



つくば市社協キャラクター  
♥つくちゃん♥

社協通信

# つくば

2025 2月号 No.122

桜圏域版



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

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE



ひしはみ  
なご  
アーティスト

第24回

入場無料

# チャレンジアート フェスティバル in つくば



チャレンジアートフェスティバルは、障害のある方が制作した絵画や造形物の展示、ダンスや太鼓、劇の発表などを通してすべての方に向けて自分の思いを発信するイベントとして、つくば市から受託して毎年3月に開催されます。

今年で24回目を迎える今回は、13団体による舞台発表や約200点を超える作品が展示される作品展の他、子どもから大人まで楽しめる特別企画も盛りだくさん。参加者の熱い思いをお届けします。

## 舞台発表

2025年 3月1日(土)

10:00~15:30 (開場9:30)

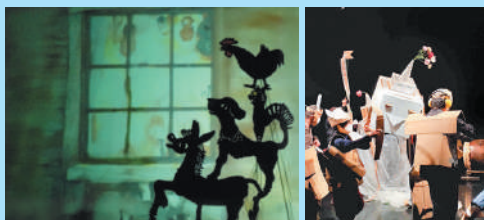
会場 つくばカピオ ホール  
(つくば市竹園1-10-1)

### 特別企画

つくばと福岡をダンスで結ぶ  
「遠くのあの人と踊りたい!!」プロジェクト  
つくば ⇄ 福岡 (連携企画)  
遠距離恋愛なダンス計画

### 同時開催

会場 大清水公園 11:00~15:00  
物品販売 ※雨天時会場 カピオホワイエ前広場  
ポニー体験乗馬 受付終了 14:30 ※雨天中止



## 作品展

2025年 3月4日(火)~3月9日(日)

9:30~17:00 (最終日のみ15:00まで)

会場 茨城県つくば美術館  
(つくば市吾妻2-8)

### 3月9日(日) クロージングイベント

11:30~12:30  
ワークショップ「偏光万華鏡を作ろう!」

※事前申込可/先着20名  
講師：筑波技術大学 産業技術学部 総合デザイン学科  
伊藤 三千代 准教授

13:30~14:30  
作者による作品紹介  
ミニコンサート「筑波ジュニアオーケストラ」



※写真は第23回開催の様子です



# 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す

令和6年10月16日～令和7年1月15日 (順不同・敬称略)

つくば市危険物安全協会	32,000円
陶さくら	19,000円
桜ニュータウン自治会	50,000円
古河ヤクルト販売株式会社 代表取締役社長 岡野浩道	162,000円
細野 民子	5,000円
大曾根児童館	10,000円
戸崎 正明	3,000円
つくばグラウンドゴルフ連絡協議会	20,000円
(株)ヒュリカ	10,000円
上広岡八幡神社氏子総代	16,652円
つくばアサーティブの会	10,000円

●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

【問合せ】総務財務係 TEL 029-879-5500

### 報告 令和6年度 赤い羽根共同募金実績報告

赤い羽根共同募金へご協力いただき、誠にありがとうございます。  
皆様からお預かりした募金は、つくば市内の様々な  
福祉活動や茨城県内の民間社会福祉施設などへの助成を通  
じ、地域福祉の推進のために活用させていただきます。

種別	募金額
赤い羽根募金	11,617,292円
地域歳末たすけあい募金	6,292,272円
合計	17,909,564円

(令和7年1月15日現在)



赤い羽根共同募金運動は、令和7年3月31日まで実施して  
います。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしく願いま  
したします。令和6年度最終実績は、ホームページにて報告さ  
せていただきます。

### 報告 令和6年度 社協会員加入実績報告

今年度も、つくば市社会福祉協議会(社協)会員にご加  
入いただき誠にありがとうございました。また、一般会員の  
募集に際しましては、区会(自治会)のご協力をいただき、  
厚くお礼申し上げます。納入いただきました社協会費は、地  
域福祉推進のために広く有効に活用させていただきます。今  
後も社協は、皆さまとともに地域福祉活動を推進してまいり  
ますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

