

# ふれふれ

「ふれふれ」には、人と人のふれあいとボランティアを応援する(フレイフレー)という願いが込められています。

2020 早春 No.86

令和2年2月

発行

社会福祉法人上尾市社会福祉協議会  
ボランティアセンター

上尾市大字平塚 724 番地

TEL 048-773-7155 FAX 048-772-8647

Mail ageo-sha@mb.jnc.ne.jp

URL <http://www.ageo-shakyo.or.jp/>



## ～上尾市社会福祉協議会原市支部 「地域のちいさなたすけあい」原市第六区の活動～

活動日に都合のつく人が集まり、1時間くらいで終わられる  
程度の活動を行います。

## できることを できるときに できる範囲で

ボランティア活動や地域活動を行う上で大事なことのひとつとして「自分ができないことは無理はしない」というものがあります。

困っている様子を聞けば、助けたいのが人情です。しかし、負担を感じながらも自分がかんばれば、なんとかできるかもしれないと引き受けてしまうと、回数が重なるにつれ、活動を続けられなくなってしまふことも。また、お願いした側も、来てもらえなくなったのは、無理なお願いをしたから…と気に病むことになるかもしれません。

「自分たちができることをする」ということを大事にした助け合い活動は、庭の草取りやゴミ出しなど誰でもできる活動から、大工仕事や包丁研ぎまで活動内容は地域や人により様々です。

普段の暮らしの中で、気負わず、楽しみながら活動できるということはもちろん、活動者同士、あるいは対象者との新たな絆を結んでいくことが、これからの人生100年時代にとっても大切な視点です。

# 原市支部の取り組み

＼ぬくもりのある地域づくりを目指して／

# 『地域のちいさなたすけあい』活動



原市支部では、自分たちができる範囲で行う“ちいさな”取り組みから始めてみようと、町内会単位で「地域のちいさなたすけあい」を始めました。無理をせず、実施可能な町内会から開始するという方針を立て、今年で3年目。現在では9つの町内会で活動を始めています。要支援や要介護の認定を受けた人、認知症の人は特別な人ではなく、「人生の数歩先を歩む住民の一人」として、住民同士が支えたり、支えられたりする関係づくりが原市地区の地域づくりです。「地域のちいさなたすけあい」をとoshi、人と人のつながりのある地域を目指しています。



