

# ララだより



No.233

8月号

令和6年8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>



## 災害が発生したらどうする？

—豊田地区日赤奉仕団研修会—



**日頃の実践経験が人を救う** 6月12日、豊田地区の日赤奉仕団研修会が豊田公民館にて開催され、赤十字健康生活支援講習指導員の小橋信子さんを講師にお迎えして「災害が起こった時あなたが支援できること～日頃からの防災意識と準備～」と題してご講演いただきました。講演では、まずは自分の身を守るためにハザードマップを確認すること、避難誘導するときは危機感を持っていただくようにあえて強めの口調にするのがよいこと、日頃からの準備として携帯の充電がなくなっても大丈夫なように緊急連絡先等大事なものはメモ（紙媒体）にしておくこと、避難生活において車中避難ではできる限り平らにして休む、避難所では食中毒・感染症・熱中症対策の他、ペットの持ち込みは禁止の為日頃からケージ等の準備が必要であるといったお話をいただきました。特に冬期間における避難所での健康を保つためのキーワードは、T（トイレ）、K（キッチン）、B（ベッド）、W（ウォーム）だそうです。

小橋さんが繰り返しおっしゃっていたのは、たとえ頭ではなんとなく理解していても、実践したことがなければ、いざというときに急にはできない。日頃から災害を想定して訓練することが何より大事であるということでした。講演後の各分団に分かれてのグループワークは、初めて顔合わせされる方もおられ、貴重な機会となったようです。小橋さんのアドバイスのもと、分団としての役割や発災時どんな対応をするのか等を話し合い、予定されている防災訓練で実施する内容をそれぞれ確認されていました。

## 豊田各地区で実践 防災訓練開催!!

中野市社会福祉協議会には日赤中野市地区の事務局があり、日赤奉仕団の炊き出し訓練の支援をさせていただいています。

防災訓練に参加された日赤奉仕団の皆さんは、豊田地区日赤奉仕団研修会の学びを生かして「失敗してもいいので、まずはやってみる。」「いろんな方法を試してみる。」ということを炊き出し訓練で実践されていました。永田地区につきましては、今年度は9月1日に中野市の防災訓練と合同での開催を予定されています。

1年交代の役員の方もいらっしゃいますが、この経験をぜひ次の方にも繋いでいっていただきたいです。



### 上今井地区

上今井地区では6月30日に、上今井公民館を災害対策本部として、千曲川の氾濫及び本沢川の逆流に伴い住宅への浸水の恐れがあると想定し、約70名ほどの参加者で災害報告訓練、上船場橋ゲート設置訓練、用水悪水払い訓練の他、消防署によるAED使用訓練等が行われました。その中で日赤奉仕団は、上今井区所有の釜でハイゼックスを使用した炊飯と公民館にある炊飯器を使用したおにぎりを作る訓練を丸山会長さんが中心となって実施されました。小林上今井区長さんが用意されたおにぎり型が活躍し、炊きたてのご飯をすぐに握ることができ団員に大好評でした。

### 豊津地区

豊津地区では、7月13日の訓練に先駆けて7月1日に緊急連絡網の実践も加え、清野豊津地区区長会長さんの呼びかけにより、例年の参加者の他に伍長・組長・班長さんや一般の方にも広く声掛けをして80名を超える方が訓練に参加しました。実際の避難場所になっている豊田公民館を会場に、避難所開設訓練、要支援者の救助・避難訓練、防災ボランティアさんの講話、市福祉課による個別避難計画作成の説明等がありました。日赤奉仕団による炊き出し訓練は、丸山分団長さん、沼田会長さんが中心となって、団員が持ち寄った炊飯器を使用して公民館の数部屋からの電源をとり、おにぎりを作りました。上今井で使用したおにぎり型を豊津でも使い、炊飯の間、日赤の担当職員からハイゼックスを使用した炊き出しのご紹介もさせていただきました。



## 「地域×こどもの居場所」ってどんなところ?

7月19日に、北信合同庁舎講堂にて、「地域×こどもの居場所づくりセミナー」を開催しました。昨今、長野県内では「こどもの居場所づくり」が盛んに行われており、北信管内でも子どもを中心に据えた居場所づくりを推進するために、北信地域振興局と共催での開催としています。

実際にこどもの居場所づくりに携わっている方から、始めたきっかけやこれまでの経過等を対談形式でお聞きし、地域におけるこどもの居場所づくりの理解を深めました。

セミナー後半の交流会では、地域にあったらいいなと思う居場所や参加者の皆さんの思いや悩み、これから自分にも取り組みそうなことについて話し合いました。参加された方からは「地域のことを考えている方がこんなに多くて驚いた。」「色々な方の話を聞いて自分の地域での活動に繋げていきたい。」と前向きな声も聞かれ、これからも社協は地域の皆さんの思いに寄り添いながら活動のお手伝いをしていきたいと思えます。