種別	対象	会費額
一般会員	市内の世帯	9,888,580円
特別会員	市内に居住する個人及び市内に 住所を有する法人・団体・施設等	4,907,000円
合計		14,795,580円

(令和7年1月15日現在)

各種会員名簿につきましては、社協ホーム  
ページにて報告させていただいております。



### 募集 つくばさわやかサービス協力会員を募集します

高齢や障害、疾病などにより日常生活を送るうえで援助を  
必要とする方に対する家事支援サービスです。

【活動内容】家事支援(掃除・調理・洗濯等)、通院・外出  
介助、生活必需品の買い物

【活動料金】1時間 800円

【問合せ】在宅福祉係 TEL 029-879-5923



### 急募 常勤・非常勤ホームヘルパーを募集します

日々の生活で培っている家事の力をヘルパーとして活用しま  
せんか?人と交流することの楽しさや、笑顔でいただく「あり  
がとう」の言葉にやりがいを感じることができます。

【資格要件】●ホームヘルパー2級以上、又は介護職員初任者  
研修修了者以上  
●普通自動車運転免許を有する方

【業務内容】介護保険法及び障害者総合支援法におけるホーム  
ヘルプサービス等に関する業務

【勤務日】月～金曜日 8:30～17:15(休憩1時間含む)  
※土曜日・祝日の勤務・時差出勤・時間外勤務あり  
非常勤は週3日～(勤務日・時間は相談に応じます)

【勤務場所】つくば市社会福祉協議会 訪問介護事業所  
(つくば市筑穂1-10-4)

【申込方法】市販の履歴書に必要事項を記入し、資格証明書  
(写)と併せて下記申込先へ持参または郵送

【申込・問合せ先】在宅福祉係 TEL 029-879-5923

給与や待遇など、詳しくは社協  
ホームページをご覧ください。

他に、登録ホームヘルパーも  
募集しています。

お気軽にお問い合わせください。



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。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。

# 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。「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紡いでいきたいと思ひます。

## ふれあいサロンで人と人の輪を広げよう!

ふれあいサロンは、茶話会やゲーム、スポーツ、体操、季節のイベントなど、その地域にあった形で運営され、住民の皆さんの自由な発想で活動が行われています。

現在、つくば市には89のサロンがあり、高齢者や障害者、子育て中の方などが気軽に参加できる交流の場となっています。身近な場所で交流を深めることでお互いに助け合える関係づくりや生きがいづくりにつながっています。



毎月の楽しみ、生きがいづくり・無理なく体を動かしリフレッシュ・閉じこもり防止など・・・顔を合わせておしゃべりすることは、実はとても楽しく大事な時間です。皆さんもふれあいサロンに参加してみませんか?

ふれあいサロン登録団体は、  
つくば市社協ホームページに掲載中です!



### ふれあいサロン活動紹介

圏域 筑波圏域

サロン名 東作谷ふれあいサロン



輪投げ大会の様子!  
みんな頑張っていますが、なかなか

割りばしダーツは集中力が必要!  
難しくて簡単には入りません

開催日 毎月第3日曜日

会場 東作谷集会所 及び 集会所前芝畑

活動内容 茶話会、輪投げ、割りばしダーツ、季節のイベント等

コメント 毎月楽しく活動しています。  
大会形式で僅かな賞品を用意してみんなで楽しんでます。

## ふれあいサロン活動紹介パネルが完成しました!

自分の住む地域にはどのようなサロンがあるの?

どんな活動をしているの?

ふれあいサロンのことを地域の皆さんにもっと知ってもらいたい!

