

ふれふれ

「ふれふれ」には、人と人のふれあいとボランティアを
応援する(フレフレ)という願いが込められています。

2019春 No.83

平成31年3月

発行

社会福祉法人上尾市社会福祉協議会
ボランティアセンター

上尾市大字平塚 724 番地
TEL 048-773-7155 FAX 048-772-8647

Mail ageo-sha@mb.jnc.ne.jp

URL http://www.ageo-shakyo.or.jp/

いつまでも、元気に、いきいき暮らす!



地域交流サロンの取り組み

「健康寿命」という言葉をご存知ですか?

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。この、健康寿命と平均寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があります。

この差は、介護などが必要となる期間となります。この差を縮めることが、いつまでも健康でいきいきとした生活をつなぐことにつながります。

そして、身体の機能が衰えてしまう要因のひとつは、筋力の低下といわれています。「健康維持のために歩きましょう」という言葉はよく聞くものですが、毎日一人で運動するのはなかなか継続しないものです。

一人では難しいことでも、仲間との交流を持ちながらであれば、楽しく健康を維持しているのではないかと、地域交流サロンでの取り組みが始まっています。

地域に暮すみんなが主役

～西上尾第二団地支部『いきいき教室』～



サロンは身近な仲間をつなぐ場

地域交流サロンは、地域にお住まいの住民が気軽に集える場所をつくることを通じて、地域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」をするための活動です。

最近では、ご近所であいさつをする機会や玄関前での立ち話など、ご近所同士がコミュニケーションをとることが減ってきており、高齢者をはじめ様々な世代間において交流する機会が少なくなっています。

サロンはそんな地域の方たちが参加し、定期的集まることで顔なじみの輪を広げ、いきいきとした楽しい生活を送ることを目的としています。

住み慣れた自宅ですっと暮らしたい

西上尾第二団地支部のサロン『いきいき教室』には、月2回、高齢の方40人程が集まります。運営は、民生委員を中心とした福祉委員の方々が行います。

お茶を飲みながらのおしゃべりはもちろん、運動やレクリエーション、手芸などその日の内容や準備は福祉委員が手作りで用意しています。雨の日でも、ほとんどの方が休まずに集まります。

このサロンを始めたのは平成3年から。高齢になってもずっと住み慣れた自宅で暮せるように、「住民同士で、お互いにできることはあるはず」という思いからスタートさせました。

健康寿命を延ばすためには・・・

昨年からは、安心して暮せる地域とは、「住んでいる人たちが元気でいられる地域であること」と、上尾市リハビリテーション連絡協議会に所属する、理学療法士や作業療法士の方々に支援をしてもらいながら介護予防にも取り組み始めています。

地域交流サロンでも取り組みやすい運動やレクリエーションのメニューを提案していただき、ただ身体を動かすだけではなく、より効果のある動かし方などを学び、『いきいき教室』に活かしています。

いきいき教室 健康の秘訣

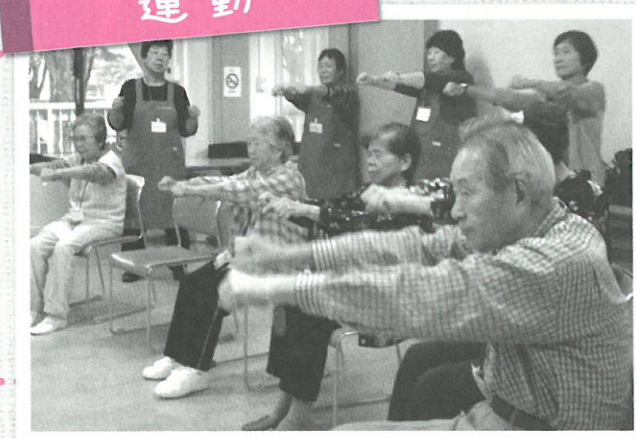
コミュニケーション



お茶の時間は、グループごとにテーブルを囲みます。『じゃあ、認知症予防の時間！たくさん話をしなくちゃ』という一言に笑いが起きます。

サロンで手作りした「生き生きノート」を書きながら『この漢字ってどうやって書くんだったかしら』『人偏の・・・』『ああ思い出した』『普段、字を書かなくなったから、いい脳トレよ』と、会話がはずみます。

