

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」は共同募金の
配分金で発行されています。

2022年6月号 No.300

発行人・濱 克典

編集・社会福祉法人

下諏訪社会福祉協議会

社協だより

らく らく 楽楽ウォッチ (活動量計) を使って、 楽しく効果的に運動してみませんか?

現在 258人の方々に
ご活用いただいています!

楽楽ウォッチとは...

外に出る機会や活動量が減りがちなコロナ禍に、皆様の健康維持・向上に活用
いただいています。歩数だけではなく、アクティブ歩数 (早歩きした歩数)、消費
カロリーなど、ご自分の運動した頑張りを“見える化”することができます。



町内4か所にある「楽楽スポット」では、歩数や活動量などの
データをグラフ化したものをご覧いただけます。(印刷可)

【楽楽スポット設置場所】

図書館・健康ステーション・
諏訪湖博物館/赤彦記念館・
老人福祉センター

ご使用者の声

1日の終わりに今日
の成果(数値)を見
るのが楽しい!!



今日はまだあまり歩い
てないから、もう少し歩
いてみようかな!とか、
数値が見えるので張り
合いになる!

NEWS



2月25日～3月21日には「オルニコットちゃん
の中山道踏破を応援しよう」というイベントを
行いました。オルニコットちゃんが参加者の合
計歩数で地図上を進み中山道を8回(1回
537km)踏破しました!

令和4年度も色々なイベントを考えています☆

らく らく 楽楽ウォッチ (活動量計) 販売中!

対象: 町内在住65歳以上

初回購入の方のみ 1,000円



(株式会社アコース 無線通信活動量計 AM550N)

〈ご購入希望・お問い合わせ〉
下諏訪町地域包括支援センター

TEL.26-3377

結婚について相談したい、そんな時には・・・

下諏訪町結婚相談所 へご相談ください



相談日：毎週土曜日 午前10時～午後3時 ※要予約

場 所：老人福祉センター 相談室

電 話：28-2827（相談日以外は、事務局27-8886）

※ながの結婚マッチングシステムへの登録もできます。

ながの結婚マッチングシステムとは

出会いのサポートとして『NAGANO ai MATCH』という
マッチングシステムを実施しています。

初回登録は相談所に来所が必要になります。

登録すると

- ♥ スマホ・PCからいつでもどこでも気軽に利用できます
- ♥ 相性の良いお相手をAIマッチングでご提案します



食料支援（フードドライブ）にご協力をお願いします

社協では、皆様からいただいた
食料のご寄付を活用して、
支援をしています。
ご家庭などにご協力いただける
物資がございましたら、
ご寄付いただけると幸いです。



ご提供いただきたい食品

- ・お米 ・缶詰 ・レトルト食品 ・乾物
 - ・カップ麺 ・お菓子 ・調味料
- ※全て未開封で、賞味期限が1ヵ月以上
あるものをお願いします。

フードパントリー 食品の配布をしています

団体・住民の方からご寄付
いただいた食料品などを、
必要なご家庭にお届けします。

配布対象：新型コロナウイルスなどの影響で、
収入が減少している世帯など
（下諏訪町在住者に限ります。）

申込方法：メールもしくは電話でお申し込みください

※メールの場合「名前」「電話」「住所」を必ずご記入
ください。詳細を返信いたします。

【お問い合わせ】

下諏訪町社会福祉協議会 地域福祉推進係（社協・生活応援センター）

電話：27-8886 メール：seikatsuouen@shakyo-shimosuwa.or.jp

あたたかなご厚志 ありがとうございます。

遺志金

2月

故 宮澤 憲朗 様 寄付 宮澤 英明 様
故 匿 名 様

3月

故 小川 昌志 様 寄付 小川 圭一 様
故 小松 康男 様 寄付 小松 浩二 様
故 永田 浩子 様 寄付 永田 陽一 様
故 匿 名 様

一般寄付

第10区高齢者クラブ連合会 様

物品寄付

久保田 昭 様 手ぬぐい
匿 名 様 衣類

介護用品
自転車

掲載していませんが、
多くの皆様から食糧支援の
ご協力いただいています。
ありがとうございました。

生活福祉資金特例貸付受付期間のお知らせ



特例貸付(緊急小口資金・総合支援資金)の受付期間が **令和4年8月まで** 延長されました。
(令和4年4月末 現在)

新型コロナウイルス感染症の影響で減収された世帯を対象に、「緊急小口資金」「総合支援資金」の特例貸付を実施しています。詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ先：社協・生活応援センター TEL.27-8886

※貸付の相談は、予約制で行っています。相談をご希望の場合は、予めお電話ください。
※食料の支援も行っています。お気軽にお問い合わせください。

下諏訪町地域包括支援センター

新入職員紹介

地域包括支援センター相談員の
両角実咲です。
初めてのことばかりで色々と
至らない点があるかと思いますが、
一日も早く皆様のお役に
たてるよう努力してまいります。
よろしくお願いいたします。



地域包括支援センター相談員の
野平智穂です。
みなさんが住み慣れたこの下
諏訪町で楽しみをもって望む
生活が出来るようお手伝いさ
せていただきます。
よろしくお願いいたします。



介護でお困りのことは
ありませんか？

下諏訪町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所

居宅介護支援事業所について

介護を必要とされる方に対し、介護支援専門員（ケアマネジャー）が、ケアプランの作成や様々な介護サービスを適切に利用できるように調整を行い、ご自宅での生活を支援します。

主な業務の内容

① ご相談・お問い合わせ

まずはお気軽にご相談ください。



③ ケアプランの作成

ご本人やご家族の状況や環境に応じたケアプランをケアマネジャーが作成します。



② 自宅訪問

ご自宅を訪問し、ご本人・ご家族の状況をケアマネジャーがお聞きし、適切なプランを考案します。



④ 介護保険サービスのご利用

サービス事業所との連絡調整や介護保険施設の紹介を行い、作成したケアプランをもとに介護保険サービスをご利用いただけるようにします。

⑤ モニタリング・見直し

月に1度ご自宅を訪問し、心身や生活等の状況を把握します。必要に応じてサービスの見直しを行います。



その他

介護保険に必要な手続きの代行を行います。



ご本人・ご家族からのお話を十分にお聞きし、どうしたらその方の望む暮らしが実現できるかを一緒に考えたいと思います。お悩みを抱え込まずに、ぜひ私たちにお聞かせください。

下諏訪町社会福祉協議会
居宅介護支援事業所
0266-78-3860