# ハッピーカムカムこども食堂 ~7月21日(日)開催~

これまで西條研修センターで実施していた「ハッピーカムカムこども食堂」が、今回から場所を変え、高津急送様の倉庫で開催されました。

当日はとても暑い日でしたが、中野市内外から65名を超える幅広い世代の参加者の方が来られていました。またボランティアさんは、小学校2年生と中学3年生のお子さん、料理や手芸が得意な方々がおり、皆さん大活躍されていました。

食事は、ご寄付で集まった食品を使い、ボランティアさんがお好み焼きやおにぎり、チョコバナナなど、数えきれないほどのメニューを作っていました。出来上がった料理がカウンターに運ばれるとたくさんの参加者さんが取りに来られ、おいしそうに召し上がっていました。また、遊び場やソファでくつろげる場所などもあり、皆さん楽しそうに過ごされていました。次回は8/18で、宅老所の「ひなたぼっこ」とコラボして開催予定。主催の島田さんは「学生ボランティアさんにも参加してもらって、さらに地域交流を深めていきたい。」とお話しされていました。



## 元気の出るまちづくり応援事業助成グループが決定しました!

元気の出るまちづくり応援助成金に多くの団体からご応募いただきありがとうございました。

選考の結果、下記の団体に総額15万円の元気の出るまちづくり応援事業として助成いたします。決定を受けた各団体は、この助成金を効果的に活用し、それぞれの地域福祉活動を推進していただいております。

50,000円 (1団体)	●自主活動グループおとまち倶楽部
30,000円 (3団体)	●特定非営利活動法人 信州ふるさと郷育ネットワーク
	●シニア東会
	●太陽と月のスタジオ
10,000円 (1団体)	●れんげ草



この助成金は、昨年皆様からご寄付いただいた赤い羽根共同募金の配分金を活用しております。

## 豊田小3年生とデイサービスセンターさくら

交流会  
を  
しました!

6月25日、豊田小学校3年生の児童の皆さんが、福祉学習の一環としてデイサービスセンターさくらにいらっしゃいました。

交流会に入る前には、職員から様々な福祉器具（特殊浴槽、車いすやシルバーカー等）の説明をさせていただきました。実際の浴槽を見たりシルバーカーを押してみたりする中で、初めての体験に「体が不自由な人が寝たまま浴槽に入れる。」「ケガをしたときと車いすが違う。タイヤが小さい。」といったさまざまな気付きをされ、メモをとられている皆さんの姿が印象的でした。

その後はデイルームに移られ、この日のために一生懸命準備されてきた歌やゲームをさくらの利用者さんに披露されました。最初はお互いに緊張している様子でしたが、次第に打ち解け、一緒にとよた音頭を踊ったり、利用者さんも児童の皆さんに声をかけたりと、楽しい交流会となりました。



### 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～ 午後4時30分	
法律相談 (予約制)	弁護士 相談員	9/2, 9/17 10/7	午後1時30分～ 午後3時30分	
福祉相談 ボランティア相談	社協職員	月～金	午前9時00分～ 午後5時00分	
結婚相談 (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



## パソコン作業でお困りの方へ 必見!!

「地区の回覧文書やサロンのチラシを作りたいのにパソコンやプリンターがない」  
「ホームページや文書を作りたいけど、最初の一步が踏み出せない」等々、パソコンに関する様々なお悩みのある方必見です!!

中野市ぴあワーク就労支援施設では、文書やチラシの作成からホームページの作成まで、地元で頼れるサポートを提供しています。データ作成、印刷まで丁寧な仕上げをお約束します。どうぞお気軽にご相談ください。

- 料金：文書作成 1,000 円～ チラシ作成 1,500 円～ ホームページ作成 3,000 円～
- 問合せ先：中野市ぴあワーク就労支援施設 TEL23-1100  
中野市三好町 2-4-48 (業務時間 AM9:00～PM4:00 土日祝日除く)



### 中野市フードバンク事業

#### ・制服等リサイクル事業指定寄付金

- 匿名様 (横浜市) 50,000 円

※フードバンク、子ども食堂等の取り組みに役立たせていただきます

### ご芳志ありがとうございます

- 荒井バラ園様 バラ
- 匿名様 タオル



### 「フードドライブ」にご協力をお願いします

- 日時：9月3日(火)、10月1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。)
- 問合せ先：中野市社会福祉協議会 TEL26-3111



#### 中野市社協 Instagram



### 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
  - たんぼぼ