運動



『去年の今頃は入院していたのよね。』ベッドから落ちて、肩を脱臼してしまった方が教室にはいらっしまいました。今も腕が上がりにくい様子ですが、サロンに出かけてくることもしハビリの一環で『一人じゃなかなか身体を動かさないから、近くにこういう場所があるから元気でいられる』と話してくださいました。

食事



『家に帰っても一人だし、お昼はお菓子で済ませてしまうときがある』という言葉スタッフの一人が耳にした事をきっかけに、月に1回だけでもみんなと昼食をとる日を作ろうと、軽食を出し始めました。

定番は80gのおにぎりが2個とお味噌汁。時には、スタッフの方のお土産のかまぼこや季節の果物なども並ぶこともあります。

上尾市社会福祉協議会 西上尾第二団地支部

～西上尾第二団地は、上尾市内でも高齢化率の高い地域です。どうすれば住民にとって、住みよい場所となるかということに早くから取り組んでいる地域でもあります。～

【支部事業】

- いきいき教室
- 歌の集い
- オレンジカフェぱらっと
- 見守り活動
- 団地サービス友の会 他

【問合せ】

西上尾第二団地自治会事務所内
電話/FAX:726-8016

まだまだあります。あなたの街の

サロン活動。



上尾市内には、自治会やボランティアグループが主催する地域のサロンがたくさんあります。

今回は、誌面の都合で一部のみのご紹介とさせていただきます。

春日倶楽部

春日

みんなの息もぴったり! タオル体操



開催頻度	毎月第3木曜日
開催時間	14:00 ~ 16:00
会場	春日記念会館
参加費	100円/1回
対象者	75歳以上(単身・高齢者のみ)、子ども、地区住民
協力者・係っている人	区長、民生委員、ボランティア
運営主体	春日事務区

「誘いの声にこたえてみて〜♪」地域の方が作られたテーマソング「春日倶楽部の歌」の大合唱でサロンがスタートです! 伴奏は、スタッフの生演奏。

毎回行っている「みんなで体操」のコーナーでは、脳トレや、お口の体操、タオル体操をし、頭・顔・体を元気に動かしています。

年数回、富士見小学校の子どもたちと世代間交流も行っています。「地域の皆さんと、お茶を飲み、語って 歌をうたって楽しいね♪」とテーマソングの歌詞にもありますが、子どもから、高齢者まで、みんなが笑顔で楽しめるサロンです。



本町5・6 ふれあいサロン

本町5・6丁目

みんなで楽しくお茶しよう

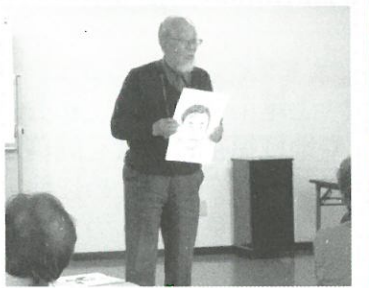


開催頻度	毎月第3金曜日
開催時間	10:00 ~ 11:30
会場	本町自治会館
参加費	基本的には無料(特別企画時は一部負担もあり)
対象者	65歳以上
協力者・係っている人	区長、民生委員、ボランティア
運営主体	本町5・6丁目町内会、民生委員・児童委員

身体と心の健康を保つためには、人と交流することが大事と、区長さん民生委員さんが中心に立ち上げたサロンです。音楽に合わせて身体を大きく伸ばす体操や、口の健康のため唾液を出す顔マッサージやパタカラ体操などを行っています。スタッフの方から健康情報などを伝えたり、健康にこだわったサロンづくりを心がけています。

また、参加者の方が、舞台上でご自身の特技を披露することなどもあるそうです。「主催側が用意したものを見るだけでなく、来られた方が自分自身のことを話せる場にしたい。」と、これからのサロンへの思いを区長さんから伺いました。自分自身のことを話すことは、心の健康にもつながります。

ずっとこの地域で元気に暮せるように、長く続けていきたいと関係者一同は願っています。



ふれあいサロン

戸崎団地

体操とおしゃべりは健康づくり



開催頻度	毎月第1・第3土曜日(月2回)
開催時間	10:00 ~ 12:00
会場	戸崎団地自治会館
参加費	100円/1回
対象者	65歳以上単身の方、75歳以上の方、障がいのある方
協力者・係っている人	民生委員、福祉委員
運営主体	戸崎団地地区社協

月1回講師を招き、肩こりや筋肉のこりをほぐす体操や脳トレにもつながる体操をしています。また、民生委員さんや福祉委員が中心となり、歌ったり、ゲームなどを企画し、みんなで楽しむ場として開催されています。

毎回、お茶を飲みながら「健康」や「生活」に関する四方山話で盛り上がりします。また、顔見知りが集まるため「今日は、〇〇さん来てないわね、どうしたのかしら?」という自然な安否確認や、地域情報が行き交うサロンになっています。



おしゃべりサロン

原市9区

人が集い! 笑った分だけ元気になれる!