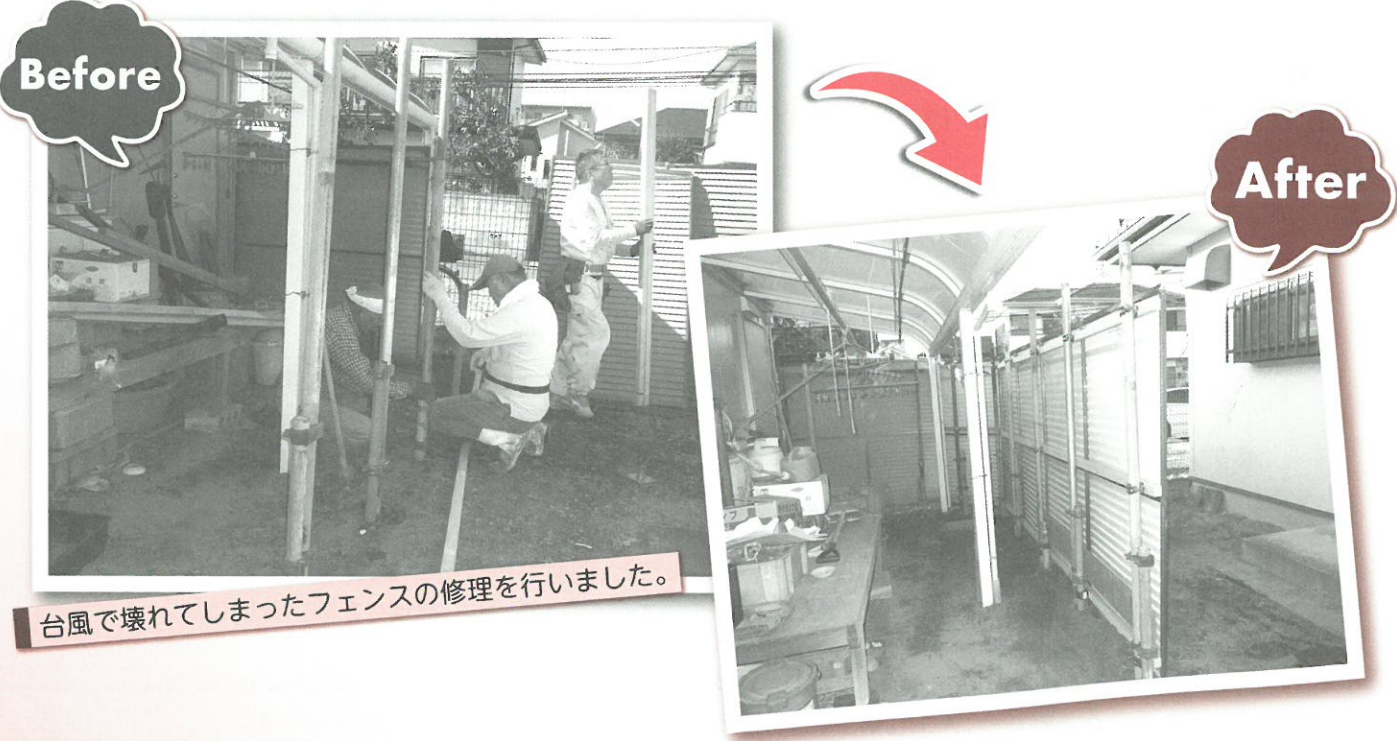
## 原市第二区の取り組み



原市第二区では、高齢化が進む中、地域に住む住人同士が助け合い、補い合って生活する基盤は町内会が最もふさわしいのではないかと考えていました。原市地区全町内会での取り組みである「地域のちいさなたすけあい」活動推進の働きかけを支部長から受けたのを機に組織を立ち上げました。

活動内容は、日常の見守り、庭の草取り、庭木の剪定や伐採、電球交換、ゴミ出し、町内在住の専門職、技術者（大工、内装、電機等）によるサポートと多岐にわたります。買物や病院の送迎などの要望もあり、検討を行っています。

10年、20年先の超高齢社会の到来を見据え、子や孫のためにも、今のうちに元気な高齢者が支援の必要な高齢者を支える体制をつくり、定着させていくことが目標です。



台風で壊れてしまったフェンスの修理を行いました。

## 原市第七区の取り組み



原市第七区の75歳以上の人口は500名弱であり、今後さらに高齢化が進むことが予想されている地域です。今後、手助けが必要になる人がますます増えていくことが考えられるため、助け合いの実施に向け、何度も話し合いが行われました。ボランティアの確保や費用の面など、考えれば考えるほど課題が出てきて、なかなか前に進まない中「まずはやってみないことには始まらない！」と、自治会長の決断が後押しとなり活動を開始しました。

当初は活動者が少人数のため、“植木の消毒”“庭の草取り”など屋外での作業に絞って、地域の75歳以上の方を対象に広報しました。結果は、半年間で17件の活動に結び付き、思いのほかの依頼件数となりました。

現在では協力者も20名を超え、屋外作業の他、話し相手や簡単な修理など、活動の幅も広がり、今年度は11月末までに55件の活動を行っています。



高齢となり、庭の手入れができにくくなったお宅の支援を行いました。

# 「感謝と成長のエピソード」

「支えあいの実体験を通して感じた思い」

今年度のコンクールは、子どもたちが普段の暮らしの中で「地域のつながり」を実感し、感動をおぼえた体験から、地域の方や友達などと「ふれあうことの楽しさ」「共に生きる幸せ、喜び」について考える機会をつくりたいと募集しました。

