

# しゃきょう だより

2023. 9発行

編集・発行

社会福祉法人 龍ヶ崎市社会福祉協議会

龍ヶ崎市ボランティア連絡協議会

〒301-0007 龍ヶ崎市馴染町834-1

(龍ヶ崎市地域福祉会館内)

TEL 0297-62-5176

FAX 0297-62-5575

メール info@ryu-shakyo.jp

facebook 最新情報を掲載中

龍ヶ崎市社会福祉協議会 検索



二次元コード

## 親子で発見 ボッチャの魅力！ 福祉出前講座「ボッチャ体験」



令和5年7月18日(火)大宮小学校にて、障がい者理解を目的に、福祉出前講座「ボッチャ体験(講師:流通経済大学 小出氏)」を行いました。

当日は保護者も一緒に参加し、色々な投げ方を試したり、チームで作戦をたてたり、おおいに盛りあがりました。児童からは、「障がいがあっても無くても一緒に楽しめるスポーツだと思った」、「もっとボッチャが広まって欲しい」といった声がありました。



### ボッチャとは

脳性まひなど重い障がいがある人のために考案されたヨーロッパ生まれのスポーツで、パラリンピックの正式種目にもなっています。赤と青のボールを投げ合って、白い的球(ジャックボール)にどれだけ多く近づけるかを競います。

### 福祉出前講座

#### ご利用ください

「車いす体験」や「手話体験」「点字体験」、「アイマスク体験」なども行っています。市内の学校や、地域コミュニティなどでご活用ください。

#### ----- もくじ -----

- P2 災害発生時に被災地を支援するには
- P3 社協トピックス 寄付者紹介
- P4~5 ボランティアだより ふれ愛レシピ

- P6 赤い羽根共同募金運動が始まります 福祉の店からのお知らせ クロスワードパズル
- P7 地域福祉かわら版(生活支援体制整備)
- P8 社協からのお知らせ 連絡先一覧



しゃきょうだよりは、皆さまからお寄せいただいた「赤い羽根共同募金」により発行されています

いち早く、普段の生活に戻れるように—

## 災害発生時に被災地を支援するには

### 災害ボランティアとして活動する

地震や風水害などの大規模災害が発生した被災地では、復興に協力する「災害ボランティア」が大きな支えになっています。



写真は東日本大震災

#### 活動に参加するときのポイント

##### ✓ 出発前に、被災地の情報やボランティアの募集要件を確認

全国社会福祉協議会ではホームページで被災地に関する情報が更新されています。現地の社協ホームページや Facebook などの SNS も参考になります。

##### ✓ 万一来備え、「ボランティア活動保険」に加入

活動中の事故やケガ、損害賠償責任が補償されます。お住まいの市町村の社協で加入できます。

##### ✓ 服装と持ち物をチェック

動きやすさと安全を心がけましょう。紛失などを防ぐためにも、貴重品はなるべく身につけておきましょう。



「全国社会福祉協議会  
被災地支援・災害ボランティア情報」  
はこちらから

#### 【令和5年度 ボランティア活動保険】

種類・保険料（年額）		
基本プラン	天災・地震 補償プラン	特定感染症 重点プラン
350円	500円	550円



#### 『茨城県災害ボランティア』登録募集中

茨城県では、県内で災害が発生した時に、災害ボランティア活動を円滑に行えるよう、平常時よりボランティア登録を受け付けています。登録いただくと、災害ボランティア活動に役立つ情報が発信されます。

右の二次元コードから登録及び詳細の確認を行うことができます。  
(茨城県ホームページ)



### 災害義援金を寄付する

国内で発生した大規模災害による被災者を支援するため、共同募金会では「災害義援金」を募集しています。寄せられた義援金は、被災都道府県の「義援金分配委員会」で取りまとめ、現地の被災状況をもとに配分を行います。

