

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。



2024年 11月号

No.329

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

ご近所の輪事業の「輪」が 少しずつ広がっています



ご近所の輪事業は、地域で暮らす中で、“ちょっとした生活の困りごと”を抱えている人と、“その困りごと、お手伝いできますよ”をつなげる事業です。
活動を通じて、お互いさまの気持ちによる助け合い活動を広げていきます。



○ご近所の輪事業は…

身の回りのちょっとしたお手伝いが必要な人と協力員(ご近所でお手伝いができる人)をつなげる、ご近所同士の助け合い活動を推進する事業です。
(ご近所に、登録している協力員がない場合は、お探しするところから始まります。)

○活動費

30分300円(チケット制。利用するには、事前にチケットを購入していただきます。)

○協力員がお手伝いする主な内容(例)

- ・ゴミ出し ・外出の付き添い ・灯油入れ ・雪かき(主に玄関まわり)
- ・草とり(※ご自宅敷地内 ※手作業でできる範囲) など



協力員さん 募集中!!

特に“雪かき”にご協力
いただける方、急募!!



これから寒くなると、「雪かき」のご相談が多くなります。
ご協力いただける方、ぜひご連絡ください!!

詳しくはこちら



● お問い合わせは 地域福祉推進係(企画推進グループ) ☎27-8886

いい日 いい日

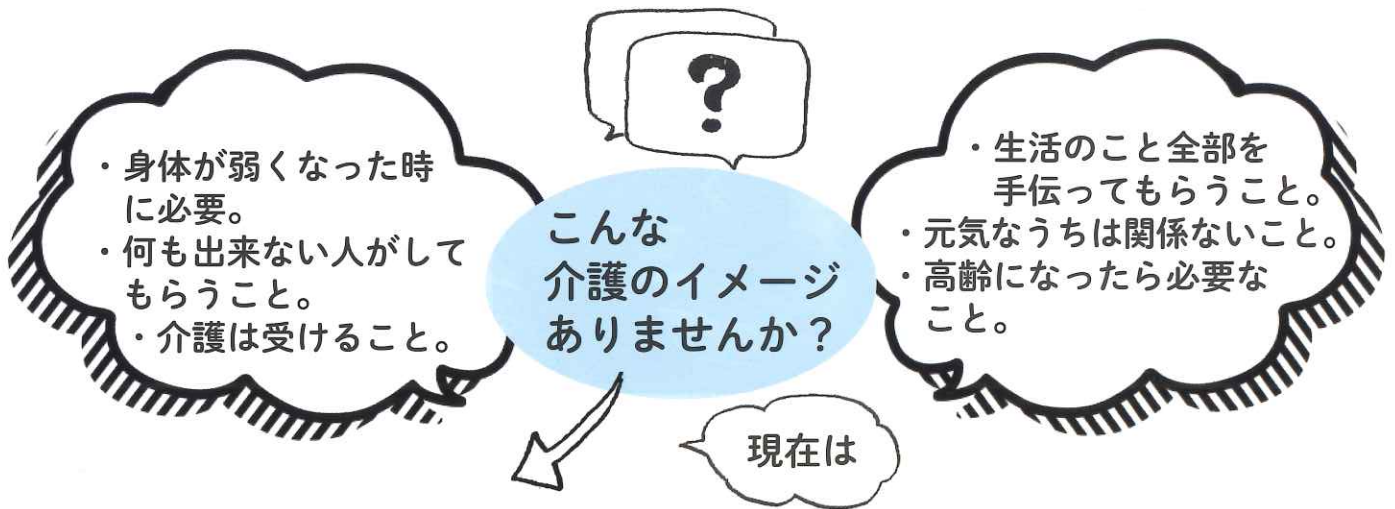
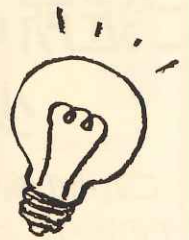
11月11日は『介護の日』です ～毎日、あったか介護ありがとう～

介護についての認識と理解を深める日です。介護について一緒に考えてみませんか？

「介護の日」は…

“介護について理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者及び介護家族を支援するとともに、利用者、家族、介護従事者、それらを取り巻く地域社会における支えあいや交流を促進する観点から、高齢者や障がい者等に対する介護に関し国民への啓発を重点的に実施するための日”とされています。

(厚生労働省HPから抜粋)



