

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。



2023年3月号 No.309

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

社協だより



コミュニティスペース にこっと

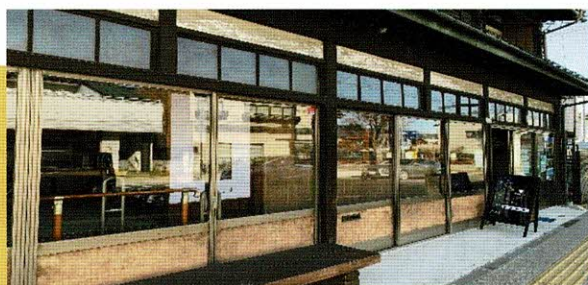
をご利用ください!

誰もが気軽に集まれる場所です。
お仲間との集まりや趣味の会などにご活用
ください。お車の方は友之町駐車場に停め
てください。

開館日: 平日(土・日・祝日除く)

開所時間: 午前10時～午後3時

利用料: 無料



あざみ号「大社通り四つ角」バス停そば



展示スペースがあります。
作品の展示希望の方も
募集しています。

現在活動中のグループ

※新型コロナウイルス感染状況によっては、変更・お休みの場合があります。
詳細はお問合せください。

月	にこっとサロン(第2・4週)
火	健康麻雀
水	ねこの手(裁縫を中心としたボランティア活動)
木	諏訪共立病院泉の会(体操)、クラフト講座
金	ヨガ(第1・3週)、健康マグネット吹矢(第2・4週)

4
月
スタート
予定

にこっと食べて健康に!

「にこっとT・K」

栄養士・健康管理士の矢澤律子さんが「食
べて健康になる」をテーマにおしゃべりをする
茶話会みたいな集りをはじめます。



開催日時: 4月以降の毎月第4金曜日 午後1時30分～2時30分
場 所: コミュニティスペースにこっと
対 象: 町内在住の方(年齢不問)

● このページについてのお問い合わせは…

コミュニティスペースにこっと ☎27-1703

下諏訪町地域包括支援センター

最近、外に出る機会や活動量が減っていませんか？

いつまでも
元気でいたい！

自分の足で
ススイ歩きたい！

体力・筋力をつけたい!!



らく らく
楽楽ウォッチ (活動量計) で
楽しく、効果的に歩きましょう!!



楽楽ウォッチとは

1日の歩数、1日の消費カロリー、早歩きした歩数
などがわかります。

(町内在住の65歳以上の方対象)



(株式会社アコース 無線通信活動量計 AM550N)
※自己負担 1,000円

ご使用者の声



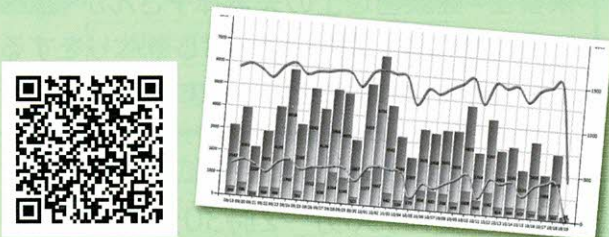
1日の終わりに今日の
成果(数値)を見るの
が楽しい!

今日はまだあまり歩いていないか
ら、もう少し歩いてこようかな!
とか、数値が見えるので張り合い
になる!



楽楽スポットでできること

データの保存・印刷をすることができます。
自分の頑張りが見える化して、運動に張り合いを
だしませんか?



↑スポットの場所はここから

YouTube

「オルニコットちゃんねる」にて、体操の動画や
下諏訪町の魅力を再発見する動画など、さまざ
まな情報を発信しています☆



←動画はこちらから

● 楽楽ウォッチ購入のご希望や、このページについてのお問い合わせは…

下諏訪町地域包括支援センター
☎ : 26-3377 FAX : 26-3322

あたたかなご厚志 ありがとうございます。

遺志金

10月

故 久保田訓市 様

寄付 久保田英樹 様

11月

故 秋山チヨ子 様
故 高木けさ子 様

寄付 秋山和美 様
寄付 高木美喜男 様

12月

故 林 和子 様
故 小口美すづ 様
故 田中 房男 様
故 藤森ふさ子 様
故 山田 修市 様

寄付 林 秀昭 様
寄付 小口 洋二 様
寄付 田中 範子 様
寄付 藤森 哲也 様
寄付 山田 利彦 様

一般寄付

匿名 慈雲寺花園檀徒会 様

物品寄付

数納 隆利 様 家電品
東洋羽毛北信越販売(株)長野営業所様 食料品
連合長野諏訪地域協議会 様 食料品等
諏訪地区労働者福祉協議会 様 食料品等
商工会議所女性会 様 食料品等
長野中南信いずみ会 様 車いす
匿名 介護用品・家電品