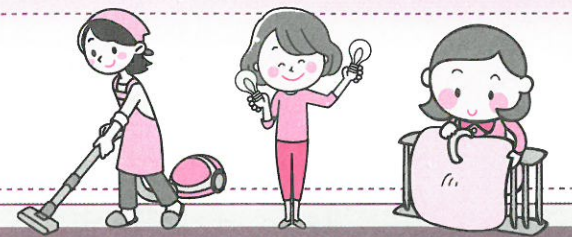
開催頻度	毎月第3金曜日
開催時間	10:00 ~ 12:00
会場	原市九区自治会館
参加費	無料
対象者	70歳以上世帯・地区住民
協力者・係っている人	区長、民生委員、事務区役員、ボランティア

生きがい、健康づくり、情報交換の場を目的に、参加者とスタッフが無理のない範囲で一緒に企画・運営しています。茶話会やレクリエーション、健康体操などの活動を定期的で開催し、「楽しく・気軽に」を合言葉に、仲間づくりをおこなっています。

今回は、いきいきクラブの方と音楽に合わせて健康体操! 頭と体に刺激が加わり会場に笑顔が溢れていました。



お互い様の関係が地域のつながりを支えています



「助けて!」と言ってくれば助けられるけれど、声をかけられないと自分からはなかなか手を出せない、という話をよく聞きます。また、困りごとを抱える隣人に「何か、お手伝いしましょうか」と伝えても、「大丈夫です」と返され、困惑したという経験談も寄せられています。助ける人も助けられる人も、「手伝って」、「私がやりましょう」とお互いに言い合える、甘え上手甘えられ上手な人がたくさんいるようなぬくもりのある地域が求められています。

「普段の買い物はできるけど重いものは手伝ってほしい」「庭の草取りができなくなった」など、生活の中でのちょっとした困りごとを、「お互い様」のつながりのなかで解決できないかと、住民相互の助け合い活動の輪が広がっています。この輪を広げようとする思いは、単に困りごとをなんとかしたいという気持ちだけではなく、「こんな地域にしたい」という関係者の願いが原動力となっています。

今回は、高齢になってちょっとしたお手伝いが欲しい方や要支援の認定を受けた方など、様々な方が利用できる「助け合いサービス」を行っている団体の活動をご紹介します。

上尾市社会福祉協議会上平支部「たすけあい“かみひら”」

立ち上げのきっかけ

上尾市社会福祉協議会上平支部では、住民啓発講演会や地域福祉懇談会を開催し、安心して住み続けられる地域づくりをするために地域の皆さんの声を聞きました。

支部関係者等へのアンケート調査では、地域の中に「助け合いがあるとよい」という解答が多くありました。

支部社協において、検討を重ねながら、お手伝いを頼む側も、頼まれる側も気兼ねせずに行われることが望まれていることもわかり、お礼などを気にせず頼める有償サービスとして立ち上げるようになりました。

利用の流れ

- ①利用ご希望の場合は下記連絡先にご連絡ください。
- ②コーディネーターが訪問させていただき、ご依頼の内容確認等をさせていただきます。
- ③調整をして、活動会員をご紹介させていただきます。

利用料金

【利用会員】入会金2,000円 利用料金(1時間)600円
 【活動会員】入会金2,000円 活動報酬(1時間)500円
 【賛助会員】年会費1口1,000円(何口でも可)

ボランティア募集!!

上平地区にお住まいの方 一緒に活動してみませんか

有償助け合いサービス「たすけあい“かみひら”」では、出来る事を出来る範囲で行っていただけるボランティアを募集しています。右記の連絡先までお気軽にご連絡ください。お待ちしております!