※義援金は、受け入れ口座へ直接ご送金いただくか、社協の窓口でお預かりしています。  
※義援金募集の情報は随時更新されております。右記の二次元コードからご確認いただくか、社協までお問い合わせください。

行き先は、  
被災地



最新情報はこちら  
(茨城県共同募金会  
ホームページ)



### 龍ヶ崎市と災害協定を締結しました

令和5年8月22日（火）、龍ヶ崎市社会福祉協議会は、龍ヶ崎市と災害ボランティアセンターの設置及び運営に関する協定を締結しました。

協定の主な内容は、災害発生時におけるボランティアセンターの設置や、その運営に係る費用負担等について、市と社協の役割分担を明確にしたものとなっています。



【写真】協定書を持つ 龍ヶ崎市 萩原市長（左）と、社会福祉協議会 杉野副会長（右）



## 【総合福祉センター】 アートギャラリー

常時開催

総合福祉センターの廊下をギャラリーに見立て、障害福祉サービス事業所の「あざみ」と「ひまわり園」利用者などの作品を展示しています。

これらの創作活動には、趣味やレクリエーションとしてだけでなく、指先を使ったりハビリ、集中力や持続力を伸長する実習といった側面もあります。

開館中はどなたでもご覧いただけますので、思いが込められた力作の数々をぜひご覧ください。

問 総合福祉センター ☎ 0297-62-5851

開館日 毎週月～土曜日（日曜日・年末年始は休館）  
時間 午前9時～午後5時



色を付け小さく砕いた卵の殻を貼り合わせた作品『月とねこ』



刺し子（さしこ）  
衣服や日用品を縫う伝統的な刺繍の一つ



合同創作品『夏の情景』

## 【元気サロン松葉館】 スマホセミナーを開催しました



問 元気サロン松葉館  
☎ 0297-66-6422



令和5年6月30日（金）に松葉館を利用されている方を対象に、ソフトバンク株式会社の協力により開催しました。

この日は、「スマホの基本とLINE講座」として、一人一台のスマホを操作しながら、はじめての方でも分かりやすく、楽しい説明が行われました。参加された方からは、「使う頻度が高い内容を丁寧に教えてくれたので、今後に活かせそう」、「スマホが身近に感じられた」と、とても好評でした。

## 皆さまからのご寄付 ありがとうございます

お寄せいただいた心あたたまるご寄付は、各世帯からお寄せいただいている一般会費とともに、地域福祉の充実に向けた事業を実施するための貴重な財源になっており、「やさしさ、ふれあい、誰もが安心して暮らせるまちづくり」を支えています。



### 【寄付金】

小さな森の家  
酒井 忠  
茨城トヨタ自動車株式会社  
板倉 きよ子

### 【寄付品】

セブン・イレブン株式会社  
酒井 忠  
板倉 きよ子  
小野村 美智男

令和5年6月1日～令和5年8月25日現在（順不同・敬称略）

【写真】茨城トヨタ自動車株式会社 代表取締役社長の幡谷氏（左）より寄付金を受け取る萩原会長（右）

# ボランティアだより



支援が必要な方と支援する機関とのつなぎ役

## 龍ヶ崎市民生委員児童委員連合協議会

「年を重ねて一人暮らしになり、家事の負担が大きい。」「病気を患ってから、体が思うように動かなくなった。支援を受けたい。」「ご近所の〇〇さんの子どもが、ずっと同じ服で、着替えていないようだ。生活に困っているのではないか。」など、ご自身やご家族、ご近所のこと、生活上の気になること、お悩みのことはありませんか。

民生委員児童委員は、日頃から地域で一人暮らしの高齢の方や子どもたちの見守り活動などを行っています。地域で暮らす中で困りごとがある方に寄り添い、耳を傾けながら、行政や関係機関への支援の「つなぎ役」として、課題解決のお手伝いに取り組んでいます。

