つくば市社協キャラクター
♥つくちゃん♥

社協通信 つくば

2021 11月号 No.109

谷田部西圏域版

つくば市社協 検索

発行｜社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会
〒300-3257 つくば市筑穂１丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE

集まって遊べなくても・・・

「おもちゃドクター」が子どもたちを笑顔に！

毎月第2金曜日と第4土曜日に、老人福祉センターとよさとを会場に開催している「おもちゃライブラリー」。現在（2021年10月23日時点）は新型コロナウイルス感染症の影響を受け、集まって遊ぶことはできませんが、そのような中でも「おもちゃドクター」は常に、地域の子どもたちの笑顔のために活躍しています。

「おもちゃドクター」とは、壊れたおもちゃの修理をするボランティアのこと。壊れたおもちゃに新しい生命を吹き込み、物を大切にする心を育むとともに、子どもたちを笑顔にすることがその活動です。現在市内では、「つくば市おもちゃ病院さくらんぼ」として10名のボランティアが活躍中。一緒に活動してくれるボランティアも随時募集中とのことです。

昨年から続く新型コロナウイルス感染症の影響により、子どもたちが笑顔になれる機会が大幅に失われました。このような中でも、子どもたちが少しでも笑顔になれるように、そして、今までの日常が戻った際にはこれまで以上の笑顔が見られることを期待しながら、おもちゃドクターは日々活動しています。

▼噂を聞いておもちゃを持参する方が次々と（おもちゃ修理の受付中）

おもちゃドクターは
診察や治療にいつも大忙し！▲

「おもちゃライブラリー」では、一緒に活動する仲間を募集しています。
興味のある方は、
つくばボランティアセンター
☎879-5898 まで
ご連絡ください。

赤い羽根募金が活用されています！

例年10月から、全国一斉に展開される「赤い羽根共同募金」。集められた募金は、県内の社会福祉団体や社会福祉施設のほか、市町村の地域福祉活動の充実のために使われています。

つくば市内で集められた募金は、今回紹介したおもちゃドクター（おもちゃライブラリー）の活動にも活かされ、地域の子どもたちの笑顔を生み出しています。

赤い羽根募金は、現在募集期間中（2022年3月31日まで）となります。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

ボランティアからひと言

おもちゃドクター

壊れたおもちゃを喜んで修理します。

完治したおもちゃを笑顔いっぱいで持ち帰る子どもの姿は、何よりのご褒美で生きがいです。

ボランティアからひと言

おもちゃライブラリー

現在は貸出しのみでホールで皆さんと一緒に遊べませんが、もう少しの辛抱です。たくさんのおもちゃや本が、良い子の皆さんと一緒に遊べる日を待っています。

社協からのお知らせ Information

報告 善意の寄付 ありがとうございました

令和3年7月1日～10月15日　（順不同・敬称略）

茨城ＹＭＣＡチャリティゴルフ大会	¥20,000
医療法人すずらん会 さとうクリニック	¥10,000
中村 彬	¥10,000
染倉 有希	¥10,000
坂本 顕	¥5,362
匿名 3 件	¥24,000
匿名（95歳女性）	¥5,000

●社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付（オンライン決済）を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、つくば市社協のホームページをご覧ください。

つくば市社協　寄付　検索

募集 終活と成年後見制度 ～テーマ別講座～

つくば成年後見センターでは、将来に備えることで人生を生き生きと安心して過ごす取り組みである「終活」を主題として、各界で活躍する専門家が成年後見制度の必要性について解説します。オンライン配信も行います。

日　時	①12/ 2(木)　②12/13(月)　③12/15(水) ④12/16(木)　⑤12/24(金) 各回10:00～12:00
場　所	①⑤市役所 2 階会議室 202 ②④市役所 2 階会議室 203 ③市役所 2 階会議室 204
内　容	①終活 ～自分らしい生き方のために～ ②今どきの葬儀事情 ③遺言について学ぶ ④信託の基礎を学ぶ ⑤任意後見契約と任意契約について
参加費	無料
対　象	市内在住・在勤の方
定　員	各回先着 20 名（複数回の参加可）
申込方法	電話申込または参加申込書をFAX、メール、または直接持参（オンライン配信希望の方はメールで申込み） ※参加申込書は、つくば市社協ホームページに掲載
申込期限	11 月 26 日（金）
申込み問合せ	つくば成年後見センター TEL 029-879-5511　FAX 029-879-5501 MAIL tsukuba.koken@gmail.com