という思いから、“ふれあいサロン活動紹介パネル”を各サロンに協力いただき作成しました。

パネルは、つくば市社協が実施する事業やイベントなどで展示する予定です。

※準備が整い次第、ホームページにも掲載します。

## つくば市社協では、ふれあいサロンを応援しています!

- ・活動費助成金：年間上限額 24,000円
- ・ふれあいサロン専用保険の案内
- ・社協機材の貸し出し
- ・情報提供や研修の開催

サロンを始めてみたい! 参加してみたい! という方は、各圏域の生活支援コーディネーターまでお気軽にお問合せください。

※各圏域生活支援コーディネーター問い合わせ先は4ページをご覧ください。

## 桜圏域活動テーマ

# 支えあう地域愛 つくり出すみんなの笑顔 ～私たちのまち桜～

### 桜圏域だより

## 区会防災訓練を通じた「きっかけ」づくり

10月26日に春風台区会で行われた防災訓練に参加しました。

消防署の方による消火訓練や、非常食を実際に作って食べるイベント・つくばボランティアセンターによる防災体験が行われました。防災体験では、「身近にあるものを工夫して活用しよう!」をテーマに、人間を模した人形を瓦礫の中からジャッキ（車のタイヤを交換する際に使用する道具）を使って救出しました。

訓練を通して、日頃から防災意識を持ち、家族や地域住民と協力して備えていくことの大切さを学ぶ機会になりました。

今回の防災訓練は、区長さんが中心となり、地域住民が主体となって企画を考え開催されました。参加者からは、「大人でも知らないことがたくさんあり、とてもためになった」「学校で友達に教えたい」などの感想がありました。

「防災」という世代を問わないテーマを軸に、住民同士がつながるきっかけや、多世代交流のきっかけにもなる区会防災訓練でした。



▲子ども達も一生懸命! 瓦礫から無事救出!

## 令和6年度第2回桜圏域地域支えあい会議を開催します

- 日時 令和7年2月28日(金) 13:30～15:30
- 場所 文部科学省研究交流センター（つくば市竹園2丁目20-5）
- テーマ 「地域のくらしを支える! 住民主体の“生活支援活動”」

今回の地域支えあい会議は、住民主体で行われている生活支援活動の情報交換や、生活支援に関わる地域資源を再確認する機会にしたいと思います!

気軽な雰囲気の中で情報交換や、アイデアを出し合うことで、「地域活動のヒントが見つかる」「やれることからやってみよう!」につながる「地域にある資源を活用してみよう!」など…地域における支えあい活動の更なる充実を目指しています。

地域に関心のある方ならどなたでも参加大歓迎です!

☆参加申し込みは、電話・メール・申込用フォームから☆



▲参加申し込み用フォーム

令和6年度第2回  
**桜圏域地域支えあい会議**  
支えあう地域愛 つくり出すみんなの笑顔 ～私たちのまち桜～

日時: 令和7年2月28日(金)  
**13:30～15:30**

場所: 研究交流センター 第2会議室  
(つくば市竹園2丁目20-5)

**「テーマ」**  
地域のくらしを支える!  
住民主体の“生活支援活動”

(1) 情報提供  
つくば市内で行われている生活支援活動の事例紹介  
【買い物支援・ゴミ出し支援・移動支援・食事支援など】  
☆参考になるヒントがたくさん

(2) 情報交換・意見交換  
小地域(小学校区)ごとのグループワーク

参加申し込み 地域に関心のある方なら  
どなたでも参加大歓迎です!!

参加希望の方は、2/21(金)までに  
電話・メール・フォームからお申込みください。

☎029-847-0231   ✉tiki@tsukuba-swrc.or.jp   📄(申込用フォーム)

つくば市社会福祉協議会 桜圏域生活支援コーディネーター宮川

### コーディネーターのつぶやき

私はラーメンが大好きです。ラーメンを目的に遠出をしたり、時には1時間以上行列に並んで食べたりします。しかし、先日の健康診断で体重が大幅に増量しており、ラーメンを控えようと一瞬思いましたが、、、今年もたくさんすすりたいと思います!!



▲2025年初ラーメン

<4ページ担当者>

桜圏域担当生活支援コーディネーター 宮川

〒300-2633 つくば市遠東639 (老人福祉センターとよさと内)  
TEL:029-847-0231 / FAX:029-847-0233  
Mail:tiki@tsukuba-swrc.or.jp