今年の9月から10月にかけて、市からの協力要請を受けて、75歳以上の一人暮らしの方を対象とした戸別訪問調査を実施します。ご協力のほどよろしくお願いします。



問 事務局

(龍ヶ崎市 福祉部  
福祉総務課)

0297-64-1111

## ボランティア掲示板 Information

覚えよう

龍ヶ崎手話サークル「たつのこ」

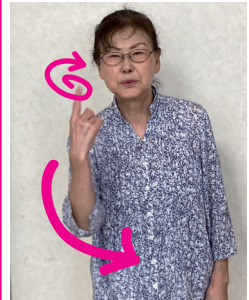
かんたんワンポイント手話



手話は聴覚に障がいのある方々の大切なコミュニケーション方法です。日常で使える簡単な手話をご紹介します。

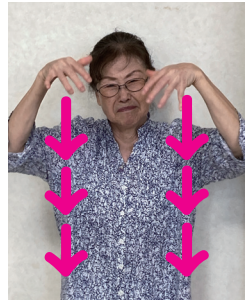
「台風が近づいています。大雨に気をつけてね。」

①台風がくる



①顔の近くで人差し指をくるくる回しながら、体の前に動かします。

②大雨



②手を広げて指先を下に向け、上から下に数回動かします。

③気をつけて



③両手を胸の前で上下にならべ、きゅっと握ります。

★手話は表情がとても大切です。相手の目を見て伝えてくださいね。

協力：龍ヶ崎市聴覚障害者協会

YouTubeで  
動画を公開中！



募集

つくしんぼの会



調理ボランティアを募集中！

手作りの給食で高齢の方々与会食しながら、色々な催し物を見たり、聞いたり、楽しく交流しています。

私たちと一緒に、なごやかなひと時を過ごしませんか？

【高齢者給食交流会】

会場：松葉コミュニティセンター

(龍ヶ崎市松葉5丁目1)

日時：毎月第3水曜日 午前9時～



参加者も募集  
しています♪

★お気軽にお問い合わせください

問 つくしんぼの会

☎(代表) 青木 090-2216-0469



# ～私たちの地域をもっと住みよくするために～

## 開催決定

参加したすべての方が楽しく福祉を見て・触れて・感じることの出来る福祉イベント「ふれ愛広場」を開催します。  
詳細については、10月13日（金）の新聞折込チラシまたは、社協ホームページでご確認ください。



# ふれ愛広場2023

令和5年10月15日（日） 11:00～14:30

会場：大昭ホール龍ヶ崎（龍ヶ崎市文化会館）  
龍ヶ崎市立中央図書館 / 龍ヶ崎市歴史民俗資料館

問 社会福祉協議会  
☎ 0297-62-5176

## 開催しました

たくさんのボランティアの方々にご協力いただき、夏休み期間を利用し、市内児童・生徒を対象とした事業を実施しました。（協賛・協力：敬称略）

### 青少年ボランティアスクール

ジュニア（小3～中3）と高校生を対象にしたボランティア体験です。

#### 保育体験



協力：まつやま中央保育園  
まつやま大宮保育園

#### 縁日事前研修



協力：伊奈特キャラバン隊

#### 手話体験



協力：龍ヶ崎市聴覚障害者協会

#### ボッチャ体験



協力：竜ヶ崎青年会議所  
龍ヶ崎地域コミュニティ協議会

協賛：龍ヶ崎中央ロータリークラブ

### ふれ愛縁日2023

障がいの有無にかかわらず、みんなで楽しむ縁日を開催しました。ジュニアと高校生、流通経済大学を中心とした学生ボランティアが活躍し、楽しく交流を行いました。

#### 水ふうせんあて



#### 射的



#### うちわづくり



#### 水鉄砲コーナー



協力：龍ヶ崎済生会病院 協賛：龍ヶ崎ライオンズクラブ

## かんたん No.50 ふれ愛レシピ

### かんたんスイートポテト

材料（1本分）

- さつまいも …… 200g
- バター …… 10g
- ★ 砂糖 …… 20g
- 牛乳 …… 30ml
- 塩 …… 少々
- 卵（卵黄のみ） …… 1個



