

さりげなく、ともに生きる！！
「おもいやりの町、しもすわ」をめざして。



「社協だより」は共同募金の
配分金で発行されています。



2024年1月号 No.319

発行人・濱 克典

編集・社会福祉法人

下諏訪町社会福祉協議会

社協だより

新年あけまして

おめでとうございます

新年あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、旧年中は社会福祉協議会の活動に對しまして、深いご理解と温かなご支援、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、団塊の世代があと二年ほどで七十五歳以上となり、要介護者の増加が見込まれ、介護サービスの担い手が足りなくなることが懸念されています。このため、二〇二五年を目標に、高齢になり介護を受けるようになって、誰もが住み慣れた地域で自分らしい生活を人生の最後まで続けられるよう、包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築が進められています。

昨年、全国の市区町村社会福祉協議会が運営している訪問介護事業所の休止、廃止が相次いでいるとの新聞記事が目にとまりました。訪問介護は、高齢者の尊厳を守り自立生活を支える地域包括ケアシステムの要であるが、ホームヘルパーの高齢化や人手不足で、訪問介護が成り立たなくなるのではないかと書かれていました。

介護職の人手不足の主な原因は低賃金だと言われています。安心して働き続けられる賃金水準となるよう改善が望まれますが、介護報酬の引き上げは、保険料やサービス利用料にも影響が及びます。介護を必要とする人が

適切なサービスを受けられる制度をこれからも維持していくために、公費負担のあり方など費用を分かち合う仕組みの再構築を考える時期に来ているように思います。

町社会福祉協議会では「地域見守りネットワーク近所の輪事業」を行っています。買物、掃除、ゴミの分別・運搬など日常のちょっとしたことでお困りの方に、社会福祉協議会がお手伝いできる方をコーディネートするというものです。地域の支え合い活動の推進を目的とし、お互いさまの気持ちで助け合う活動で、地域包括ケアシステムの一環でもあります。今年度は、下諏訪町を元気にするまちづくり会社「合同会社 chiko」様と協働して事業の説明会を行っています。（次回一月二十一日開催予定）地域の皆様の「できること・得意なこと」が誰かの助けになります。お気軽にご参加ください。

社会福祉協議会は本年も引き続き、すべての方が安心して暮らし続けられる地域づくりに取り組んでまいります。皆様のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして素晴らしい一年でありますよう心からお祈り申し上げます。新年のあいさつといたします。



下諏訪町社会福祉協議会
会長 濱 克典



下諏訪町社会福祉協議会
キャラクター
オルニコットちゃん

令和5年度 諏訪郡社会福祉大会が開催されました

主 催 下諏訪町社会福祉協議会・富士見町社会福祉協議会・原村社会福祉協議会

11月13日（月）に諏訪郡社会福祉大会が、4年ぶりに、3町村の表彰される方々、社協役職員が一堂に会して開催されました。今年度は下諏訪町社協が当番としてライフプラザマリオにて行いました。下諏訪町では、2団体と10人の地域福祉の向上に貢献された方々が表彰されました。

下諏訪町社会福祉功労表彰者・団体（順不同）

表彰規程第2条第2号該当（社会福祉施設または民生児童委員活動等、社会福祉活動に積極的に協力、援助し、その功績が顕著な者）

認知症のひとと家族の会長野県支部諏訪地区会あざみの会 様

表彰規程第2条第3号該当（病人の介護、または母子（父子）家庭等において善行美徳の行為があり、模範と認められる者）

青木 利子 様 小阪 恵子 様 増澤 洋子 様

表彰規程第2条第6号該当（社会福祉事業のボランティアとして10年以上、またはボランティアグループとして概ね10年以上にわたり率先して活動を行っているもので、その功績が顕著な者）

下諏訪中山道を守る会 様 中村 昇 様

表彰規程第2条第7号該当（社会福祉協議会の役職員であって、その在籍期間が役員にあつては7年以上、職員にあつては10年以上であり、功績のあつた者）

**宇津木 留美 様 荻澤 貴和子 様 加納 裕美 様
小松 真美子 様 下村 奈都子 様 豊野 邦利 様**



あざみの会 様



謝辞：下諏訪中山道を守る会 様



講演：中澤 純一 先生

下諏訪町地域包括支援センター

～地域包括支援センターは65歳以上の方の総合相談窓口です～

Let's フレイル 予防



通所型一般介護予防教室 活用してみませんか

集まって運動するの
楽しいわね

対象：町内在住 65 歳以上（通所系サービスを使っていない方）

【 教室 一 覧 】

浮き浮き水中ウォーキング

AFAS スワ

浮力により腰膝に負担をかけない運動

グッド楽健康トレーニング

AFAS スワ

有酸素運動と筋力トレーニングを
組み合わせた運動

さんさん水中ウォーキング

グレイスフル下諏訪

音楽に合わせた室内プールでの運動

さんさんマシン

グレイスフル下諏訪

マシン（専用機材）、レッドコードを使った
ストレッチ体操

歴史健康サロン

カーサ・デ・ソル湖畔

郷土歴史の学習、中山道や史跡散策
＋ ストレッチ体操

あさがお健康塾

諏訪湖畔病院

ヨガ、筋力トレーニング、ストレッチ体操
＋ 健康講話

陽だまり横丁健康講座

陽だまり横丁

少人数で棒体操やバランス運動 ＋ 脳トレ

諏訪共立健康リハビリテーション

諏訪共立病院

体力測定を実施、軽運動 ＋ 健康講話



教室の詳しい内容、お申し込み方法については、
令和6年1月に班回覧、新聞等で詳細をお知らせいたします。

下諏訪町地域包括支援センター ☎：26-3377 FAX：26-3322

コミュニティスペースにこっと 《 にこっと手しごとチーム 》

ゆっくり
楽しく

いっしょに作りませんか？

ご寄付ください

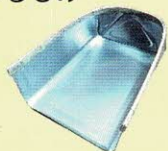
- ・針金ハンガー
- ・タオル ・刺繍糸など
(ぞうきん作成用)

作る日：毎週水曜日 午前10時～正午（祝祭日を除く）

場 所：コミュニティスペースにこっと（車の場合は、友之町駐車場をご利用ください）

TEL.27-1703(10:00～15:00) ※軍手などは、各自ご持参ください。

今、作っているもの



一斗缶ちりとり



針金ハンガー熊手



ぞうきん



バザーの販売物品を募集しています!!

集めているもの

新品もしくは未使用の日用品/衣類 など



※物品の状態・募集状況で、
お断りすることもあります。
※バザーは状況をみて、2月～
3月頃に実施予定です。

ご近所の輪事業の説明会を開催します

ご近所の輪事業は“ちょっとした困りごと”を抱えている人と、お手伝いできる方とをお繋ぎして、おたがい様の気持ちによる助けあいの活動を広げていく事業です。

現在、担い手（協力員）さんを大募集しており、今回、合同会社chiokoさんにご協力いただき、説明会を実施します。

説明会では、ご近所の輪事業がどんな繋がりなのか、支え手さんのお話も交えながら、楽しくご説明します。ぜひご参加ください。

※詳細は社会福祉協議会のHPをご覧ください。

- 実施日：令和6年1月21日（日）
- 時 間：午前10時～正午
- 場 所：下諏訪町老人福祉センター
- 参加費：無料

社協HP
二次元コード ⇒



～11月12日の説明会の様子～



- このページのお問い合わせ・申し込みは…

地域福祉推進係（社協・生活応援センター）

☎27-8886 メール：seikatsuouen@shakyo-shimosuwa.or.jp

メールはこちらから ▶