その結果、子どもたちの目を通して、人とのつながりを大切にし、支え合いながら暮らしていける社会と、はどのようなものかを振り返る作品が集まりました。応募総数80作品のうち、審査により15作品を受賞作品として選定しました。

各部門の最優秀賞をご紹介します。

## 小学生の部最優秀賞

### ボランティアを体験して

上尾市立原市小学校 六年  
森 心結

私は、ボランティアに興味があり、高れい者リハビリ施設でボランティア体験をさせていただきました。

施設では、みんながリハビリを声かけ合いながらがんばっていたり、お散歩の時間に、つらそうにしている人を、スタッフの方が手をとって支えながら歩いているすがたがありました。私はそれを見て支え合いは大事だなあと思いました。なので人は、一人では生きていけないと感じました。

私は、高れい者とふれ合って感動しました。なぜかというところ、お茶やお水を入れてあげたり、おやつをわたしたりしたら、ありがとうを何度も言ってくれたからです。そして、笑顔で話しかけてくれたり、やさしく話しかけてくれたり、みんなが歌を歌ったり、お話をしたりしていくうちにみんな

ちようがほぐれて、がんばれました。

そして、私はボランティア体験を通して、支え合いは大事だと思つたので、学校や、地域でも、困っている人がいたら助けたりして、人と人とのつながりを心にきざみ、このボランティア体験で学んだことを、生かしていきたいと思ひます。



## 中学生の部最優秀賞 「父と地域の 人達との繋がり」

上尾市立東中学校 二年  
岩塚 奏音

小学校に入学すると同時に今住んでいる町内へ引っ越しをしてきたので、今年で8年目になりました。通っていた幼稚園から遠かったのもあり、小学校には誰も知り合いがいなかったのもとても不安でした。でも母が引っ越しの片付けをしていると自転車に乗った親子が「うちの子と同じくらいのお子さんですよ。」と話しかけてくれたそうです。話してみると私と同じ年の男の子で同じ小学校に入学予定と私の家から見える家に

住んでいることがわかったり、入学式では同じクラスとわかり、それからも色々教えてくれたり遊ばに誘ってくれたり、ご近所さんにとっても親切な家族がいて本当に助けてもらったと母は感謝していました。今でも仲良くしてもらっています。このようなつながりのおかげもあり、不安だった小学校でもたくさん友達が私にも母にもできました。

でも、父は学校行事に来るぐらいで、ご近所に知り合いがいるわけでもないのです。そんな父は町内の班長をしたのをきっかけに町内の行事の手伝いをするサポーターをしてみないかと声をかけられ、手伝いをするようになりました。今では私が小学校卒業までと小五から引き受けた町内の役員は今年で四年目になりました。町内の行事のたびに、前日や当日早朝から夜遅くまで準備に片付けと大変そうですが、「疲れたなあ」と帰って来る父はどこか充実しているように見えます。近所

を歩いていても父とあいさつをする人が増えすっかり町内の仲間入りをした父に安心しました。

この間は、私の学校に教育実習に来た先生が父と一緒に町内の役員をしている人の息子さんで、その教育実習の先生の方から「お父さんにお世話になってます。よろしくね!」と話しかけられ、父のおかげで教育実習の先生とすぐに打ち解けられたことに感謝をしました。

先日、町内大イベントの夏祭りが今年も無事に終わりました。その裏には父を含め町内の皆さんのお手伝い、協力があつたからだと感じました。夏祭りに参加して楽しそうにしている町内の人達を見てとても嬉しく、私もこれから何かお手伝いをしていきたいなと思ひました。

数年前まで町内に知り合いもいなかった父が、サポーターの人達とキャンプに行くんだと楽しそうに話していることに少し驚きながらも、この地域の人達とのつながりを大事にしてほしいと心から思っています。