かぼちゃ

さつまいも

バックナンバーをホームページに掲載中！右の二次元コードから検索いただけます。



今回のレシピは、「ききょうサークル」より提供いただきました！やさしい甘さのスイーツをぜひお試しください。



ふれ愛キャラクター AIちゃん

【栄養成分】（1本分）

エネルギー	478kcal
たんぱく質	6.26g
脂質	15.47g
炭水化物	85.15g
塩分	0.74g

- ① さつまいもの皮をむき1.5cm幅で輪切りにし、水に5分さらす。さつまいもを耐熱容器に入れ、電子レンジ600wで5分加熱する。
- ② ①をヘラでマッシュ状につぶし、★を加えて混ぜる。
- ③ スプーンなどでアルミカップに移し、卵黄を薄くぬる。
- ④ オーブントースターで、焼き目がつくまで様子を見ながら焼く【オーブンレンジの場合：220℃で約5分】
- ⑤ 完成！かぼちゃで作ってもおいしいですよ。



# 10月1日から 赤い羽根共同募金運動が始まります

問 龍ヶ崎市共同募金委員会  
(龍ヶ崎市社会福祉協議会内)  
☎ 0297-62-5176

共同募金は、**地域のため**に使われます  
皆さまのご協力をお願いいたします。

皆さまからお寄せいただいた募金は、龍ヶ崎市内で実施する地域福祉活動の推進に活用されます。併せて、茨城県全体の課題や災害時の備えにも役立てられています。

地域の皆さまには、住民自治組織(各自治会・町内会)を通して「戸別募金」へのご協力をお願いしております。何卒ご理解・ご協力をお願い申し上げます。

### 子どもへ

- ・チャイルドシート購入助成



### 障がい児・者へ

- ・障がい児・者との交流



### 高齢者へ

- ・シルバーカー購入助成
- ・年末見守り訪問



### 地域活動へ

- ・ボランティア活動支援
- ・地域交流支援



## 福祉の店からの お知らせ

新米の季節がやってきました！

## お米の宅配サービスを行っています

「福祉の店りゅう」では、持ち運びが大変なお米の宅配を行っています。お電話でご注文を受け付けています。ぜひご利用ください。

- 宅配日：火曜日、金曜日
- 市内全域、送料無料



令和5年度米の価格表は決まり次第お知らせします。こちらをご覧ください→



ご好評をいただいている日用品の宅配も  
行っています。



### 【(参考) 令和4年度米の価格表】

#### ○川原代産(お米農家のキムラ)

- ・特別栽培米(龍ヶ崎コシヒカリ)
- ・ミルキークイーン 100%

玄米	30kg	11,000円
	30kg	11,300円
精米	5kg	2,400円
	2kg	1,100円

玄米	30kg	11,000円
	30kg	11,300円
精米	5kg	2,500円
	2kg	1,200円

#### ○茨城県産(JA)

- ・コシヒカリ 100%

玄米	30kg	8,500円
	30kg	9,000円
精米	10kg	3,700円
	5kg	1,900円

### お問い合わせ・ご注文はこちら

中央支所(福祉の店りゅう)

☎ 0297-64-4335

月～土曜日(祝日はお休み)  
午前9時～午後5時

## クロスワードパズル

### 賞品提供 関東鉄道株式会社

地域と共に123周年 関東鉄道竜ヶ崎線

#### 応募方法

住所・氏名・電話番号  
年齢・答えをご記入の  
うえ、郵便はがき、FAX、二次元コード  
のいずれかでご応募ください。

★ご意見・ご感想もお待ちしております

応募期限 **10月20日(金) 必着**

応募先 「龍ヶ崎市社会福祉協議会」宛

住所 〒301-0007

龍ヶ崎市馴染町834-1

FAX 0297-62-5575

応募用二次元コード→



#### まいりゅうパスケース



パズルに文字を入れ、右下にある言葉をお答えください。  
正解者の中から、抽選で6名様に **関東鉄道株式会社** 様よりご提供いた  
だいたまいりゅうパスケース をプレゼントします！

