付をいただきました。

児童の皆さんが、自宅や近隣の農家の収穫を手伝うなどしてみかんを集め、段ボール16箱をご寄付いただきました。

贈呈式では、工藤会長よりお礼と共に、みかんに込められた皆さまの思いを大切にすることをお伝えしました。

ご寄付いただいたみかんは、高齢者介護施設や障害・児童福祉施設等にお渡ししました。



とんかつ弥次喜多(大諏訪店)の渡辺政義様より、「こどもの居場所のために」と2回に分けてパンや米、卵や野菜などの食材のご寄付をいただきました。

渡辺様はサンウェルで開催している、こどもの居場所「ふれあいガチャ」にも参加してくださっております。

ご寄付いただいた食材につきましては、市社協で開催している3か所のこどもの居場所に使わせていただきます。



静岡県立沼津東高等学校1年次生「WWL探求班」の皆さまより食品のご寄付をいただきました。

「フードバンク」や市社協で開催している「こどもの居場所」のためにということで、沼津東高1年次生で結成された「WWL探求班」の皆さまが食品を集めてくださいました。

またサンウェルで開催しているこどもの居場所「ふれあいガチャ」に、ボランティアとして参加いただき、主に学習支援で活躍いただいております。



やさしい心をありがとうございます

(令和2年10月1日～令和2年12月15日)

お金のご協力

- ♥日蓮宗 妙蓮寺 様 (35 回目) ♥沼津市立看護専門学校 様 ♥小澤 和子 様
- ♥牧野木工 牧野 堅二 様 ♥菊地 洋昭 様 ♥山本 和子 様 (21 回目)
- ♥静岡福祉協力会会員 中瀬 里子 様 (13 回目)
- ♥静岡福祉協力会会員 (有)富士酒蔵 瀬戸 和彦 様 (18 回目)
- ♥静岡福祉協力会会員 嶋田 美紀子 様 (9 回目) ♥匿名 11 件

品物のご協力

- ♥とんかつ弥次喜多 大諏訪店 様 ♥第一地区コミュニティ推進委員会 様
- ♥沼津市立西浦小学校 様 ♥青木 重之 様 ♥愛鷹ラグビーフットボールクラブ 様 (2 回目)
- ♥(株)イノウエテクノカ 様 ♥渡邊 弥生 様 ♥(株)静岡茶通亭 様 ♥石川 直朗 様
- ♥匿名 12 件



「そうだ！もう一度 介護やってみよう！講座」を開催します！

ヘルパーの資格はあるんだけど…
以前は介護の仕事を
していたんだけど…

**働きたいけど、
「知識や技術」が
不安な方、大募集！！**



- と き 令和3年3月6日(土) 10:00～12:00
- ところ 千本プラザ 地階 多目的ホール
- 内 容 現役ヘルパーの体験談や最新の福祉用具を使用しての介護技術体験
- 講 師 (福)沼津市社会福祉協議会 訪問介護事業所職員
- 対 象 ヘルパー2級及び3級、介護福祉士、初任者研修等の有資格者で介護の技術を改めて学びたい方、資格を活かし、空いた時間に働きたいと考えている方
- 定 員 15人(先着順)
- 持ち物 筆記用具・動きやすい服装
- 申込方法 電話にて申込

令和3年2月25日(木)申込締切

- 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

**ヘルパーさんも
大募集！！**

沼津市社会福祉協議会のヘルパーとして、空いた時間を活用して、一緒に楽しく働きませんか？

託児ボランティア養成講座

- と き 令和3年2月8日(月)
13:30～14:30
- ところ サンウェルぬまづ
3階可動間仕切り会議室
- 内 容 託児ボランティアとしての基礎知識や子どもとの接し方を身に付け、託児ボランティアの一員として活動できるボランティアを養成する。
- 定 員 10名
- 参加費 無料
- 対 象 託児ボランティアに興味のある方
- 持ち物 筆記用具
- 申込方法 令和3年1月18日(月)より電話にて
※定員に達し次第受付終了
- 申込・問合せ先
(福)沼津市社会福祉協議会
(平日9:00～17:00) TEL.055-922-1500



傾聴ボランティアのご案内

11月に傾聴ボランティアの活動者を養成することを目的として、サンウェルぬまづにて傾聴ボランティア講座を開催しました。

本講座にご協力いただいた傾聴ボランティア「うさぎ」は、サンウェルぬまづでも傾聴ボランティア活動や勉強会を行っており、傾聴ボランティア講座を受講した方も多く活躍しています。

下記のとおり活動をしておりますので、傾聴に興味のある方のご参加をお待ちしております。

- と き 毎月第3木曜日
13:30～15:00
- ところ サンウェルぬまづ
3階ボランティア活動室前
- 内 容 傾聴ボランティア活動(家族、身体の具合、寂しさ、不安についての話など、丁寧にお話を伺います。)

事前の予約は必要ありません。ご希望の方は直接活動場所にお越しください。

大好評につき
継続開催!

女性のための結婚相談



- と き 令和3年3月28日(日)
10:00~12:00、13:00~15:00
- と ころ サンウェルぬまづ2階 中会議室
- 料 金 無料
- 対 象 未婚の女性(男性の方は通常相談日にて相談受付)
- 持ちもの 住民票の写し
(家族全員の記載があり、3ヶ月以内のもの)
写真2枚(3.5×4.5cmとL判)、認め印

女性の方が気軽に相談所に来られるように、女性限定の結婚相談を開催いたします!

今年度の「女性のための結婚相談」は、今回が最終日になります!

多くの出会いを見つけるチャンスです!

是非この機会にお気軽にお越しください♥

＊通常相談日＊

毎週水曜日・第2日曜日

10:00~12:00、13:00~15:00

サンウェルぬまづ2階 中会議室

~いつかは♥結婚♥と、
思っている♥あなたに~

「結婚」は思った時が適齢期。
その思いに寄り添って、
私達がお手伝いします。
「人生のドラマをふたりで
つくる」

幸せ探しを、私達は応援し
ていきます♥

出逢い、結ばれ、幸せにな
ることをわたしたちは願っ
ています。

広告募集!

沼津市社会福祉協議会では、広報誌とホームページに
広告を掲載して下さる方を募集します。
いただいた広告料は本会事業の資金として
活用させていただきます。



●ぬまづ社協だより(ふれあいねっとわ〜く)

発行回数 年4回
発行時期 5月15日、8月15日、11月15日
1月15日
発行部数 82,000部
配布先 沼津市内全戸配布、社協事務局 ほか
掲載サイズ 縦40mm×横80mm
掲載料金 25,000円/回

●社協ホームページ

掲載期間 ① 毎年度4月1日~3月31日
(1年間)
② ①の期間内において広告主の
希望する期間
バナーサイズ 縦80ピクセル×横200ピクセル
10KB以内
掲載料金 ①15,000円/年 ②1,500円/月

大切なご家族様の御葬儀を
心を込めてお手伝いさせていただきます

株式会社 **天華葬祭**

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 ☎0120-928-935 (24時間対応)

お別れの刻を大切に致します
故人様との最後のお時間を
あんしんの品質で



株式会社 **あんしん 典礼駿河**



365日・24時間対応・ご相談無料
お気軽にご相談ください ☎055-972-0009

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います。