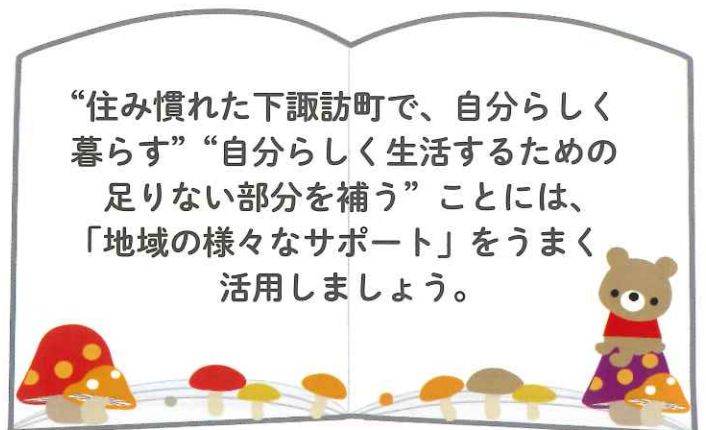
現在、介護で大事にされていることに「自立支援」があります。自立支援は、病気や加齢によって介護が必要になった方の意思や希望を尊重し、“自立した生活”ができるようにサポートすることです。

「自立した生活」は…

- ・可能な限りご自身のもっている力や能力（自分らしさ）を活かせる生活
 - ・私らしさが大事にされる生活
- です。



“住み慣れた下諏訪町で、自分らしく暮らす” “自分らしく生活するための足りない部分を補う” ことには、「地域の様々なサポート」をうまく活用しましょう。



◆地域にはさまざまなサポート(制度など)があります◆

身体や心の状態に合わせ、「自立した生活」を実現するために、
自分のもっている力や出来ていることを続けられるように、
様々なサポート(制度)があります。

自分の生活にサポートが必要になる可能性は、誰にでもあります。
その時に備えて、こういったサポートが地域にはあるのか、日頃から知って
おくことも大切になります。



生活お役立ちサイト
にこっとぐらしナビ
しもすわ



にこっとぐらしナビしもすわは、“下諏訪町の生活や福祉
に関する情報を集約するサイト”です。

ぜひ、ご活用ください。

また、「サイトに掲載する情報」も、随時募集しています。

サイトURL
[https://www.
navi-shimosuwa.jp](https://www.navi-shimosuwa.jp)



サイトは「にこら」

介護者になるということは、特別なことでなく、誰もがなりうる身近なことです

例えば、こういった方が、あなたの周りにいませんか？



- ・健康に不安を抱えながら高齢者を介護している。
- ・仕事を辞めてひとりで親の介護をしている。
- ・障がいのある子どもの子育てをしている。
- ・障がいのある人の介護をしている。
- ・仕事と病気の親の看病で自分の時間がもてない。



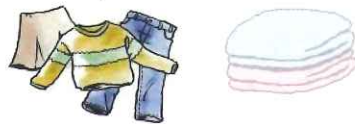
もし、身近にこういった方がいた時は、
あいさつをする、話をきくなどそれだけでも
気分が楽になることもあると思います。

ケアが必要な方だけでなく、介護者も個人として
尊重され、孤立することなく、生活を送ることが
できるよう地域全体で支えていきます。



地域福祉推進係（地域包括支援センター）相談支援グループ ☎26-3377

バザー物品提供 のお願い



ご提供いただけるものがございましたら、
社会福祉協議会にご持参ください。
(お電話いただければ、取りに伺います。)

タオル・シーツ・衣類・靴・カバン など

※原則「新品」「未使用品」でお願いします。

[お受けできないもの]

・食器・陶器・古着・中古品・破損している物

押し入れや倉庫に眠っている贈答品や、せっかく
買ったけど、使っていないものなどございましたら、
ぜひ、お寄せください。

※物品の状態・募集状況によっては、お断りすることもあります。

※バザーの日程は検討中です。



食料支援 (フードドライブ) にご協力をお願いします

食糧品を
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。

電化製品 にご寄付ください (以下の物を集めています。それぞれ1~2つずつ)

扇風機



炊飯器



電子レンジ



冷蔵庫(単身用)



洗濯機

コンロ

(LPガス用、都市ガス用、IH用)

※故障や汚れがひどい物等、引取りができない場合がありますので、**事前に動作確認等**を
してください。保管倉庫の状況では、お断りする場合もございます。

地域福祉推進係 (企画推進グループ) ☎27-8886