### 受賞作品(敬称略)

小学生の部  
最優秀賞

原市小学校 6年 森 心結

市議会議長賞

芝川小学校 5年 福田 稟夏

教育長賞

大石小学校 4年 清水あのん

審査委員特別賞

西小学校 5年 鷹野 詩希

優秀賞

中央小学校 5年 小坂 歩香

東町小学校 5年 橋本 獅

鴨川小学校 4年 遠藤 梓

中学生の部  
最優秀賞

東中学校 2年 岩塚 奏音

市議会議長賞

原市中学校 3年 塙 実沙子

教育長賞

瓦葺中学校 3年 河野 天香

審査委員特別賞

南中学校 3年 河原塚莉亜

優秀賞

原市中学校 1年 今井 望月

原市中学校 2年 岩間 佑太

南中学校 2年 三木 七楓

原市中学校 3年 坂倉 花音

# ボランティア募集

## ♥ お客様と楽しく ♥

**日時** 要相談  
**場所** 上尾ケアセンターそよ風  
**内容** 演奏会(楽器、歌)、手品、物作り  
**問合せ** 上尾ケアセンターそよ風  
 上尾市上尾村1167-1  
 TEL 048-774-8341 担当/村上



## ♥ ボランティア募集 ♥

**日時** 月曜日～金曜日 14時～15時  
**場所** 在宅ケアステーション上尾くるみ  
**内容** 歌や楽器(大正琴、ギター、ハーモニカ、ピアノ等)の演奏、民謡、フラダンス、詩吟、マジック、大道芸、書道(毛筆、硬筆)等、利用者さんの笑顔を引き出す催し物  
**問合せ** 在宅ケアステーション上尾くるみ  
 上尾市緑丘3-6-19  
 TEL 048-779-7131 担当/石曾根



## ♥ 音楽療法アシスタントボランティア募集 ♥

**日時** 月2回(前々月には決定) 14時～15時  
**場所** 看護小規模多機能ふくしのまち上尾(上尾市大字寺丁目451-1)  
**内容** 伴奏ピアニスト、お客様と一緒に歌を歌う楽器活動の補助  
**問合せ** 株式会社 福祉の街 事業部  
 TEL 070-2194-5411 担当/工藤

## ♥ 高齢者とのふれあいボランティア募集 ♥

**日時** 要相談  
**場所** ケアサポートあげお  
**内容** 一芸披露(歌や楽器の演奏、民謡、書道、絵手紙等)、歩行訓練を兼ねた外出時のサポート  
**問合せ** ケアサポートあげお 上尾市原市1274-1  
 TEL 048-720-7530 担当/室田

## ♥ ボランティア募集 ♥

**日時** 月曜日～日曜日 10時～17時の間の2時間程度  
**場所** デイサービス あおいそら  
**内容** ご利用者様のお話し相手、歌・楽器の演奏、ガーデニングや絵手紙、レクの手伝い  
**問合せ** デイサービス あおいそら  
 上尾市今泉1-27-6  
 TEL 048-783-1942 担当/湯田



## ♥ さつき保育園ボランティア ♥

**日時** 9時～16時  
**場所** さつき保育園  
**内容** 保育補助(散歩、遊び等)  
**問合せ** さつき保育園 上尾市菅谷43-1  
 TEL 048-775-8676 担当/石原



## ♥ デイサービス利用者様に関わるボランティア募集 ♥

**日時** 月曜日～土曜日 10時30分～15時30分(ご都合の良い時間帯で)  
**場所** 社会福祉法人積善会 葦きの里デイサービスセンター  
**内容** 午前:レクリエーションのお手伝い(年間行事、手作業、ゲーム、外出時の付添い等)  
 午後:ドライヤーかけ、お茶出し、お話し相手、お散歩の付添い、見守り他  
**問合せ** 社会福祉法人積善会 葦きの里デイサービスセンター  
 上尾市瓦葺2143-2  
 TEL 048-720-2288 担当/加藤

## ♥ 地域の支え合い ボランティア募集 ♥

**日時** 曜日不問 10時～16時  
**場所** 特別養護老人ホーム 椋の木  
**内容** 日常生活(掃除・洗濯)、クラブ活動(生け花・歌・囲碁将棋などの趣味活動)、介護体験、お話し相手、見守りなど  
**問合せ** 特別養護老人ホーム 椋の木  
 上尾市大字平塚322  
 TEL 048-856-9901 担当/佐伯



