

2025.5月 192号

ずーっといっしょ

松川町社協だより

※社協だよりはみなさまから頂いている会費で発行しています。



発行
社会福祉法人
松川町社会福祉協議会
〒399-3303
長野県下伊那郡松川町
元大島2930-12
電話 (0265) 36-3778
FAX (0265) 34-1062
印刷所
ユニプリント(株)

http://www.matsukawa-shakyo.net



一人ぐらし三地区交流会
ご参加の皆さま

八重桜満開の名子原体育館を出発し
飯田市美術博物館前で記念撮影。
「プラネタリウム初めて見た〜! 宇宙へ吸
い込まれるようだったに!!」



大沢 北部

米山 卓治さん (87歳)

わたしの宝物

私の宝物は、一緒に暮らしている猫のハッチ (♀) です。

ハッチとの出会いは平成16年7月16日。夜中に外から「ミー」という弱々しい声が聞こえてきて、庭へ出てみると子猫のハッチがそこにいました。やせて汚れていたハッチ。かわいそうにと鶏肉など良いエサをやりすぎたのか初めは喜んで食べていましたが、1週間もすると何にも食べなくなっていました。妻が「牛乳はどう?」と出してあげると喜んで飲み、ここまで元気で過ごしてきました。

私の姿が見えないと鳴いて探してくれます。



目次

- ① ずーっといっしょりレー／わたしの宝物
- ② 社協会費について
- ③ 福祉推進委員一覧

- ④ ハッピー開所／地域交流事業
- ⑤ 傾聴講座
- ⑥ 福祉出前講座

- ⑦ 新年度スタート／新任職員紹介
- ⑧ ありがとうコーナー／行事予定／
ハッピー紹介／ちおんば 他

令和7年度

社協会費納入にご協力をお願いします



★ 社協会費とは・・・

社協会費は地域住民同士の支え合い活動やボランティア活動、公的な制度にないサービスなど、町民の皆様が『住み慣れた地域で安心して暮らす』ことができる福祉のまちづくり事業を進める上で大切な財源の一つとなっています。会費を納めていただくことで、社協の事業に財源面からご参加いただくという趣旨でご協力をお願いしております。

会費納入は決して強制ではありません。社会福祉協議会の事業にご賛同いただける方のご協力をお願いいたします。

★ 使いみちは・・・

- ・ボランティア団体の育成、活動支援
- ・福祉教育の推進、支援〔中央小学校、北小学校、松川中学校、松川高校〕
- ・災害ボランティアセンター立ち上げ訓練〔令和7年11月開催予定〕
- ・ボランティア横づな、ボランティアの日の活動支援
- ・ふれあい広場〔令和7年10月19日（日）開催予定〕
- ・希望の旅〔秋頃実施・・・日帰り〕
- 【外出機会の少ない介護保険認定者・重度身体障がい者、その家族の交流の輪を広げるための小旅行】
- ・社協だより発行〔年6回発行〕
- ・いちごサロン〔毎月15日 ぷらっとで開催予定〕誰でも参加できるサロン
- ・シングルの会〔隔月 開催予定〕一人ぐらし、高齢者世帯の男性の交流会
- ・おとなのラジオ体操カード 小・中学校・高校夏休み期間限定ーみんなで子供を見守るためにー

★ 会費区分

一般会員	一世帯	1,000 円
賛助会員	特にご協力いただける個人	2,000 円
特別会員	企業・団体等	8,000 円



令和6年度社会福祉協議会費の総額は

3,804,000 円でした。

住民の皆様をはじめ、多くの会社・事業所など法人の皆様からご協力をいただきました。

誠にありがとうございました。



会費とは = 地域の皆様です = 応援者（サポーター）です

福祉推進委員一覧

福祉推進委員は、自治会での福祉学習会の開催、ふれあい・いきいきサロンへの参加・支援、地域の身近な情報提供、共同募金や社協会費納入についての協力、社協だよりの配布などにより、自治会の福祉推進の中心的な役割を担っていただくために各自治会に配置をお願いしています。