サービス内容 (詳細は申し込み時、要相談)

家事援助 ●掃除 ●洗濯 ●買い物 ●草取りなど

付き添い ●散歩 ●買い物 ●病院など

代行 ●役所等への届出など (利用の手伝い)

子育て支援 ●産前産後のお手伝い

*内容によっては、ご希望に添えない場合もあります



(佐藤光江さん 西門前在住)

デイサービスも利用してありますが、活動会員の方と週3回散歩しながら楽しい会話をしています。前かがみになっていた私ですが、前を向いて明るく歩けるようになりました。

連絡・お問い合わせ先

上平支部社協拠点

☎048-771-7344

【場所】上尾市上平中央3-31-5(上平公民館内)

【受付】月~金10時~14時(年末年始、祝祭日を除く)

公益社団法人 上尾市シルバー人材センター

シルバー会員が皆様の暮らしのお手伝いをします

シルバー人材センターは、高齢者が健康と生きがいを求めて地域社会に貢献し、社会参加をすすめることを目的として活動している公益団体です。

センターでは、家事援助サービス事業を行っており、家事のお手伝いを必要とするご家庭など幅広く皆様を手助けするお仕事をしています。

また、地域包括支援センターと連携し、要支援の方などを対象とした家事援助も行っています。

家事手伝い ●家の内外の掃除 ●洗濯、買い物 ●窓ふき、食事のしたく ●植木の水やり ●草取り、草刈 など

高齢者支援 ●布団干し ●電球の掃除、交換 ●ゴミ出し ●片づけ ●話し相手 など

育児支援 ●産前産後の家事のお手伝い

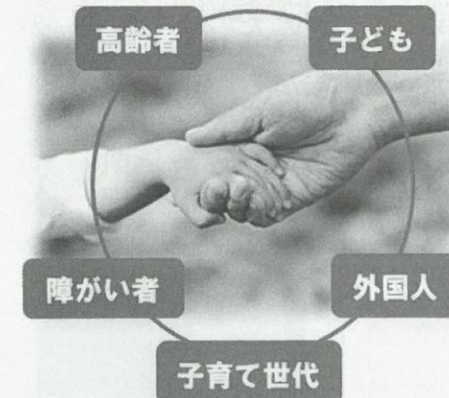
障子、ふすま、網戸の張り替え

利用料金:961円~(1時間あたり)

ご利用のご相談はお気軽にお電話で
お問い合わせ

公益社団法人 上尾市シルバー人材センター ☎048-779-5525

一般社団法人 セーフティネット



私たちは「高齢者、子育て世代の社会からの孤立防止」及び「地域社会のセーフティネット構築」を目的とした活動を行っています。

「まごころサービス」とは

- *主に高齢者を対象とした、地域住民間の「互助」による生活支援サービス
- *「できる時にできることをする」有償ボランティア活動
- *利用者が支援者にもなる「助けたり助けられたり」の関係性をつくることを目指している。



連絡・お問い合わせ先

セーフティネット 清水さえ子

☎048-773-7898

safetynet4all@gmail.com

連携

谷津ソフィア内「まごころ相談室」相澤礼一郎

090-6653-7768

弁財「弁財区地域支え合いの会」会長 田中崇

☎048-774-6128

仕組み ●利用者:1時間1,000円の支払い
支援者:1時間500円の謝金と感謝

展開地域 ●JR 上尾駅西側エリア
(埼玉県上尾市谷津, 富士見, 柏座, 弁財)

これまでの主な活動内容

- 生活支援:買い物・通院・家事援助など
- 教育支援:PC・囲碁・英語学習支援など
- その他:家具移動・庭仕事・話し相手など

平成三十一年度

小中学生作文コンクール

人とのつながり・地域での支え合い

平成三十一年二月二日、上尾市文化センターにて小中学生作文コンクールの表彰式が開催されました。

上尾市内の小中学生総勢六十三名の方よりご応募をいただき、十一作品が受賞作品に選ばれました。

「人とのつながり、地域での支え合い」をテーマに、心温まる作品が多数寄せられました。たくさんのご応募ありがとうございました。今回は、その中から最優秀賞の2作品をご紹介します。

小学生の部
最優秀賞

無償のほうし

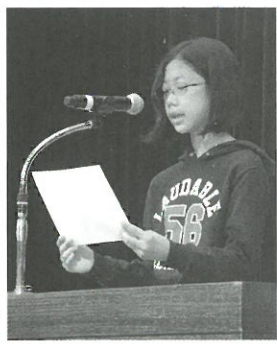
今年六月十八日午前七時五十八分頃大阪で震度6弱、大阪・京都府内の十八市区町で震度5強を観測した。私は学校に行っていたので、地震の事を知ったのはその日の夕方のニュースだった。でも、私がまず一番に思った事は次の日地元の中学校が修学旅行の出発日だったので、ちゃんと京都・奈良の修学旅行に行けるかどうかだった。

