

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8月号 No.302

発行人・濱 克典

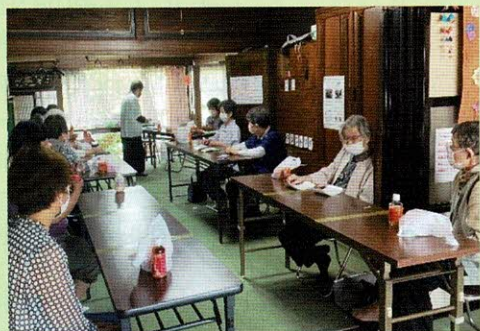
編集・社会福祉法人

下諏訪社会福祉協議会

社協だより

みんなで話すと楽しいね♪

コロナの影響で、お休みしていました“にこにこ談笑会”や“サロン”が、再開しました！
「久しぶりだねえ」と集まった皆さんの笑顔の花が咲いていました。



にこっとサロン



にこにこ談笑会



みにみにでいさーびす



ふれあいいきいきサロン

このような「集まり、語らえる場」に参加したい方は、ご連絡ください。
ご希望に沿った会場をご案内します。

● このページについてのお問い合わせは…

地域福祉推進係（社協・生活応援センター）

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



令和4年度 一般介護予防教室

後期(9月～3月)参加募集のお知らせ

一般介護予防教室は…

下諏訪町在住の65歳以上の方を対象に、運動等の機会を定期的に持つことで、体力や気力の維持向上を図ることを目的とした教室です。

[教室の一覧]

教室名	時期	場所	頻度
浮き浮き水中ウォーキング	9月～12月	AFAS	① 金曜日 午前中(1時間程度)
グッド楽健康トレーニング	9月～12月		① 水曜日 午前中(1時間程度) ② 金曜日 午前中(1時間程度)
あさがお健康トレーニング	10月～2月	諏訪湖畔病院	① 金曜日 午前中(1時間程度)
さんさん水中ウォーキング	10月～3月	グレイスフル 下諏訪	① 水曜日 午前中(1時間程度)
さんさんマシン	10月～3月		① 金曜日 午前中(1時間程度)
陽だまり横丁健康講座	10月～3月	陽だまり横丁	① 月曜日 午前中(45分程度) ② 月曜日 午後中(45分程度) ③ 水曜日 午後中(45分程度)

参加された方の声



みんなと顔を合わせながら教室に参加することは、何よりの楽しみです。

家でも資料を参考に、家族との会話の「たね」になったりして生きがいにもなっています。



教室の詳細い内容やお申込み方法などは、8月初旬に班回覧や新聞でお知らせいたします。

講座開催のお知らせ

連続講座 ～支え合い・助け合い・小商い～

「できることからヤッテミレバ！リレー」



講座では困りごとに対して「自分の生活の範囲で無理なくできることをする」「感謝の気持ちをお金でいただく」という、新しいご近所とのお付き合いを一緒に考え、実践します。

開催日程：① 9月10日(土)

② 9月17日(土)

③ 10月15日(土)

④ 11月19日(土)

場 所：下諏訪町老人福祉センター

対 象：・自分にできることがあるのかな？と思っている方

・下諏訪町在住の方 ・ご近所とつながりを持ちたい方



【参加者の声】

一歩前進できたことで、「次もできる」と前向きになれました。(70代)

地域の人とどのように関わっていくかが、少しわかった気がします。(30代)

動けば、繋がれるものだと思います。地域が好きになりました。(60代)

食料支援 (フードドライブ) にご協力をお願いします

食品をご寄付ください

社協では、皆様からいただいた食料を必要な方にお配りしています。
ご家庭などにご協力いただけるものがございましたら、ぜひご寄付ください。

ご提供いただきたい食品

・お米



・缶詰



・レトルト食品



・カップ麺



・お菓子



・農産物 など



※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。

※農産物については、鮮度の良いうちにお配りしたく、収穫する前にご連絡いただければと思います。

フードパントリー 食品の配布をしています



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)

● このページについてのお問い合わせは…

地域福祉推進係 (社協・生活応援センター)

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



地域交流 イベント

のお知らせ



楽しいイベントを開催します。ぜひ、お出かけください!!

昔の遊びでもりあがろう! “楽しいTIME”夏休みこどもひろば

日時・場所: 7月30日(土) 午前9時30分~正午 下諏訪町老人福祉センターにて
内 容: 楽しい夏の遊びなどを計画しています。



昔の遊びでもりあがろう!ミニ“何して遊ぶ?”宿題もできるよ

日時・場所: 8月3日(水) 10日(水) 午前10時~正午 下諏訪町老人福祉センター
8月5日(金) 12日(金) 午前10時~正午 コミュニティスペースにこっと
内 容: 昔の遊びで息抜きしながら、宿題もできる内容になります。

※どちらも詳細は、ホームページ、ちらしなどをご覧ください。



シルバーネット訪問で回っています。

在宅介護支援センターは、「ご高齢の皆さんの身近な相談窓口」として、町内の3事業所（下諏訪町社会福祉協議会・諏訪共立病院・グレイスフル下諏訪）に設置された町の事業です。

ご高齢の方がいらっしゃる世帯を中心に、福祉の専門職が訪問し、健康状態や生活状況をお聞きしながら、福祉や介護のこと、お身体のことなどのご相談をお伺いします。お話いただいた個人情報厳守しますので、ご自宅に伺いました際には、お気軽にご相談ください。

ご協力よろしくお願いいたします。

※在宅介護支援センター職員は、身分証明書として所属する法人が発行する「職員証」を携帯しております。



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）の受付期間は、令和4年8月末までです。



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。

※貸付の相談は、事前予約制です。

※食料の支援も行っています。

● このページについてのお問い合わせは…

地域福祉推進係（社協・生活応援センター）

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