地域福祉推進のため、ご協力をお願いいたします。



○任期：至 令和8年3月31日

敬称略

自治会	氏 名	自治会	氏 名	自治会	氏 名
古町南部	松尾 聡	下垣外北部	松下裕明	大栢	平島 稔
古町東部	生澤淳始	下垣外中部	小木曾真治	大栢南	浅賀晴敏
古町中部	松下正敏	下垣外西部	家苗 浩	鶴部	原 真弓
古町北部	松下恒子	下垣外南部	龍口新吾	城	矢沢正義
新井南部	上久保晃成	南方	鋤柄 学	清泉地一	竹村きみ子
弥久司	矢澤世津	北森林県住	原 陽子	清泉地上	下村美枝子
本町	佐藤八重	宗源原	若松希叔	清北	岡部リサ
中央二	加納直樹	郷原	伊藤和久	町谷	猪又 健
宮本	宮崎憲司	桑園南部	原 実	中荒町	臼田美知子
馬坂	高橋勝三	桑園中部	宮下雅和	上町	平澤千代子
松川	峯垣俊和	桑園北部	宮下和美	大沢南部	米山ちふみ
新井北部	林 美香	桑園東部	櫻井一樹	大沢北部	小林圭吾
滝の沢	伊藤典子	大島南部	関 明枝	間沢	切石華奈子
広小路	久保田志げ子	羽場	片桐克史	寺沢	北村恵子
宮坂	片桐 博	大島中部	小木曾 咲	中の村	井上美智恵
県営上新井団地A	菅沼塩利	大島上部	矢沢香保子	福沢	坂本洋子
県営上新井団地B	西尾美和子	樫原	西尾恵美	部奈一	北林茂伸
名子原	唐澤広人	原田	西尾玲子	部奈二	林 美栄子
北名子	八森俊樹	東浦	市原きよ子	部奈三	北林吉晴
北垣外	森本敏長	堤原	大石和幸	部奈四	中川信久
名子中部	寺澤 哲	西山	小沢 徹	生東自治会	塩倉智文
名子北部	北村 晃	増野	木下 稔		
城北	長谷部敏行	諏訪形	杉本正明		

合計67名

元気と笑顔になれる場所

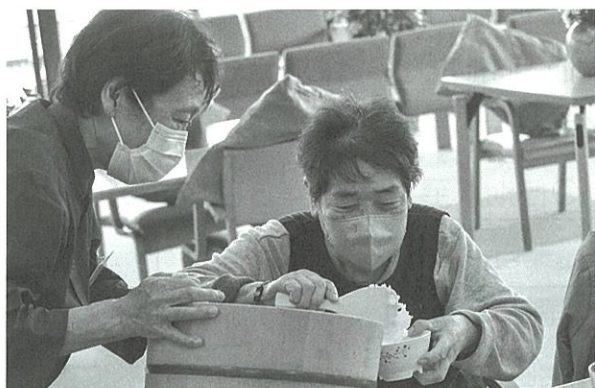


4月1日、お元気デイサービス改め
“ハッピー”が開所いたしました。
オープニングイベントには”ハッピー
ストリングス”さん(楽器や歌でハッピーを応援
してくださるボランティアさん)にお越しい
ただき、一緒にフラを楽しみました。

午後のプログラムは週替わり。健康
体操や音楽療法など専門講師がつい
て皆さんの元気をサポートします。
次号その様子をご紹介しますね。



【オープニングイベント】見せてもらうの
もいいけど、一緒に踊るともっと楽しい！



【ランチタイム】「今日はこれくらい🍷」
自分のお腹と相談して盛り付けます。



地域交流事業「福祉コンサート」
3月29日(土)社会福祉センターにて福祉コンサートを開
催しました。飯田高校邦楽班さん、浦野純子先生とワシ
ボイスさん、社協音楽隊さん、エコール親愛さん、緒木
洋子さんにご出演いただき、多彩な演目を披露してい
ただきました。出演者の方も、ご参加いただいた方も、
年齢も性別も越えて、音楽を通してつながることが
できた素敵な時間となりました。「ずばらしいコン
サートだったね！私も明日からがんばれそう」そんな
嬉しい感想もいただきました。

聴き方を学ぶ 傾聴 講座

私生活でも

ボランティア活動でも

災害現場でも

役立つ!

