そうま社協だより

ふれあいネットワーク

No.183

2023年6月15日

発行人　只野裕一

発行：社会福祉法人相馬市社会福祉協議会

相馬市小泉字高池３５７（相馬市総合福祉センター内）
TEL　0244－36－5033　FAX　0244－36－3109

まごころありがとう
【R5.4.1～R5.5.31】

民間社会福祉活動の充実のために役立ててください…と、次の方々から心温まる“まごころ”が寄せられました。

この寄付金は、本会が行う住民主体の福祉活動の貴重な財源として、有効に活用させていただきます。

【社協活動資金に…】
- 山上高砂会 様（山上）

【福祉活動に…】
- 池田忠正　様／タオル・シーツ等
- 匿名希望 様５名／タオル・バスタオル・食品・切手・衛生用品他

オレンジカフェはまなす館

相馬市社会福祉協議会の専門職による、
悩み事の相談　情報交換
孤立予防　介護負担感の軽減
ほっとひと息　お茶しながら集いの場

★開催予定日　**参加無料 出入自由**

（状況により日時、内容の変更の場合があります）

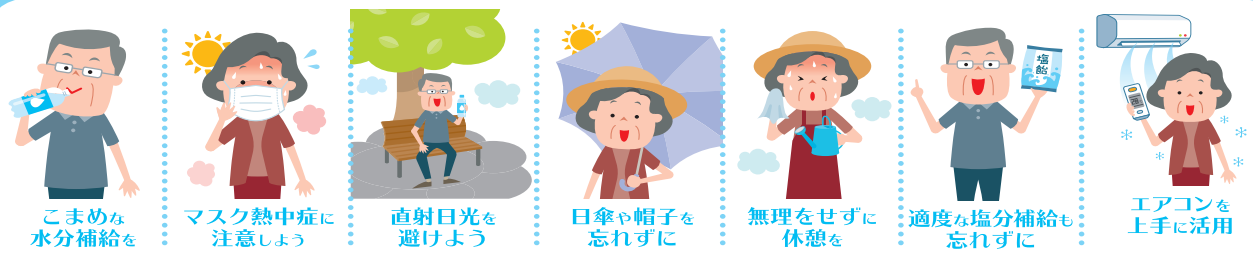
第2水曜日…骨太健康体操&歌声カフェ
7月12日・8月 9日14:00～

第3水曜日…健康麻雀&おやじカフェ
6月21日・7月19日14:00～

第4火曜日…楽しくおしゃべり情報カフェ
6月27日・7月25日14:00～

「出張オレンジカフェ玉野公民館」
7月10日・8月14日（月）10:30～

「出張オレンジカフェ磯部公民館」
6月22日・7月27日（木）14:00～



適切な予防をして 熱中症を防ぎましょう！

熱中症は、夏の強い日射しの下で激しい運動や作業をする時だけでなく、身体が暑さに慣れていない梅雨明けの時期にも起こります。また屋外だけでなく、高温多湿の室内でも発症します。症状が深刻なときは命に関わることもありますが、正しい知識があれば予防することができます。自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲（特に高齢者、子ども、持病のある方、障がい者等は注意が必要）に気を配り、呼びかけあって、みんなで熱中症にならないようにしましょう。

生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）がみつけた！

相馬のお宝ご紹介！！　NO. 28

相馬のお宝ご紹介では、地域にある様々な支え合い活動を地域のみなさんに紹介していきます。

今回は4月から活動がスタートした「ありんこひろば」と「絵本と食をたのしむ会」の活動です。

“ありんこひろば”の代表である小田原さんより、農業体験を通じて子供たちに食の大切さ伝えたい！畑を様々な人との交流の場にしていきたいとの思いを受け、“子育てサロンこはるびより”の会員さんと協働でジャガイモの種植えを行いました。

参加者のほとんどが畑仕事初体験でしたが、小田原さん夫妻の指導の下、作業をしました。

また、自分たちが植えた場所が一目でわかるよう、小田原さんお手製の札に名前を書いたり、わいわいがやがや楽しい時間を過ごしました。七月には収穫祭を行う予定で、採れたジャガイモで何を作るか只今相談中です。

畑が地域の人とのつながりを作り、居場所になっていく素敵な活動です。収穫祭の様子も取材予定です。

続いては“絵本と食をたのしむ会”の活動です。絵本に出てくる料理を実際に作って食べよう！という会で、会の代表である佐藤さんの指導を受け、初回は絵本「ぐりとぐら」に出てくるカステラを作りました。

卵の泡立てに苦労しながらも、親子で協力しながら取り組んでいました。カステラが焼きあがるまでの時間は、絵本の読み聞かせやクイズ、折り紙など「ぐりとぐら」の世界を楽しみながら待ちました。