## ♥ ドライヤーボランティア・洗濯物たたみ ♥

**日時** ①洗濯物たたみ 月曜日～日曜日 10時～12時、13時～15時  
 及び  
**内容** ②書道ボランティア 第2月曜日14時～15時、第4日曜日14時～15時  
 ③お話し相手、塗り絵、ドリル、ゲームの相手  
 ④手作業(手づくり品、クラブ活動、将棋クラブ、おやつクラブ)  
 ③④共通 月曜日～土曜日10時～12時、13時～15時(ご都合の良い時間帯で)  
**場所** ①②特別養護老人ホーム ③④デイサービス  
**問合せ** 特別養護老人ホーム/パストーン浅間台  
 上尾市浅間台2-17-1  
 TEL 048-777-1001 担当/藤田・多鹿

## ♥ サービス付き高齢者向け住宅 ここいち上尾 ♥

**日時** 都合の良い時間帯  
**場所** サービス付き高齢者向け住宅 ここいち上尾  
**内容** 食事の配膳・下膳、車イス清掃、洗濯物たたみ、余暇活動(レクリエーションの見守り、歌や体操ダンス等の披露)  
**問合せ** サービス付き高齢者向け住宅 ここいち上尾  
 上尾市本町4-8-19  
 TEL 048-729-4404 担当/田中

## ♥ 保育ボランティア ♥

**日時** 第1水曜日、第3火曜日、最終木曜日、偶数月の第3日曜日 9時30分～12時30分 他随時  
**場所** 上尾市つどいの広場あそぼうよ  
**内容** 子育てサロン、シングルマザーズサロン、相談等の間に赤ちゃんや小さな子どもを預かり一緒に過ごす保育ボランティア  
**問合せ** 認定特定非営利活動法人 彩の子ネットワーク  
 上尾市ニツ宮1156-3  
 TEL 048-770-5272 担当/鈴木

## ♥ 歌やダンス等のボランティアを募集しています ♥

**日時** 月曜日～金曜日 14時～15時  
**場所** 地域活動支援センターあけぼの  
**内容** 歌やダンス等活動しているサークルの方で発表会前の練習として、または、福祉施設で披露をして下さる方  
**問合せ** 地域活動支援センターあけぼの  
 上尾市上野567  
 TEL 048-726-8612 担当/田島



## ♥ 作り手さん大募集 ♥

**日時** 平日10時～16時 都合の良い時間帯  
**場所** 就労継続支援B型らぼーるびれっじ  
**内容** クラフト工房らぼーるびれっじ内で販売される手づくり商品の作成  
**問合せ** 就労継続支援B型らぼーるびれっじ  
 上尾市瓦葺2716  
 尾山台団地4-5-108・109  
 TEL 048-748-5243  
 担当/大沢



## ♥ あげおボランティア募集 ♥

**日時** ①ご自宅でご都合のよい時に  
 ②月曜日～金曜日 9時45分～11時15分 13時30分～15時  
 ③土曜日・日曜日 10時～11時 14時～16時  
 ④木曜日 13時30分～15時  
 ⑤第1日曜日(1月除く) 13時30分～15時  
 ⑥平日 9時30分～15時(短時間でも可)  
 ⑦随時  
 ⑧何曜日でも可 9時45分～15時(ご都合の良い時間帯で)  
**場所** 社埼玉県社会福祉事業団あげお  
**内容** ①手工芸(縫製) ②陶芸・軽作業・受託作業・表現活動 ③買物付添 ④音楽活動 ⑤喫茶室  
 ⑥環境整備 ⑦行事 ⑧生活支援・散歩  
**問合せ** 埼玉県社会福祉事業団あげお  
 上尾市平塚820  
 TEL 048-771-0537  
 担当/竹田・古瀬