3月8日(土)、傾聴ボランティアたんぽぽの会と松川町社会福祉協議会共催の『傾聴講座』を開催しました。講師はフリージャーナリストの内山二郎先生をお願いし、当日は30名もの方がご参加くださいました。参加者の皆様から多くのご好評をいただきましたので、その一部をご紹介します。



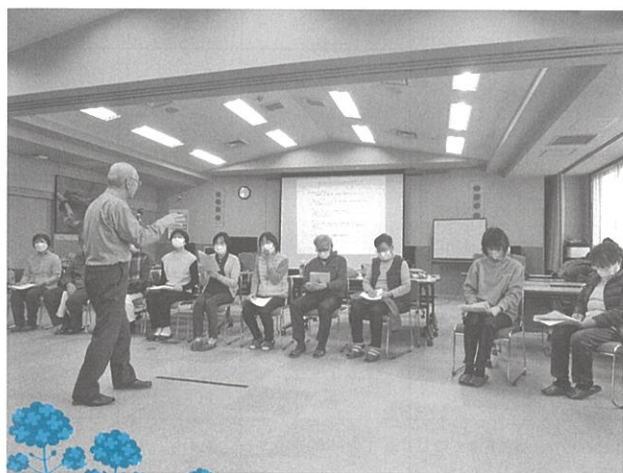
こういうお話をお聞きしたのは初めてでした。普段は、ただ言いたいことをペラペラ話していただけでしたが、うなづいたり、手の表情をつけたり、同じ話をするのにもこんなお話の仕方、聴き方があるということを感じさせていただきました。相手の話を深く聞くことの大切さに気づきました。

心に寄り添うことが大事なことです。否定しない、比較しない、このことを忘れないようにしたいです。

ロールプレイングをやってみて、人は真剣に話を聴いてもらうと嬉しいということに気づけました。

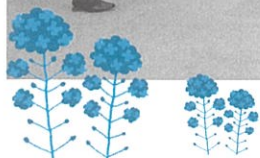


※ロールプレイング…実際の場面や状況を想定し、参加者がそれぞれの役割を演じることで、スキルや知識を実践的に学ぶ学習方法



私が、義母の言葉・話を聞く姿勢は傾聴とは程遠いです。今後少しでもばあちゃんに活かせればと思います。身近にいる人への傾聴が一番難しい気がしていますが、「傾聴モード」で聴いて、良いコミュニケーションをとっていきたいと思います。

続編希望です。引き続き年間計画で開催してもらえるとよいと思います。



令和7年度版
自治会・団体向け

福祉出前講座メニュー

住民一人ひとりの皆様に福祉についての理解と関心を深めていただき、さまざまな地域の福祉活動を支援していただくことを目的に「福祉出前講座」を開催いたします。自治会やグループでぜひご利用ください。

- 区、自治会のほか、町民の皆様が参加する5名以上のグループで、お申し込みください。
- 講師の派遣について費用はかかりません。
- 土・日・祝日、夜間の開催もご希望により調整させていただきます。※昼間のみ対応の講座もあります。
- 「福祉出前講座」には、松川町社会福祉協議会以外の町内の社会福祉法人等の皆様も、この活動の趣旨にご賛同いただき、講師としてご協力いただいております。



【お申し込み・お問い合わせ】 松川町社会福祉協議会 TEL36-3778

※出前講座申込書は社協ホームページの「福祉学習・広報」のページよりダウンロードできます。 <https://mshakyo.jp/service/publication/>

