

# ララだより



No.230

5月号

令和6年5月5日発行  
社会福祉法人 中野市社会福祉協議会  
URL : <https://www.nakanoshi.net>



## 「心の中のバリアも取って…」

### 車いす体験と正しい介助法 ・高齢者疑似体験

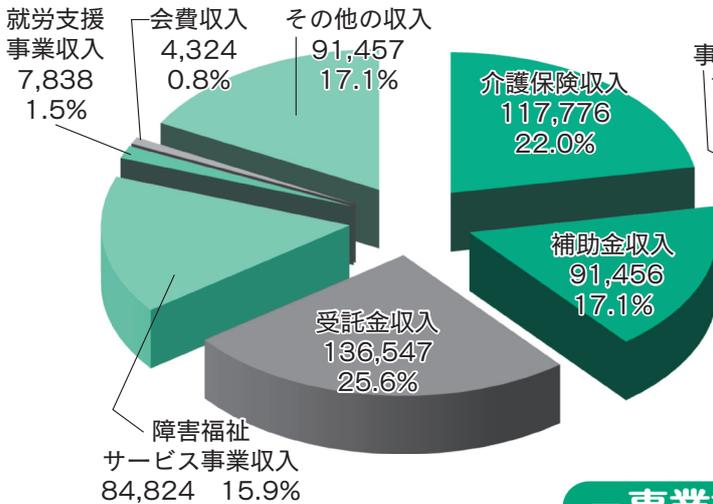
3月6日、社協職員が講師となり、介助する側・される側を体験しながら必要な介助とはどんなものかを学んでいただき、車いす体験と高齢者疑似体験の講座を開講しました。車いす体験では車いすを押した経験はあるけれど乗った経験はない方がほとんどで、車いすから見える目線の違いやスピードの感じ方、段差や坂道などの介助の仕方等を体験していただきました。普段何気なく歩いている道も車いすに乗ってみると、数センチの段差等も車いすが引っ掛かりタイヤからは振動が伝わってくることや、介助する側が次の動作を声掛けすることで介助される側も心の準備ができ、不安感の軽減につながることを体感されました。「母が歩けないので、これから春になり外へ連れ出そうかと思いました。勉強になりました。」「バリアフリーの改善が急務（補助器具等の改善 etc を含め）公共施設、個人住宅等、弱者を考慮した生活しやすい室内づくりを考えたい。」との感想をいただきました。高齢者疑似体験では、加齢とともに筋力が低下し関節などが動きにくくなった状態をサポートや重りを使い、80歳や90歳になった時の心身の状態を体感しながら階段の昇降、手袋やサポートを装着した状態で上着のボタンをはめてみる等、高齢者の生活動作を体験し、どんな介助や声掛けをされると安心できるのか、また介助する側は、相手のペースに合わせて介助することができたか、どんな声をかけたらよいのか等、二人一組となり交代しながら体験していただきました。

受講者からは「自分の父母のためにも、もう少し早く身につけたかった。」「年を重ねていくと、今日の体験がよくわかると思います。家族に麻痺の人がいるのでより一層配慮していきたいと思いました。」との感想をいただきました。体験したからこそわかるお互いの気持ち、思いやりのある優しい介助で活躍の場を広げていただけると、とてもうれしいです。

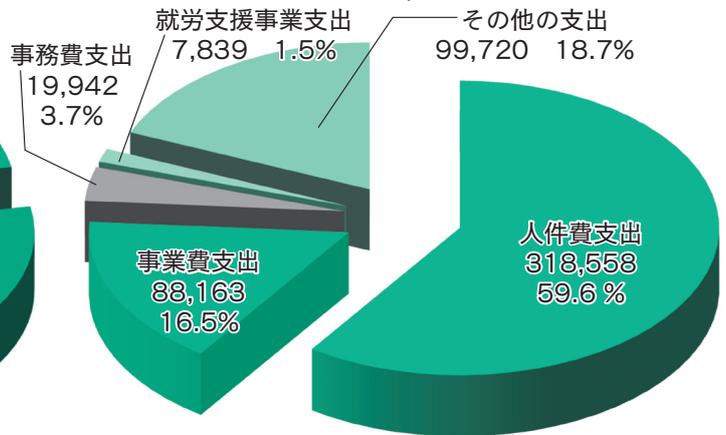


# 令和6年度 中野市社会福祉協議会会計予算概要

## 収入 534,222千円



## 支出 534,222千円



(単位：千円)

## 一事業計画一 (抜粋)

令和6年1月1日に発生した能登半島地震は各地で甚大な被害を及ぼし、長野県北部でも震度5弱が観測されるなど災害は時と場所を選ばず発生することを改めて痛感する年明けとなりました。災害で助かった命も、その後の避難生活のリスクによる災害関連死も大きな課題の一つとなっており、地域のつながりが失われると関連死が広がるおそれがあり、互いに声を掛け合い体調の変化に注意して、つながりを維持していくことが犠牲となる方を1人でも防ぐ対策の一つとされています。