問合せ先の記載のない記事は TEL 029-879-5500（本部）まで

募集 食品の寄付をお待ちしています

寄贈された食品は、「コロナ禍の影響を受け収入が減少し、食料を買うお金がない」など、支援を必要とする世帯に必要に応じて提供しています。家庭や事業所等で提供可能な食品がありましたら、社協本部・各支所までご寄付をお願いします。

寄付していただきたい食品

●米（前年度産までのもの、玄米も可）　●乾麺　●缶詰
●レトルト食品　●調味料各種　●お歳暮、ギフト品 など

寄付の際に気を付けていただきたいこと

●賞味期限が3か月以上あるもの
●未開封で常温保存が可能なもの

【問合せ】
法人運営室
TEL 029-879-5500

「収集ボランティア」を始めてみませんか!?

コロナ禍で集まることが難しいからこそ、自分のペースで、一人でも始められるボランティア活動です。また、学校や職場で気軽に取り組むことができるのも、収集活動ならでは！これを機に、新たなボランティア活動を始めてみるのはいかがですか？

つくば市社協でお預かりしているもの

●切手（使用済み・未使用）

＜収集の仕方＞

(1) 切手の周囲5～10mmの余白を残し、台紙ごと切り取る。
　または、消印ごと（丸形消印のみ）切り取る。
(2) 以下の①～④に分類する。
　①台紙付き切手　②台紙なし切手（はがれてしまったもの）
　③外国切手　④未使用切手

注意
切り取る際は、切手の縁のギザギザを残すように切り取ってください。ギザギザが切れているもの、破れているものは処分の対象となってしまいます。

●磁気カード（使用済み・未使用）

＜収集の仕方＞

カードの種類ごとに使用済み・未使用に分類する。

集めている磁気カード（主なもの）

テレホンカード、QUOカード、オレンジカード、図書カード※ など
※裏面にQRコードが記載されている図書カードNEXTは対象外

注意
折れ曲がったカードや汚れているカードは、収集の対象となりません。

インターネット上では、他の社会福祉協議会や民間団体等が案内する収集活動の情報が数多く掲載されています。興味・関心のある方は、まずは探すことから始めてみてください。

収集ボランティア活動　検索

【問合せ】
つくばボランティアセンター　TEL 029-879-5898

◆「社協通信つくば」はホームページからもご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば市朗読ボランティア けやきの会」、点字版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。

つくば市生活支援体制整備事業 第2層 地域支えあい情報紙

2021年11月15日発行
【第6号】

ささえあい・つくば

地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。

コロナ禍での緊急事態宣言が解除になり、マスク・手洗いが習慣化しつつも、少しずつ地域が動いてきたように思います。今回は、「生活支援活動」と圏域内での「活動紹介」を掲載します。

「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へつむいでいきたいと思います。

生活支援活動ってなに？

Q 生活支援活動って、どんな活動のことを言うの？

A 高齢になると、ゴミ出しや電球交換など、生活の中の“ちょっとしたこと”が難しくなってくることがあります。そんな“ちょっとしたこと”を、地域のつながりやお互いさまの助け合いの中で解決しようとする活動が「生活支援活動」です。

生活支援コーディネーターの活動

通いの場
地域の皆さんが気軽に集まり、体操や趣味活動、お茶飲み会などで楽しむ居場所をつくります。

話しあいの場（協議体）
助け合いや支え合いの仕組みづくりについて、地域住民や関係機関等が一緒に話し合う場をつくります。

見守り・声かけ
地域でさりげない見守り・声かけ活動が広がることにより、信頼関係が生まれ、困りごとに気づくことができます。

生活支援活動
ごみ出し、電球交換、庭木の水やりなど…ちょっとした困りごとをご近所同士で解決できる仕組みをつくります。

たとえば、こんな活動。

このような活動を、地域で始めてみませんか？

「最近、ゴミ出しに困っているという相談が増えてきた・・・」
「困っている高齢者を、地域でサポートできないかな？」
そんな時、その地域で何ができるか、どうやったらそれを解決していけるか、地域の生活支援コーディネーターがいっしょに考えながら取り組みを進めています。
「自分の得意を地域で活かしたい！」そんなご相談も大歓迎です！