No	団体・施設名	講座名	実施内容	所要時間	人数の上限	備考
1	松川町社会福祉協議会（事務局）	松川町社会福祉協議会の概要	福祉とは何か、また社会福祉協議会の組織・役割・活動基本方針・活動内容・会費・共同募金等についてお話しさせていただきます。	30分～40分程度	人数制限無し	
2	松川町社会福祉協議会（地域ボランティアセンター）	地域福祉事業と地域での支え合いについて	地域福祉や地域での支え合いについて、社協が行う地域福祉事業を交えてお話しさせていただきます。	30分程度	人数制限無し	
3	松川町社会福祉協議会（地域ボランティアセンター）	災害ボランティアセンターについて	災害ボランティアセンターの役割、近年の災害と災害ボランティアセンターの運営状況、松川町社協が行う災害ボランティアセンター立ち上げ訓練の概要などについてお話しさせていただきます。	30分程度	人数制限無し	
4	松川町社会福祉協議会（地域ボランティアセンター）	福祉を考える集会の概要	毎年2月に開催される福祉を考える集会。その年に発表された内容や話し合われた内容を要約してお話しさせていただきます。	30分～40分程度	人数制限無し	
5	松川町社会福祉協議会（社協介護支援センター）	介護サービスあれこれ	家族が「そろそろ介護が必要かな？」と思ったらどこに相談すればいいのか、どのような介護サービスが利用できるのか等、事例を挙げながらわかりやすく説明させていただきます。	60分程度	人数制限無し	
6	松川町社会福祉協議会（ヘルパーステーション）	ホームヘルパーってどんなことをしているの？	ホームヘルパーの仕事について説明させていただきます。	30分～40分程度	人数制限無し	
7	松川町社会福祉協議会（ひまわりの会）	家庭介護の基本技術	寝たきりの方の体位変換、衣服の着脱、排泄介助、車椅子の基本操作、ベッドから車椅子への移乗等、介護する側とされる側を体験しながら、家庭での基本的な介護技術を学びます。	最低でも60分程度	社会福祉センターでの開催の場合は30名程度。その他の会場は、ご相談ください。	ベッドや車椅子の準備の都合上、開催場所は、できるかぎり社会福祉センターでお願いします。
8	松川町社会福祉協議会（デイサービスセンター ひまわり荘）	ひまわり荘の概要	どのような方が利用されているのか、ご利用料金、また施設の概要等を説明させていただきます。	30分程度	人数制限無し	
9	松川町社会福祉協議会（特別養護老人ホーム 松川荘）	松川荘の概要	サービス内容、利用料金、施設の特徴等を説明させていただきます。	30分程度	人数制限無し	
10	社会福祉法人 アンサンプル会	アンサンプルの実践について	障がいを持ちながら地域社会で人生を生きる目的についてお話しさせていただきます。（知的障がい者分野）	30分程度 ※昼間のみ対応となります。	人数制限無し	
11	社会福祉法人親愛の里（親愛の里松川）	障がいのある人の暮らしについて	地域や施設で暮らすための支援の制度や現状について（知的障がい者分野）	30分～60分程度	人数制限無し	
12	介護のかふね	介護用品・福祉用具の上手な活用方法	身体にあった介護用品や福祉用具の選び方、紹介など。	30分～60分程度	人数制限無し	
13	地域包括支援センター（役場）	今から知ろう、介護予防・介護保険	介護予防・介護保険制度の内容や利用方法、相談窓口などについてご紹介いたします。	30分～40分程度	人数制限無し	
14	地域包括支援センター（役場）	権利擁護 ～判断能力不十分の方の金銭管理～	認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が不十分の方の預貯金管理や、日常生活を送る上で必要な契約など「何かが起こる前」の対応についてお話しします。	30分～40分程度	人数制限無し	
15	地域包括支援センター（役場）	みんなで「つながり」について考える会 ～社会的孤立がない地域へ～	参加者が「つながり」など、様々なテーマでワークショップを開催。みんなで、同じ空間で、「つながり」について話し合いましょう。テーマは事前打合せにより、どのようにでも設定できます。この講座はこちが一方的に説明するものではなく、参加者全員で実施するものです。	60分程度	人数制限無し ※ワークショップは5.6名で実施します。多くなるようならグループ分けします。	
16	保健福祉課 福祉係（役場）	人生会議をしてみませんか？	人生会議とは元気なうちから前もって自らが大切にしたいことを家族、友人、医療、介護の関係者など身近な人達と話し合うことです。	30分～40分程度	人数制限無し	
17	松川町教育委員会事務局 地域共生係（役場）	地域共生社会について考えるワークショップ	共生社会ってどんな社会なの？「Let's協力」カードを使いながら、それぞれの立場から参加者の皆さんと共生社会について考えていきます。地域の課題や地域資源の活用による新たな可能性を発見したり、包括的な視点をもつことができます。	60分～90分	20名くらいまで	
18	NPO法人 Hug	共にはぐくみ一人ではくれない地域ネットワークを目指したHugの実践について	多世代交流を大切にしながら、子どもの居場所をつくっているHug。小学生から中学生、若者に学習・食事・就労支援など多様なメニューを提供しています。そんな事業説明の他、Hug設立に込められた思いも話させていただきます。	60分程度	人数制限無し	
19	イェイウ・ブル 何原弓紘さん	歳を重ねることの身体の変化を気楽に考える。	認知症についての考えを変えよう！怖がらず、状況をよく見て考える視点をみんなが持ちたい！歳を重ねることによって身体に様々な変化が出てきます。そんな身体の変化を自然なものと捉え、皆さんと対話をする中で、気楽に考えてみたいと思います。	60分程度	人数制限無し	