日頃からつながりのある地域は災害時にも助け合うことが出来る地域とされており、「いつまでも安心して住み続けたいまち」「災害にも強い地域づくり」を実践していく中で、地域に暮らす人々と共にどんな地域づくりを目指すのか、社会福祉協議会としての存在意義を見つめなおし、役割を果たすことが求められています。

中野市社会福祉協議会では、地域に暮らすすべての人が役割を持ち、誰もが困った時には支えてもらい、一方で自分のできる範囲で誰かを支えることができる「地域共生社会」の実現のため、行政や関係機関と協力して地域福祉を推進してまいります。地域住民、民生児童委員、ボランティアグループなど地域福祉に関わるすべての人たちとのネットワークを強化し、地域に密着した福祉サービスの提供、地域福祉の向上、住民同士による支え合いや助け合いが円滑にできる地域社会の構築を目指します。

## 重点推進項目

### ① 地域福祉

地域住民が住み慣れた地域において安心して住み続けるためには、近隣住民及び福祉ボランティアの活動による支え合いや助け合いが当たり前に行える地域社会を構築することが大切であり、また、すべての住民が地域との良好な関わりやつながりを持ち続けることが今後ますます大切になると考えます。これらのことを実現するために、まるっとなかのフェスや社会福祉大会の開催、ふれあいサロンへの運営支援や情報提供、生活困窮者等の支援のためのフードバンク事業、子どもの居場所作りとして子どもカフェ、子ども食堂等の活動の啓発及び支援、災害発生時に被災者の援護が速やかに行えるよう、訓練や啓発活動、人材育成等を行います。また、まいさぼ中野では、生活や就労などでお困りの方を対象に総合的な支援を行います。

### ② 障がい福祉

障がい者の日常生活及び社会生活等、障がい者を取りまく環境は、めまぐるしく変わってきています。障がい者に対する住民理解を深めるとともに、障がい者(身体、知的、精神)や家族にさまざまな情報発信を行い、自ら活動できるよう支援事業の展開を図ります。

### ③ 介護保険

介護保険事業は、令和6年4月から3年に一度の介護報酬改定が予定されており、利用者の自立支援・重度化防止を効果的に行うための取り組みの連携が一層求められ、科学的介護の推進が標準化される方向性にあります。当法人においては、中野市デイサービスセンターさくら譲渡に関する参加表明を行い、最適候補者に選定されています。今後の事業経営については、競合する事業所の増加、介護人材の不足等により、厳しい経営環境が予想されています。安定した事業経営が継続できるよう、事業実績の分析を行い、目標、理念を全職員が共有し、職員が一丸となることで、利用者に満足いただける質の高いサービス提供に努め、利用者を選択いただける事業所になれるよう努めます。

# ～赤十字は、動いてる!あなたと想いをひとつにして～

## 赤十字の活動資金へのご協力をお願いします!!

日本赤十字社長野県支部中野市地区では、区長会を通じて赤十字の活動資金のご協力をお願いしております。

皆様にご協力いただいた活動資金は、災害救護や社会福祉、赤十字ボランティアの育成、いのちを守る講習の普及、地域奉仕団や青少年の健全育成といった様々な人道的活動に取り組んでおり、この活動は広く一般の皆様からご協力いただいている活動資金によって支えられています。

また災害義援金につきましては、直接被災地へ全額届けられ、被災された皆様の生活再建のために使われています。

詳細は、全戸配布いたしました赤十字のチラシをご覧ください。赤十字の活動は、すべて皆様の自由意思による活動資金で支えられています。



<金井区赤十字奉仕団 炊き出し訓練の様子>



## 元気の出るまちづくり応援事業

### 赤い羽根共同募金公募配分事業 申込み募集のご案内

#### 1 助成対象事業

中野市を元気の出るまちにするための地域福祉活動を助成対象といたします。

皆さんの自由な発想をご提案ください。(団体事務費は対象外)

- 例) 地域住民相互の交流活動、子どもに関する活動、高齢者に関する活動、障がい者に関する活動、その他あらゆる地域福祉に関する活動などを対象とします。

具体的には  
こんな  
活動が...