令和2年度

3月3日より受付

## ボランティア活動保険のご案内

ボランティア活動中の事故やけが、偶然な事故により他人にけがをさせたり、他人の物を壊した場合に支払われる保険です。

**保険料** ボランティアの増加とともに事故の発生も増加する中、保険料を据え置きながら制度を維持するため、これまでの4プランが2プランへ変更となりました。

基本タイプ	天災・地震保障プラン
350円	500円

\*保険料、補償内容等は毎年見直しがあり、変更となる場合があります。

**保証期間** 令和2年4月1日0時～令和3年3月31日24時  
 \*年度途中の加入でも保証期間は3月31日までとなります。

**受付窓口**

- 上尾市ボランティアセンター  
**場所** 上尾市平塚724 月～金(祝日を除く)  
**時間** 8:30～17:15 TEL 048-773-7155
- ボランティアビューロー  
**場所** 上尾市柏座4-2-3 火～土(祝日を除く)  
**時間** 9:30～16:30 TEL 048-776-1988
- 上尾市西地域福祉センターほほえみ  
**場所** 上尾市小敷谷858-5 火～土(祝日を除く)  
**時間** 9:30～16:00 TEL 048-780-1910

# “上尾市災害ボランティアセンター活動報告”

令和元年10月12日の夜半から13日にかけて関東を通過した台風19号により、上尾市でも荒川の増水により被災された地域がありました。

上尾市社会福祉協議会では、10月15日～11月15日までの間、災害ボランティアセンターを設置し、被災された方の支援を行いました。



屋内は、泥水が流れ込み、家電製品や家具など使えなくなってしまった家庭も多くありました。

処分する家財の運び出しや清掃、庭先の泥出しなど、上尾市内外からボランティアが支援に駆け付け、延べ621名の方が支援活動を行いました。

ご協力いただきました皆さん、ありがとうございました。



## ボランティア講座のお知らせ

### 災害ボランティア養成講座

台風19号の取り組みから災害について学んでみませんか。  
たくさんの方のご参加をお待ちしております。



- |    |  |     |             |
|----|--|-----|-------------|
| 内容 | 台風19号の取り組み状況                                 | 場所  | 上尾市総合福祉センター |
| 講師 | ReVA復興ボランティアチーム・上尾 他                         |     |             |
| 日時 | 令和2年3月15日(日) 13:30～16:00                     |     |             |
| 対象 | 上尾市在住在勤在学、災害ボランティアに興味・関心ある方                  |     |             |
| 定員 | 30名(先着順・定員になり次第締切)                           | 参加費 | 無料          |
| 申込 | 令和2年3月2日(月)までに電話(048-773-7155)またはHPより申込フォームで |     |             |

### 障がいてなかに? 障がいを理解する基礎講座

障がいのある人は、日常生活や社会生活を送る中で、不便なことや困難に感じていることがたくさんあります。そして、これらの中には社会によって作り出されたものも多くあります。

障がいについての基本的知識を学び、また当事者の方との交流で理解を深めませんか。

- |    |  |     |                   |
|----|--|-----|-------------------|
| 内容 | 「発達障害の理解と支援」「当事者から学ぶ(聴覚障害者)」                 |     |                   |
| 日時 | 令和2年3月24日(火) 13:30～15:30                     | 場所  | 上尾市コミュニティセンター視聴覚室 |
| 定員 | 50名(先着順・定員次第締切)                              | 参加費 | 無料                |
| 申込 | 令和2年3月2日(月)までに電話(048-773-7155)またはHPより申込フォームで |     |                   |
| 共催 | 上尾市ボランティア連絡会・上尾市社会福祉協議会                      |     |                   |

☆ボランティアセンター(上尾市総合福祉センター内) ☆ボランティアビューロー(上尾市コミュニティセンター内)

月～金(祝日を除く) 8:30～17:15

火～土(祝日を除く) 9:30～16:30

TEL 048-773-7155

TEL 048-776-1988

Mail [volunt1988@ageo-shakyo.or.jp](mailto:volunt1988@ageo-shakyo.or.jp)