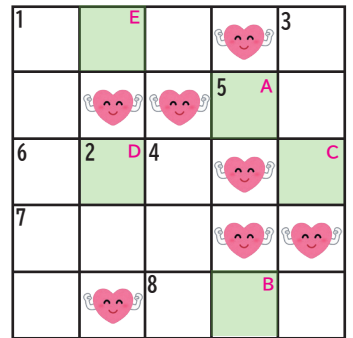
※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます

#### たてのカギ

- 1 ススキを飾って、お月見団子を食べる日
- 2 沖縄県でよく見られる、門や屋根の上に置かれている守り神。「シー〇〇」
- 3 地域の福祉に役立てられる「〇〇〇羽根共同募金」(ヒントP6)
- 4 布団がふっとんだ! つまらない「〇〇〇」

#### よこのカギ

- 1 歌の上手さを披露する「のど〇〇〇」
- 5 小高くなった土地。山の低いもの。地区名にも使われている「松ヶ〇〇」「南が〇〇」
- 6 ジャンプが得意な小動物。耳が長い。
- 7 別名ツルレイシ。苦味のあるウリ。
- 8 「抽象的」の対義語。「〇〇〇的」



答え **A** **B** **が** **C** **D** **E**



## 北文間地区

南が丘地区  
「高齢化を考える集い」発足！！

南が丘地区では、今年度新たに「高齢化を考える集い（略称：MKK）」が発足しました。

毎月1回、世話人10人が南が丘自治会館に集い、高齢化について意見交換を行ったり、高齢者関係施設や機関の訪問を行い「情報マニュアル」としてまとめて情報の共有が進められています。

また、地域交流の基本は「あいさつ」からということで「あいさつ運動」の「のぼり旗」を作成し、公園などに設置されました。



## 城ノ内地区

城ノ内いきいきサロン  
体操と趣味で健康づくり

新世紀邑コミュニティハウスを会場に2010年10月から始まったサロンは、当初、月2回の開催が、現在では月4回の開催となりました。

サロンの前半は、シルバーリハビリ体操で身体をほぐし、後半は、習字・ゆるヨガ・小物づくり・ぬり絵などの講座に、多くの方が楽しみながら参加されています。不定期で落語会なども催され、参加者に喜ばれています。

今では、城ノ内地区にとどまらず、他の地区の方も参加されるほど大盛況です。



## 長戸地区

半田地区  
グラウンドゴルフ会

八幡神社付近の手づくりのグラウンドにて、男性13人、女性15人で、毎週月曜日、グラウンドゴルフが行われています。

グラウンドは4000平方メートル（40a）と壮大な面積を誇ります。男性を中心とした参加者有志により芝の管理が行われ、年間を通しグラウンドゴルフの活動が行われています。

活動中は終始和やかで笑顔がいっぱい。参加される皆さんの頑張る姿が、まちにたくさんのパワーをもたらしてくれます。



コースの途中の「コキアの丘」  
秋の色づきが楽しみです♪

## 長山地区

## 夏休み子ども教室



8月3日（木）、長山地域コミュニティ協議会において、地域の子供達を対象とした「夏休みこども教室」を開催しました。

コロナの感染症で中断していましたが、「次世代を担う子ども達に豊かな体験をさせたい」とコミュニティ協議会の皆さんの強い思いから4年ぶりに復活しました。

参加した25人の子ども達は、「明治なるほどファクトリー守谷工場」や「ミュージアムパーク茨城県自然博物館」の見学をはじめ、バスの中でのビンゴゲームなど、終始和気あいあいと大喜び。コミュニティ協議会の皆さんと子ども達の世代間の交流も深められた楽しい一日となりました。