自分たちで作ったカステラの味は格別で、自宅でも挑戦したいとの声も聞かれました。

次回は7月22日㈯に「夏野菜カレー」に挑戦するそうです。参加希望の方は下記までお問合せください。

みなさんの地区にある素敵な活動、集いの場の情報をお知らせください。取材に伺いますので、是非ご連絡ください。

☎36－5033　羽根田まで。

～骨太けんこう体操からのお知らせ～

◎体験教室のお知らせ

☆日時　6月19日（月）、7月18日（火）、8月21日（月）　午後2時～午後3時

☆場所　総合福祉センターはまなす館

☆参加時のお知らせ

・動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給の飲み物は各自準備してください。

・来館する際は入り口で消毒をしてください。

・体調が悪い時は参加を控えてください。

※新型コロナウイルスの状況によって、予定を変更する場合があります。

（問い合わせ　　地域福祉係　寺島　☎36－5033）

「サマーボランティアスクール」参加者募集！

サマーボランティアスクールは、中学生や高校生等が夏休みの間に、自分たちが住む地域のことを知り、地域にある福祉施設での体験から福祉を学び、理解することを目的として実施することにしました。

夏休みを個人の余暇活動として活用するだけでなく、社会的な分野で汗を流してみませんか？

◎対　　象　市内に居住する中学生、高校生、大学生、短大生、専門学校生または、市内の高校、専門学校に通学する者。

◎申込み・問合せ先　相馬市社会福祉協議会　地域福祉係（☎ 36-5033）

※申込書に必要事項を記入し、6 月 19 日（月）から 30 日（金）までに申し込みください。

◎注意事項

1．7 月 1 5 日（土）午前 10 時より開校式を行います。開校式では、ボランティアを行う際の注意事項等を各施設より説明いただきますので、開校式に出席しない場合は申込みを無効にします。
（※全国統一模試等に参加する場合は学校でボランティア担当の先生まで連絡をお願いします。）

2．希望する活動施設は、基本的に受付順を優先します。
各施設の受入人数が決まっているので、希望者が多い場合は、本会で調整することがあります。希望に添えないこともあるので、お含みおき願います。

3．市内の中学校並びに高等学校には、申込書等を送付しております。参加希望者は、各学校の先生から書類を受け取り、必要事項を記入して提出願います。

4．市外の高校に通学している生徒（学生）で参加を希望する方は、本会（総合福祉センター内）へ来所して申込書等を受け取り、必要事項を記入し提出願います。

5．活動日の変更は、余程の理由がないと認める事は出来ません。学校の部活等では変更には応じられないので、申込みの際にはご注意下さい。

6．第 1 希望で保育園を希望する方は、第 2 ～ 4 希望は保育園以外でお願いします。また、調整の際に参考とするために、第 1 希望施設での活動希望理由も記入してください。
※第 1 ～ 4 希望が全て同じ施設にした場合は、活動自体できない事もあります。

7．申込書「保護者の同意欄」は、保護者に記入してもらうこと。

相馬市生活サポート相談センター「フードバンク」

㈱川上種苗園 さん（新地町）

今回は『ネギ』提供の場(機会)をいただきました。
ぜひ、ホームページをご覧ください。

ゴールデンウィーク連休前の５月２日、代表取締役の川上敦史さんから「ネギの収穫をストップした。収穫しないネギはもう少ししたらあと埋め込むだけ。ネギ坊主は付いているがまだ食べられるので、好きなだけ収穫してもらうのはどうだい。100 人でも 200 人でもいいよ。」と電話がありました。

本会では、この有難い申し出を早期に何とか形にしたいとの思いから、機動力のある子育て支援団体である“子育てサロン「こはるびより」の中村美由紀代表”へ繋ぎ、川上代表取締役に企画していただきました『ねぎの収穫体験』を開催しました。

晴天のもと、令和５年５月５日（金）約 30 名が参加。川上代表取締役からごあいさつをいただき、ネギが成長するメカニズムやネギの取り方、保存の仕方等をレクチャー。「この畑は明日には潰すので、好きなだけ収穫していいよ」との号令で収穫スタート。

川上種苗園さんからいただいた肥し袋に、4～5 袋びっしり収穫できた世帯もありました。

この日の暑さもあり、また日頃と違う動きにヘトヘトな様子ではありましたが、大収穫に笑顔で帰宅されていました。

川上種苗園さんからは、フードバンク提供でいつもご協力をいただいておりますが、この度は“収穫体験（食育）”という貴重な場（ご支援）をいただき、本当にありがとうございました。

社協で行っている生活福祉資金の貸付において、コロナ禍で見えたのは社会情勢が変動することで、すぐに生活に直結（給与激減や解雇等）する業種や働き方が多い。人材不足と言われる現在、若い世代でさえも失業になり、家庭や子どもにまで影響が出る。物価高騰・光熱費高騰等も絡み、更には、核家族で支援を受けることが出来ない世帯もある。単親ばかりでなく両親がいても、業種や雇用形態によってはすぐ生活困窮に陥る家庭もある。困りごとを抱えているが、誰にも相談できない場合は、生活サポート相談センター（TEL 36-2015）へご相談ください。

無料法律相談の案内

遺言・相続などの多様なニーズに弁護士が無料で相談に応じます。
（相談時間：お一人当たり３０分）
◇日　時　令和５年７月 14 日（金）13：30 ～ 16：00
※予約は、６月 26 日（月）8：30 から受け付けます。
予約・問合せ先　☎３６－５０３３