地域住民の遊び場づくり、中高生の福祉活動体験、障がい者スポーツ交流、三世代交流、子育て支援活動、福祉施設でのボランティア活動、福祉に関する情報誌の作成 等

\* 対象事業は、令和7年3月中旬までに終了・精算が完了するものとします。

#### 2 助成金額

総額16万円(5万円×1団体、3万円×3団体、1万円2団体の計6団体を予定。)

\* 1団体1事業に限ります。自治会組織は除きます。

#### 3 申込方法

4月下旬から5月中旬に社協事務局および公共施設等に配布されるチラシをご覧くださいの上、説明会への参加申込をお願いします。説明会参加申込書に必要事項をご記入のうえ、当協議会までお送りください。(FAX、メール可。チラシは社協HPからもダウンロードできます。)

\* メールでお申し込みの場合は、件名に「元まち説明会参加申込み」と記入し、メールの送信漏れがないようメール送信後、業務時間内(平日午前8時30分～午後5時15分)に電話でご一報ください。

\* 説明会への参加がないと申請申込ができませんので、ご承知おきください。

#### 4 事前説明会申込期間

令和6年4月25日から5月17日(当日消印有効)

※詳細等につきましては、中野市社会福祉協議会(Tel 26-3111)までお問い合わせください。



### ふれあい相談(無料)

| 相談名              | 担当者        | 期 日               | 時 間                 | 場 所 |
|------------------|------------|-------------------|---------------------|-----|
| 心配ごと相談           | 社協職員       | 月～金               | 午後1時30分～<br>午後4時30分 |     |
| 法律相談<br>(予約制)    | 弁護士<br>相談員 | 5/20<br>6/3, 6/17 | 午後1時30分～<br>午後3時30分 |     |
| 福祉相談<br>ボランティア相談 | 社協職員       | 月～金               | 午前9時00分～<br>午後5時00分 |     |
| 結婚相談<br>(予約制)    | 結婚相談員      | 月～日               | 午後5時00分             |     |

**福祉ふれあいセンター**  
TEL26-3111

### ～つながっているよ、“温かいキモチ”～

在庫整理ボランティア、ご協力ありがとうございます!

昨年より、フードバンク事業における在庫整理を、ボランティアグループ“たんぽぽ”の上野全さん、“なかの子ども食堂”の高木みどりさんにご協力いただいております。



本事業の在庫整理は、市民の皆さまからいただいた大切な食品を適切に管理するために必要不可欠であり、大変助かっております。今後ともよろしくお願いいたします。この他にもボランティア活動にご興味のある方は、中野市社会福祉協議会へお気軽にご連絡ください。

### ～次回フードドライブのお知らせ～

- 日時：6月4日(火)、7月2日(火)  
午前9時～11時(毎月第1火曜日)
- 場所：中野市役所玄関
- 提供していただきたい食品：
- 原則、賞味期限が1カ月以上あり未開封の物。常温保存が可能な物。(生鮮食品、酒類は不可。)
- ※上記の期日以外にも、中野市社会福祉協議会では随時食品の提供を受付しております。
- お問合せ先：中野市社会福祉協議会 TEL26-3111

### 開催のご案内

### 第32回北信地区障がい者スポーツ大会

この大会は、障がい者がスポーツを通じて親睦及び体力の維持増進を図るとともに、自立と社会参加を促進し、もって障がい者福祉の向上を図ることを目的に約5年ぶりに開催します。今年度は、誰もがスポーツを楽しむことができることを知ってもらおう体験会を予定しています。



- 日時：令和6年6月15日(土)  
9時00分～11時55分
- 場所：飯山市長峰スポーツ公園内  
飯山市民体育館
- 内容：ポッチャ及び  
フライングディスクの体験



- 申込締切：令和6年5月22日(水)
- ※申込み方法や送迎方法等詳しくは、中野市役所福祉課障がい福祉係(Tel 22-2111)まで直接お問合せください。

### ご芳志ありがとうございます

- ・株式会社北山商事 様  
600,000円



### 申込み・お問合せ先 ◆中野市社会福祉協議会事務局

TEL 26-3111 (代表) FAX 23-1662  
中野市大字西条70番地1  
(中野市福祉ふれあいセンター内)  
E-mail : syakyo@nakanoshi.net  
URL : https://www.nakanoshi.net  
◇福祉ふれあいセンター 26-3111 (代表)  
○身障センター ○竹馬 TEL 23-1040 ○いちご学園  
◇ぴあワーク TEL 23-1100 FAX 38-0858  
◇りんごの木 TEL 22-8177 FAX 38-1185

- ◇青りんご TEL 38-0023
- ◇いこいの里 TEL 23-0151 FAX 38-0157
- ◇ふたば TEL 38-0966 FAX 23-1710
- ◇まいさぼ中野 TEL 38-0097
- ◆介護保険事業局 TEL 24-0165 FAX 23-1710  
○ケアマネ TEL 24-0165 ○ヘルパー TEL 24-7488  
○さくら TEL 38-3866
- ◆豊田支所 TEL 24-3032 FAX 38-3878  
◇福祉ふれあいセンター永田分場 TEL・FAX 38-3770  
○たんぽぽ