でも、よく考えてみると、私も幼稚園生の時、東日本大震災を体験したことを思い出した。まだ小さかった私でもはっきりと覚えている。激しいゆれ、そして家に帰るとテレビ、食器だなの中のお皿、仏壇、ほとんど全ての物が床に落ち、割れていた。母は、足をふみ入れる場所もない家の中を見て、私をすぐ近所の人に預けた。私をふくめ、たくさんの子供達を預かってくれた近所のお母さんもうすごいと思うが、大きな地震があったすぐ後でも軍手とビニールぶくろを持参して私の母を手伝ってくれた近所の人達もうすごいと思う。しかし、当時の私は、近所の人達の親切な行動のすごさに何も感じなかった。その後、一時停電や食品の買い出しや様々な不安を

尾山台小学校 六年 上田 絵里香

近所の方達との交流でたくさん助けられたと母は言っていた。私が、地震発生時だけの記憶しか残らず、その後の余震や停電などがあっても不安にならなかったのは、そんな近所の人達からの助けなどがあったからだと思ふ。

先日、西日本が記録的なごう雨に見まわれ多くの人々が亡くなった。地震だけでなく、ごう雨という天災も大きな被害を発生させる事におどろいた。そして、ひ災直後の三連休に多くのボランティアの方達が集まった事がニュースで報道されていた。私はまだ小学生で何かやれる事はないが、大人になったらいつか人のために何か役立つ事を無償でできる人間でいたいと思う。



中学生の部
最優秀賞

地域のリサイクルに参加して

上尾中学校 二年 中谷 凱史

僕は日の出町に住んでいます。日の出町の地域の活動は公民館で行われることが多く、夏祭りやクリスマス会などの子ども会行事に楽しく参加したことを今でもよく覚えています。

その公民館は、築五十年以上で老朽化がはげしく、地震にも耐えられないので、地域の避難所にもなっていないでした。上尾市の中でも日の出町は住民が多く、活動するにも集まるにも安全な場所が必要ということになり、建て替えることになりました。これは、僕が四年生くらいの話です。

その後、月に一回の日の出リサイクル活動が月二回になり、住民にもお知らせを強化しました。ちょうどそのころ、母が地区の役員をしていたので、リサイクルの分別をするのを家でよく見ていました。スチール缶とアルミ缶をわけて、ダンボールを捨てずに集めたりしていました。

そのうち、月2回のリサイクル活動にも僕も参加して手伝うようになりました。初めは各集積所を回って集まったリサイクル品をトラックの荷台から下ろす作業を手伝っていましたが、回を重ねるうちに、区長さんや地域のおじさん達と顔見知りになり、軽トラの助手席に乗せてもらって、集積所を回ることになりました。集積所に着くと、トラックに新聞紙やダンボール、空き缶などを載せていきます。載り切らなくなると、公民館に戻り、そこで集まったものを下ろして、また集積所に行きました。公民館に戻ると、母に

「一年寄りかやっても時間ばかりかかるから、若い人がやってくれろと助かるんだよ。また頼むよ。」と言っていました。僕は、そんなに役に立っていたとは思えないけど、ほめられたことで、またやりたいという気持ちになりました。

地域の努力が表り、去年新しい公民館ができあがりました。残念ながら、中学生になってしまった僕は中に入る用事がいまだにありませんが、自分も少しだけ関わったことでなぜか公民館の横を通るたびにうれしい気持ちになります。時間のある時にまた、リサイクル活動に顔を出してみようと思います。



受賞作品(敬称略)

小学生の部最優秀賞

尾山台小学校 六年生 上田絵里香

中学生の部最優秀賞

上尾中学校 二年生 中谷 凱史

市議会議員賞

大石北小学校 四年生 岸本 沙樹

教育長賞

東町小学校 五年生 白川 文哉

審査員特別賞

大石中学校 二年生 山本 郁美

優秀賞

富士見小学校 四年生 小林 和生

東町小学校 六年生 橋本 仁

東中学校 一年生 岩塚 奏音

上尾中学校 二年生 稲葉 桜空

上尾中学校 二年生 大久保耀子

上尾中学校 二年生 島村 勇輝



ボラ連カフェ開催しています!