募集中

## 『要約筆記入門講座』受講生を募集します

初心者が対象です

「要約筆記」とは、聴覚に障がいのある方のために、発言者の話を聞き、要約し文字で表すことで話の内容を伝える通訳のことです。



前回の様子

参加申込みは、こちらの二次元コードから➡



10月18日(水) 締め切り

日程	11月1日、8日、15日、22日、29日 (水曜日・全5回)
時間	午前10時～正午
会場	龍ヶ崎市地域福祉会館 大会議室
対象	原則として市内在住・在勤・在学の方
定員	先着20人
参加費	300円(教材費)

受付中

## 『歳末地域たすけあい助成金』

市内で行われる「地域の助けあい・支えあい」の活動に対して助成を行います。ぜひご活用ください。

【申請期間】10月27日(金) 必着



対象となる活動(例)

- ・多世代交流のイベント
- ・年末年始の見守り訪問
- ・居場所づくり など



▲申請方法など 詳細はこちら



昨年度助成事業の様子 (高齢者へのお節配布)

受付中

## 『敬老会』記念品の受け取り

令和5年9月18日(月・祝)開催の「敬老会」に 来られなかった方は、案内はがきをご持参のうえ次の 配布窓口までお越しください。

10月31日(火) まで

- 市役所:1階 福祉総務課

10月20日(金) まで

- 市役所:東部出張所/西部出張所/市民窓口ステーション
- 社協:総合福祉センター/地域福祉会館/中央支所/佐貫西口支所

敬老会の詳細 (社協ホームページ) はこちら↓



※お住まい近くの配布窓口でのお受け取りにご協力ください。 ※各配布窓口で利用できる日時が異なります。ご注意ください。

ご案内

## 相談は 社協 にお任せください

皆さまの生活での「困りごと」を、知識と経験のある相談員が親身に対応し、 解決に向けたお手伝いをします。相談は無料で秘密は厳守します。

無料です



### 【法律相談】

開催日		申込方法	相談員
10月	13日(金) 27日(金)	要予約	弁護士
11月	10日(金) 24日(金)		
12月	8日(金) 22日(金)		
定員	各日3人 ※定員を超えた場合は抽選		
時間	午後1時30分～(1人あたり45分)		
場所	龍ヶ崎市地域福祉会館		

### 【心配ごと相談】

開催日		申込方法	相談員
10月	3日(火) 17日(火)	予約不要	心配ごと相談員
11月	7日(火) 21日(火)		
12月	5日(火) 19日(火)		
定員	先着順で受付		
時間	午後1時30分～4時30分(最終受付:午後4時)		
場所	龍ヶ崎市地域福祉会館		

掲載内容は、状況により変更となることがあります。ご了承ください。

## 龍ヶ崎市社会福祉協議会 連絡先

利用できる日時など、詳細は各施設にお問い合わせください。

◎龍ヶ崎市社会福祉協議会 ☎ 0297-62-5176  
龍ヶ崎市地域福祉会館 Fax 0297-62-5575  
(住所:龍ヶ崎市馴柴町834-1)

・中央支所 ☎/Fax 0297-64-4335  
(交流サロンりゅう・福祉の店りゅう)

・佐貫西口支所 ☎/Fax 0297-75-6114  
(まいりゅうサロン・福祉の店まいりゅう)

・元気サロン松葉館 (松葉小学校内) ☎ 0297-66-6422

・龍ヶ崎市総合福祉センター ☎ 0297-62-5851  
(・高齢者福祉センター Fax 0297-62-7789  
・指定特定相談事業所 ・障害福祉サービス事業所あざみ)

・障害福祉サービス事業所 ☎ 0297-64-2772  
ひまわり園

・Cafeたつのこ ☎ 090-8801-5176  
【ニューライフアリーナ龍ヶ崎(たつのこアリーナ)内】

・ふるさとふれあい公園 ☎ 0297-62-7628