歳末助け合い募金

諏訪友の会 様
ボランティアサークルねこの手 様
下諏訪町連合婦人会 様
下諏訪町職員組合 様
慈雲寺花園檀徒会 様

掲載していませんが、多くの皆様から食糧支援・家電品のご寄付をいただいています。
ありがとうございました。

お墓まいりばす を実施します。

お墓まいりに行くことが大変な方の送迎をお手伝いします。ぜひ、ご利用ください。(要予約)

実施日：令和5年3月24日(金) (雨天時延期)

午前中を予定しています。送迎の時間はお申込み後にご連絡します。

※新型コロナウイルス感染症の状況で、変更になる場合があります。

内容：町内及び岡谷市内、諏訪市内の墓地への送迎

対象者：町内に居住し、町内及び岡谷市内・諏訪市内に墓地があり、

①60歳以上の方、及びその付き添いの方1人

②身体障害者手帳・療育手帳又は精神障害者保健福祉手帳を
お持ちの方、及びその付き添いの方1人

※車⇄お墓の移動に介助が必要な方は付添いの方の同行をお願いします。

定員：10人(お申込み多数の場合は、先着順となります。)



● 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

春バザーのお知らせ

延期していたバザーを開催します！

日時 3月1日(水) 10時～15時
3月2日(木) 10時～12時

(二日目は売り尽くしセールです)

場所 下諏訪町老人福祉センター2階集会室

このバザーの収益金は、「コロナ禍の中で、下諏訪町で生活にお困りの方への食料支援」を目的として活用させていただきます。

※コロナ対策のため、検温や手指消毒にご協力ください。
場合によっては入場制限をすることがあります。また、新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、再度日程変更をする場合があります。予めご了承ください。

～地域のチカラ持ち寄り企画～
雑巾を配布します！！

ぞうきん
プロジェクト

昨年度「ぞうきんプロジェクト」で町内の多くの皆様が縫ってくださった雑巾をご希望の方にお分けします。お役立てください。(在庫なくなり次第終了します)

対象 学校・保育園・幼稚園・職場等で雑巾が必要な方

サイズ てぬぐいタオル1/8サイズ
(保育園向き)

てぬぐいタオル1/4 (普通の雑巾) サイズ
(学校・一般向き)

配布場所 老人福祉センター (9時～16時)
セブンイレブン湖浜店・赤砂店



オルニコット
ちゃんが目印
です

※箱に入れて置いておきます。
必要な枚数をお持ちください。

令和5年度「ボランティア活動保険」のご案内

- ①ボランティア活動中の事故で、ボランティア本人がケガをした
- ②ボランティア活動中に他人に損害を与えたことにより、損害賠償問題が生じたなど、ボランティア活動時の事故を補償いたします。

保険料 (1人あたり) : 基本プラン 350円 天災・地震補償プラン 500円
特定感染症重点プラン 550円

補償期間: 令和5年4月1日～令和6年3月31日まで

※年度途中の加入の補償期間は、加入翌日から年度末 (令和6年3月31日) までです。

※ボランティア活動保険は、“年度ごとの掛け捨て”です。令和5年度分は、
令和5年3月から加入手続きができます。

加入窓口: 社協・生活応援センター 電話27-8886

ポイント

ボランティア活動保険のポイント

災害ボランティア活動を行う時は…

必ず天災タイプにご加入ください。
全国の社会福祉協議会で加入できますが、
被災地の負担を軽減させるため、
在住地などの社会福祉協議会
で加入をお願いしています。



新型コロナウイルス感染症への対応は…

新型コロナウイルス感染症についても、補償の対象になりました。ボランティア活動中にボランティア自身が罹患した場合に補償します。



詳しくは「ふくしの保険」ホームページ (<https://www.fukushihoken.co.jp>) をご覧ください。

● 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