毎月第4木曜日に上尾市コミュニティセンターボランティアビューローにて、ボラ連カフェを開催しています。毎月、ボランティア連絡会に所属するボランティアグループがカフェのイベントを企画し、皆さんで楽しく過ごしています。折り紙や紙芝居、ハーモニカの演奏など月によってさまざまな催しが行われています。

どなたでも参加可能ですので、ご興味・関心を持たれた方はぜひ一度ボラ連カフェに足を運んでみてください。

美味しいお茶やお菓子を食べながら、皆さんで楽しく過ごしましょう!



日時 毎月第4木曜日
10:00~12:00
13:00~15:00

場所 上尾市コミュニティセンター内
ボランティアビューロー



いつまでも“人の役に立ちたい”

上尾市ボランティアセンターでは、お金や物品の寄付を希望する方と必要としている施設や団体との橋渡しを行う、「善意銀行」という窓口を開設しています。

先日、手作りのお手玉を寄付したいと相談がありました。寄付者の方は、趣味でパッチワークキルトをやっていたそうです。「高齢で大きなものは作れなくなったのですが、沢山ある小布を捨ててしまうのはもったいない。お手玉くらいなら作れるのではと思い、こつこつ作り続けたところ300個も出来たので、どこかで使ってもらえたらと思って」とのこと。

お手玉が必要という施設や団体の情報はなく、せっかくの寄付品も、受け入れ先が見つからないこともよくあることです。

そのような時、ボランティアビューローに立ち寄られた区長さんに相談すると、「じゃあ、サロンでお手玉をやるか」と受け取ってもらえることになりました。

受け入れ先の調整ができたことを連絡すると「これで安心して寝られる。少しでも世の中の役に立てば、勇気を出して電話をしてよかった」と、とても喜ばれていました。

これまでも、「雑巾を沢山作ったのだけど」「子どもたちのために上履き入れを作りたい」といった相談を受け、それぞれ施設で受け取ってもらいました。

誰かの役に立ち、必要とされることが生きがいとなり、その人の幸せにつながるのではないのでしょうか。

ボランティアセンターでは、小さな出会いから生まれる一人ひとりの幸せを見つけたいと、願っています。



サロンかしわざ
「一番はじめは一宮…」と
昔を懐かしみ、楽しくお手玉遊びをしました。

ボランティア募集

使用済切手・書き損じハガキを集めています!

ボランティアグループ古切手整理グループでは、古切手やハガキを整理し、深谷市にある養護盲老人ホームひとみ園へ寄付をしています。

収集のご協力よろしくお願いします。

収集場所 ボランティアビューロー (火~土 9:30~16:30)
ボランティアセンター (月~金 8:30~17:15)

郵送の場合 〒362-0075 上尾市柏座 4-2-3
ボランティアビューロー宛に「使用済切手在中」と書いた封筒へ入れてお送り下さい。

施設ボランティアたんぽぽボランティア募集

日時 第1・第3水曜日
10:00~11:30
14:00~15:30

活動場所 介護老人福祉施設しのめ
内容 ・入浴後の水分補給と整髪をしながらの話し相手
・2人1組でのリネン交換

問合せ ボランティアセンター
TEL 048-773-7155
ボランティアビューロー
TEL 048-776-1988

0~3才の子どもと遊ぼう

日時 月・水・金 10:00~15:00

活動場所 地域子育て支援拠点トコトコ

内容 ・おもちゃの清拭
・子どもと遊ぶ
・製作等の準備

問合せ 地域子育て支援拠点トコトコ
上尾市今泉 272 児童館こどもの城
TEL 048-788-3660 担当/大場

特別養護老人ホーム四季の郷 上尾

日時 月~土
10:00~11:00、13:30~15:00

活動場所 特別養護老人ホーム四季の郷 上尾
内容 傾聴や、その他手芸や折り紙等をやって頂ける方

問合せ 特別養護老人ホーム四季の郷 上尾
上尾市中新井 333-2
TEL 048-780-2581 担当/角張

おもちゃの病院ドクター募集

日時 第2、第4日曜日 13:00~15:00

活動場所 上尾児童館こどもの城(第2日曜)
アップランド(第4日曜)