▲さくらおたすけ会（下広岡）による
ひとり暮らし高齢者宅の庭木せん定

谷田部圏域活動テーマ

みんなの笑顔が創るまち 歴史と共に輝く未来

谷田部西圏域だより

ふれあいサロン あおぞら（面野井地区）

コロナ禍で中止が続くと「困ったねえ、サロンやりたいねえ」と声が上がるほど、皆さんがとても楽しみにしているサロンです。ふれあい相談員の会議の中で社会福祉協議会（社協）からサロン立ち上げの紹介をいただき、まずは出前講座の内容の多彩さ、そして活動助成金があることに魅力を感じ、地域に帰って相談をしました。もちろん、二つ返事で賛同を得ることができました。3か月の「ミニふれあいサロン」を経て、平成30年1月に正式にふれあいサロン「あおぞら」が発足しました。立ち上げにあたって何よりもありがたかったことは、地域のシルバークラブが月2回活動し仲間づくりが定着していたこと、そして地域の研修センターが利用できるということでした。30畳ほどある部屋は、様々な活動にとてもマッチしています。

年度初めに年間計画を立てるのですが、季節感を盛り込みながら、そして皆さんが好きな歌はできるだけ多くするなど、希望を入れつつ多彩になるように組み込んでいます。

地域の特色が生かされているなと思うのは、「フラワーアレンジメント」ですね。皆さんのお庭にはいろいろな花が咲き満ちているので、それを使ってのアレンジです。たくさんある方は、シルバーカーで運んできて皆さんに分けてくださったりします。自由な花で自由に生けたアレンジは、おおらかでとても素晴らしいです。

今年は、七夕飾りもやってみました。竹もたくさんあるので、ひとり1本用意し、昔を思い出して、数え合いながら、いろいろ飾りづくりに挑戦しました。短冊に書く願い事は「健康問題」が多かったようでした。

2時間ほどの活動の後のお茶飲みタイムも楽しいひとときです。今はマスクをし、お茶も各自ペットボトル持参という味気ない対応ですが、それでも顔を合わせられるだけでも喜び合える和気あいあいのサロンです。

ふれあいサロンあおぞら　代表　谷村 安子

▲フラワーアレンジメント

▲七夕飾りづくり

▲カーレット教室

コーディネーターメモ

ふれあいサロン「あおぞら」を覗いてきました

「久しぶりにサロンが再開してよかったよ」「サロン、楽しみにしていたよ」「足が痛いけど、みんなに会えるからゆっくり歩いてきたよ」など、皆さんサロンの再開をとても喜んでいました。

今回のメニューは、カーレット教室。体験2回目です。2チームに分かれて対戦しました。ストーンを滑らせる力の入れ加減が絶妙で、とても上手でした。皆さんの笑顔、そして前向きな姿に元気をもらいました。

コーディネーターのつぶやき

スポーツの秋の到来ですね。最近、運動不足を意識して近所を散歩していると、さわやかな秋風がとても気持ち良く感じられます。

サロンで参加者が楽しくやっていた「カーレット」、皆さん聞いたことはありますか？ 冬の氷上競技「カーリング」を年齢や障害に関わらずプレーができるように、室内の卓上で開発されたのが「カーレット」です。初対面の方でも、すぐに打ち解け楽しい時間を過ごすことができます。わかりやすいルールなので、一緒に体験してみませんか？連絡お待ちしています。私も、チャレンジしてみようかなぁ。

<3・4 ページ担当者>
谷田部西圏域担当
生活支援コーディネーター 大竹
〒300-1273 つくば市下岩崎2068（茎崎老人福祉センター隣）
TEL:029-876-4552 / FAX:029-876-2842
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp

■発行＝社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会
〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4
TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501