



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

2020年1月号 No.271

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

新年あけまして
おめでとうございまます

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのことと心から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対しまして、深いご理解と温かいご支援ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年は台風十九号の大雨が各地に大きな被害をもたらし、県内では千曲川やその支流の氾濫により広範囲な水害が発生しました。不自由な生活を余儀なくされている被災地域の皆様の一日も早い復興を心からお祈り申し上げます。

当町でも昨年八月中旬の大雨で「避難準備・高齢者等避難開始」の発令による避難や道路冠水、土砂流出などがありました。幸い大事には至らずに済みましたが、万一災害が発生した場合、被災初期には地域の人たちの助け合いが大きな力となるため、日頃のご近所や友人とのつながりがとても大事になってしまいます。

社会福祉協議会では生活支援コーディネーターを配置して、誰もが安心して住み慣れたところで

暮らし続けられるよう、支えあい、助けあいのできる地域づくりを進めています。以前行った「地域の支えあい・助けあいアンケート」では、雪かきや急病時のほか災害時に地域で手助けができると回答された方がたくさんいらっしゃいます。様々な地域の人たちが集まることによって、地域のできることや支えあいが大きく広がることが期待できます。

社会福祉協議会は本年も役職員一丸となつて、すべての方が安心して暮らし続けられる地域づくりを目指して努力をしてまいりますので、皆様の変わらぬご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、この一年が皆様にとりまして幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のあいさついたします。



社会福祉法人
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
マスコットキャラクター
オルニコットちゃん

令和元年度 下諏訪町包括的支援事業(町から委託) 下諏訪町地域包括支援センター講演会

48秒に1回笑いが起きる!

脳と姿勢が10歳若返る!

と話題の落語的リハビリテーション、「エアリハ」がついに下諏訪へ!!

落語 × リハビリ = エアリハ



2020年の初笑いは、「エアリハ」で!



動いて・笑って！

「つもり」で若返る頭と体
～エアリハってなに？？～

令和2年1月30日（木）

13:30～15:00

（13:00開場）

下諏訪総合文化センター小ホール

入場無料

手話通訳あり

町内在住の65歳以上の方なら
どなたでも参加いただけます。
お気軽にお越しください!!



ひなたてい あおい
講師：日向亭 葵 氏

理学療法士であり、エアリハ
の考案者。
介護予防を笑いで伝える専門
家として全国各地で講演会を行
い、好評を得ている。

問い合わせ 下諏訪町地域包括支援センター（下諏訪町社会福祉協議会）

TEL 26-3377 FAX 26-3322 (担当 日高)

台風19号の被災地、長野市へ 災害ボランティアバスを運行しました!!



令和元年10月の台風19号災害で、長野県では様々な地域が被害を受けました。

下諏訪町社会福祉協議会では、10月18日（金）、11月6日（水）、12月10日（火）に長野市へ災害ボランティアバスを運行しました。

長野市災害ボランティアセンターの指示を受け「泥出し」や「家財の運び出し」「災害ゴミの分別」などの活動を行いました。活動中には、被災された方から当時の様子などの話もありました。私たちと同じ長野県で起こった今回の災害に、今後も支援をしていけたらと思います。ご参加ありがとうございました。



※写真掲載の許可はいただいております。



社協健康教室

講座①：運動講座 講座②：生活講座

開催時間：午後1時30分～午後2時30分 ※事前申し込み不要

日	曜日	講座①運動	講座②生活	日	曜日	講座①運動	講座②生活
1	水			16	木	萩倉公会所	
2	木			17	金	菅野町会館	
3	金			18	土		
4	土			19	日		
5	日			20	月	子育てふれあい「ぽけっと」センター	高木公民館
6	月		子育てふれあい「ぽけっと」センター	21	火	富部公民館	
7	火		富部公民館	22	水	第九区公会所	
8	水		明新館	23	木	四王公会所	萩倉公会所
9	木		四王公会所	24	金		清水町公会所
10	金	清水町公会所	菅野町会館	25	土		
11	土			26	日		
12	日			27	月	高木公民館	
13	月			28	火		社東町公民館
14	火	社東町公民館		29	水		
15	水	明新館	第九区公会所	30	木		
祝日・年末年始や都合のため、講座の予定が 変更になることがあります。				31	金	※2019年12月30日～2020年 1月3日まで年末年始期間の ため、お休みです。	

日程や会場が変更になっている会場があります。ご確認ください。

問い合わせ：社協・生活応援センター TEL 27-8886

下諏訪町ボランティア連絡協議会

昔の遊びで もりあがろう!

1月26日(日)10:00~14:00

下諏訪町老人福祉センター 2階



お子さんから一般の方まで
どなたでも**大歓迎!**
わたしも遊びに行くよ♥

参加費
小学生以上
100円

10:00 オープニング



10:20 ふれあい遊びでもりあがろう!

「かるた」「トランプ」「花札」「おりがみ」「将棋」

「五目ならべ」「けん玉」「たこあげ」

「向陽高校ボランティア部のみなさん」



12:00 カレーライスふるまい



ボランティアさんの手作りカレーです

※数に限りがあります

12:40 たもん先生のすごい技コーナー



13:50 下諏訪町ボランティア連絡協議会 会長のお話

お問い合わせ 下諏訪町社会福祉協議会 社協・生活応援センター TEL:27-8886 鳴海