内容 おもちゃの修理

問合せ 活動希望の方は直接会場へ見学に来て下さい。
TEL 048-771-8125 担当/植竹

介護老人保健施設ハーティハイム

日時 月~土 10:30~12:30
13:30~15:30

活動場所 介護老人保健施設ハーティハイム
内容 入浴後の整容、お話し相手
歩行訓練を兼ねた外出活動のサポート、一芸披露

問合せ 介護老人保健施設ハーティハイム
上尾市平方 3147-3
TEL 048-726-8000 担当/山瀬

音楽療法アシスタントボランティア募集

日時 月~金 各月1回 14:00~15:30
(午前の場合有)

活動場所 デイサービスふくしのまち上尾

内容 ・伴奏ピアニスト
・お客様と一緒に歌を歌う
・楽器活動の補助

問合せ (株)福祉の街
デイサービスふくしのまち上尾
上尾市日の出 3-9-1
TEL 048-778-5551 担当/工藤

ボランティア募集

日時 月~金 14:00~15:00

活動場所 在宅ケアステーション上尾くすみ
内容 歌や楽器の演奏、民謡、書道、絵手紙等を利用者さんに楽しんでいただけるよう手伝いをしていただける方を募集します。

問合せ 在宅ケアステーション上尾くすみ
上尾市緑丘 3-6-19
TEL 048-779-7131 担当/石曾根

ボランティア養成講座のお知らせ

人生100年を楽しむ! ボランティア活動講座

人生100年時代といわれる昨今。仕事や子育てが一段落し、自分自身のために使える時間を、是非、ボランティア活動に充ててみませんか。

皆さんの生きがい・仲間づくりを応援します。

- 日時** 平成31年3月20日(水) 13:30~15:30
- 対象** 概ね50歳以上で、ボランティア活動や地域活動に関心のある方
- 場所** 上尾市コミュニティセンター 視聴覚室
- 定員** 50名(先着順・定員次第締切)
- 内容** ・埼玉県政出前講座
「人生100年時代を楽しむ!」
シニアの社会参加と共助社会づくり
・ボランティア連絡会によるボランティア体験
- 参加費** 無料
- 申込み** 平成31年3月1日(金)
上尾市社会福祉協議会地域福祉課
ボランティア係
048-773-7155(月~金 8:30~17:15)
- 共催** 上尾市ボランティア連絡会
上尾市社会福祉協議会

水害ボランティア養成講座

近年多発しているゲリラ豪雨や台風等の自然災害。上尾市でも、いつ災害に見舞われるかわかりません。もしもに備えて、「水害」について学んでみませんか。

たくさんの方のご参加をお待ちしています。

- 日時** 平成31年3月24日(日) 10:00~16:00
- 対象** 上尾市在住在勤在学中で
災害ボランティアに興味・関心のある方
- 場所** 上尾市総合福祉センター
社会適応室訓練室他 ※屋外での活動有
- 定員** 30名(先着順・定員次第締切)
- 内容** ・災害基礎を学ぶ講座
・炊き出し訓練
・屋外での水害ボランティア体験
- 講師** 上尾市役所総務部危機管理防災課
主任 加藤 一美 氏
ReVA復興ボランティアチーム・上尾
郷久建設株式会社 代表取締役 市川 剛久 氏
- 参加費** 無料
- 申込み** 平成31年3月1日(金)
上尾市社会福祉協議会地域福祉課
ボランティア係
048-773-7155(月~金 8:30~17:15)

平成31年度ボランティア活動保険のご案内

3月5日より受付

ボランティア活動中の事故やけが、偶然な事故により人にけがをさせたり、他人の物を壊した場合に支払われる保険です。

保険料		Aプラン	Bプラン	補償期間	平成31年4月1日0時~平成32年3月31日24時 *年度途中の加入でも、補償期間は3月31日で終了します。
	基本タイプ	350円	510円		
	天災タイプ	500円	710円		
受付窓口	上尾市ボランティアセンター	上尾市大字平塚724	月~金(祝日を除く)	8:30~17:15	
	ボランティアビューロー	上尾市柏座4-2-3	火~土(日・祝日を除く)	9:30~16:30	
	上尾西地域福祉センターほほえみ	上尾市小敷谷858-5	火~土(日・祝日を除く)	9:30~16:00	

ボランティアセンター (上尾市総合福祉センター内)

月~金(祝日を除く) 8:30~17:15
TEL 048-773-7155
Mail ageo-sha@mb.jnc.ne.jp

ボランティアビューロー (上尾市コミュニティセンター内)

火~土(祝日を除く) 9:30~16:30
TEL 048-776-1988
Mail volunt-b@mb.jnc.ne.jp