

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。

2025年 12月号

No.342

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

ご近所の輪トークを開催しました！



(共催：合同会社chioko)



「日常のちょっとした困りごと」の事例から、自分ができを考える、つながりや支え合いについて語り合うワークショップを開催しました。

「自分のできること」と困っている人の立場になって「してほしい」ことの見を出した後、楽しく解決するためのアイデアを考えました。

困りごとを抱えている人にも“できること”や“得意なこと”はある！という気づきから、「野菜のおすそ分けができる。その野菜を使ったレシピを教えてほしい」というアイデアも出ました。新しい視点やアイデアを発見することができました！ご参加いただいた皆様、ありがとうございました☆



第2回・第3回

まだ間に合う！！

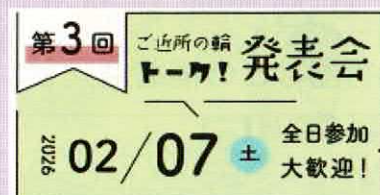
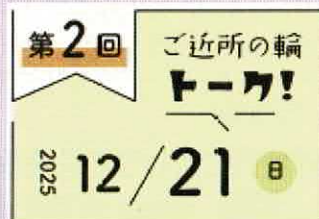
ご近所の輪トーク 参加者募集中！

第2回目は、困りごとのテーマに沿ってワークショップを用いながらアイデアを出し合います。

第3回目は、1回目と2回目のアイデアを発表します。

お気軽にご参加ください！

申込 右記の二次元コードより
お申込みください。



● お問い合わせ
地域福祉推進係 企画推進グループ ☎27-8886

介護保険サービスについて



足を骨折して入院。病院でリハビリを受けてだいぶ歩けるようになり、先生から退院しても良いと言われたが、家に帰ってからが心配だ。

買い物に行ったり
外出をしたいが、
体力が…

帰ったら家のトイレやお風呂に
自分で入事ができるかな

退院には不安があるので、
もう少し、泊まりながら…

杖や歩行器があれば、
家の中は自分で
動く事ができるかなあ。
どれがいいかな



家に戻ったら、
自分で運動したり
リハビリしたいけれど、
一人では……



介護保険では、様々なサービスを利用できます。

通所リハビリテーション（デイケア）・通所介護（デイサービス）

出かけていき、他の利用者と一緒にリハビリや運動をすることができます。

訪問リハビリテーション・訪問看護

自宅にて、自宅の状況に合わせたリハビリを受けることができます。

短期入所療養介護（医療ショートステイ）・長期入所（老人保健施設）

泊まりながらリハビリや運動を受けることができます。

住宅改修

身体状態に合わせて段差解消や手すりを付けて、掴まりながら動作できるようにします。

福祉用具レンタル、購入

歩行器などの補助用具をレンタルや購入できます。

☆医療系のサービスに関しては、医師の指示が必要な場合があります。

また、医療保険のリハビリが受けられる場合があります。

今回ご紹介したサービスは一例です。お気軽にご相談ください。

下諏訪町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所 ☎78-3860

認知症かも？

と心配な時には・・・



車の運転が心配



同じ品物ばかり
買っている

心配だけど
どうしたらいいか
わからない

最近
忘れっぽい



介護や対応に
困っている



**認知症初期集中支援チームに
お気軽にご相談ください!!**

認知症初期集中支援チーム（下諏訪町地域包括支援センター内） ☎26-3377

生活お役立ちサイト
にこっとぐらしナビ
しもすわ



にこっとぐらしナビしもすわは、下諏訪町の生活や福祉に関する情報を集約するサイトです。
ぜひ、ご活用ください。
また、サイトに掲載してほしい情報も随時募集しています。



←
サイトはこちら

あたたかなご厚志 ありがとうございます。

遺志金

4月

匿名 故 神戸 操子 様
故 中村 勝彦 様
寄付 中村 祥 様
寄付 神戸 英昭 様

6月

故 西山 正男 様
寄付 西山 信吾 様
寄付 中村 哲治 様

7月

匿名 様

一般寄付

匿名 様

物品寄付

匿名 様
下諏訪連合婦人会 様
山崎 春美 様
タオル
タオル
介護用品等

掲載しておりませんが、
多くの皆様から食料支援・家電品の
ご協力をいただいています。
ありがとうございました。



湯めぐりバス

地元の温泉に
行きませんか



下諏訪町にはたくさんの公衆浴場があります。せっかく身近にあるのだから、
健康維持・向上に活用しませんか？ぜひ、湯めぐりバスを利用して、行ってみませんか。

対象者：下諏訪町に居住している
・60歳以上の方 ・障がいのある方 ・3歳未満の児童及びその保護者
運行日：毎週木曜日（祝祭日、年末年始を除く）
停車する浴場：湖畔の湯、老人福祉センター、矢木温泉、新湯、旦過の湯、
遊泉ハウス児湯、菅野温泉、高浜健康温泉センターゆたん歩

利用までの 手順

- ①社会福祉協議会(TEL27-8886)にご連絡ください。社協職員が打ち合わせに伺います。(バスの乗降場所(バスが安全に停まれる場所)を検討します。)
- ②お試し利用をしていただきます。
- ③試してみて利用を希望される様でしたら、登録申請書に必要事項を記入して社協にご提出いただきます。

利用当日の スケジュール

- ①乗車カードを持参して、指定場所でバスに乗り、各停車場に寄りながら浴場へ向かいます。
- ②浴場で下車して、ゆっくり入浴を。(1時間30分程度)
- ③帰りのバスに乗り、乗車した場所で下車します。



● こちらのページの
お問い合わせ・申し込みは

地域福祉推進係 企画推進グループ ☎27-8886
メール seikatsuouen@shakyo-shimosuwa.or.jp