スタート! 新年度

4月1日(火)、令和7年度年度初め式を執り行いました。
今年度は5名の新しい仲間を迎えてのスタートです。



新任職員 紹介

松川荘



- 氏名 湯澤佑香梨
- 趣味 音楽を聴く
スマホで写真
を撮る
- 私の宝物 家族

4月から松川荘の職員として働かせて
いただくことになりました湯澤佑香梨です。
慣れないことも多く大変ですが、自分らしく一
生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

ひまわり荘



- 氏名 大倉篤志
- 趣味 ドライブ・スキー
ツーリング
旅行

4月より、ひまわり荘運転手と社会福祉
センター管理人兼務で働かせていただ
きます。介護とは関わることがなかったの
ですが、皆様にご指導いただきながら
勤めさせていただきます。お願いします。

松川荘



- 氏名 北原彩香
- 趣味 何か作ること
- 私の宝物 子ども

4月からお世話になります北原彩香です。
7才、5才、3才の子どもがいます。好きなこと
は、色々作ったり、体を動かしたりすることです。
ディズニーも好きです。人見知りですが、よ
ろしくお願いします。

ひまわり荘



- 氏名 鈴木 守
- 趣味 アマチュア無線
(JRNIN)
- 私の宝物 144MHz帯
無線機

この度、松川町社協へお世話になる
ことになりました、鈴木です。前職は
飯田市の任用職員を拝命しておりました。
これまでとは少し異なる分野での挑戦
となりますが、皆様 にご支えてもらいなが
ら頑張ります。

松川荘



- 氏名 結城静香
- 趣味 音楽・食べると
物作り
- 私の宝物 家族友人猫

飯田市出身です。関東で就職・結婚・育児
をし、気づいたら数十年。4月に故郷へ戻っ
てきました。家族は関東にいます。猫と同居
しています。食べること、物作りが好きです。
よろしくお願いします。

松川町社会福祉協議会 行事予定

※開催については感染症の影響により、中止となる場合がございます。

- ◆いちごサロン 日時／6月13日(金)・7月16日(水)
午前10時15分～午後0時15分
場所／まつかわすたいるプラザ「ぶらっと」
会費 ありがとう
- ◆くらしの相談 日時／6月20日(金)・7月18日(金)
午前9時～正午

ありがとうコーナー

●松下 善幸 様

五〇、〇〇〇円

元氣と笑顔になれる場所”ハッピー”
の運営にご寄付いただきました

●匿名 様

五〇、〇〇〇円

地域福祉事業のためにご寄付
いただきました

くありがとうございました



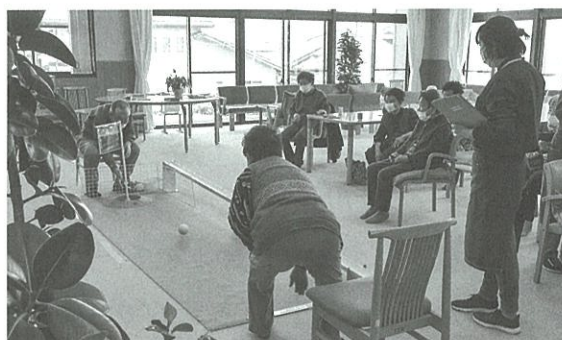
このマークがついた事業には、皆様にご協力いただいている社協会費が使われています。
いつもご協力ありがとうございます。

元氣と笑顔になれる場所



松川町社会福祉協議会では、シニア世代の皆様が心も体も元気に過ごせるよう、お元気デイサービス改め、新しいサービス”ハッピー”を4月より始めました。
心を込めたおもてなしと、楽しみながら健康づくりにつながる多彩なプログラムをご用意しております。

4ページに4月オープニングの様子を掲載しております。併わせてご覧いただけますと幸いです。職員もご利用者様も一緒になって楽しむ空気は”ハッピー”が大切にしているものです。皆様にもハッピーな空気を感じていただけたら… ✨



【ハッピーお問合せ】松川町社会福祉協議会 デイサービスセンターひまわり荘 ☎(0265) 36-2600



E・K

たまにはスマホを家に置き、飾り棚にあるカメラを持って、ゆつくりと季節を感じる時間を大切な人と作っていきたいと思った瞬間でした。

満開の枝垂れ桜の下で、仲睦まじい零円園気のご夫婦が、一組。カメラを片手にしゃがみ、右に左に動きながらシャッターボタンを押す。ご主人、奥さんが、ポーズを取り直すたび、お二人の笑顔がこぼれる。素敵なお夫婦だなと心が温まる気がしました。

ちおんば 職員のひとりこと