

スマイルさん



“社協情報おマメで” ついに100号!



第100号 増ページ号

発行 平成 31 年 3 月
社会福祉法人飯田市社会福祉協議会
〒395-0024 飯田市東栄町3108-1
さんとびあ飯田
TEL : 0265-53-3040
FAX : 0265-53-3186
HP : <http://www.iidashakyo.or.jp/>
e-mail : is@iidashakyo.or.jp
印刷 龍共印刷株式会社

● おもな内容 ●

- | | |
|------|----------------|
| 1面 | スマイルさん |
| 2面 | 赤い羽根共同募金の御礼 |
| 3面 | 第62回飯田市社会福祉大会 |
| 4・5面 | 12～3月の事業実施報告 |
| 6・7面 | 第4回障がい者文化芸術作品展 |
| 8面 | ちょっといいお話 |
| 9面 | ハーバリウムづくり |
| 10面 | おマメで4コマ劇場 |
| 11面 | 掲示板・おマメでクイズ |
| 12面 | おマメの部屋 |

「いいだ社協情報おマメで」を年4回発行し、当社協の事業内容やボランティア活動、その他地域福祉に関する様々な取り組み等を紹介しています。本誌の作成にあたっては、地域住民の方と当社協職員による「おマメで編集委員会」を設置し、1回の発行につき2回の会議を開催しています。

会議の中では、委員同士でアイデアを出し合いながら誌面内容を検討し、記事の原案を決めていきます。医療や健康に関する造詣が深い委員、作業

新たな年を迎えるとともに、一気に寒さが厳しくなった1月中旬のある夜、さんとびあ飯田では、活気に満ちた会議が遅い時間まで行われました。今回のスマイルさんは、「いいだ社協情報おマメで」編集委員を紹介します。

「おマメで編集委員会」



当社協では、市内全戸配布の本誌「いいだ社協情報おマメで」を年4回発行し、当社協の事業内容やボランティア活動、その他地域福祉に関する様々な取り組み等を紹介しています。本誌の作成にあたっては、地域住民の方と当社協職員による「おマメで編集委員会」を設置し、1回の発行につき2回の会議を開催しています。

療法士として様々な作業や手工芸による効果に関して深い知識を持つ委員、イラストやコラムが得意な委員等、各自が今まで経験してきたことや得意な分野を活かしながらそれぞれが記事を作ること、本誌が完成します。

今回、「おマメで」の発行が100号目となりました。100号を迎えることができたのも、いつも「おマメで」をお読みいただいている地域住民の皆様、ハガキやメールで感想を送ってくださる皆様、今まで編集委員として作成に携わってくださった多くの方や快く取材を受けてくださった方等、多くの市民の皆様のおかげであると実感しています。当社協では、今後も誌面の充実を図りながら、地域の皆様の役に立つ情報を積極的に発信していきたいと思っています。



赤い羽根共同募金



平成30年度の共同募金運動は、平成30年12月31日をもって終了しました。

募金にご協力いただきました寄付者の皆様をはじめ、募金推進にご尽力いただきました皆様に心からお礼申し上げます。

平成30年度募金報告

目標額 14,200,000円

募金額 14,444,832円

☆募金内訳☆

募 金 種 別	募金実績額	ご協力いただいた皆様
戸 別 募 金	10,243,594	市内全地区の皆様
法 人 募 金	2,885,000	市内企業1,048社の皆様
街 頭 募 金	766,804	市内各地区日赤奉仕団・当事者支援団体・ボランティア団体・高校生ボランティアの皆様
学 校 ・ 職 域 募 金 そ の 他	298,789	川路保育園・飯田西中学校・飯田東中学校・旭ヶ丘中学校・竜峡中学校・飯田女子高等学校・市役所関係機関の皆様・飯田市社会福祉協議会職員・個人募金をお寄せ頂いた皆様
歳末たすけあい募金	250,645	飯田ダンススクール・下伊那理容師会・元善光寺婦人会・飯田仏教会・飯田子供の園保育園・伊那組浄土宗青年会・飯田信用金庫職員会
合 計	14,444,832	

街頭募金のご協力
ありがとうございました。



街頭募金にはいろいろなキャラクターが登場！多くの高校生がボランティアとして活躍し、募金活動を盛り上げてくれました。

《飯田西中学校の取り組みの紹介》



飯田西中学校では、福祉委員21人が1週間の募金期間中に、交代で生徒昇降口に立ち、募金の協力を呼びかけました。初日には生徒が社協のキャラクター「マメ太郎・マメ子」と一緒に募金のアピールをしました。

★飯田市内のこのような事業へ配分させていただきます★

- ◎まちづくり委員会等で行う事業（敬老会、サロン活動、研修会等）・地区民設公園の遊具修繕
- ◎民間福祉施設へ備品購入の助成
- ◎市内小・中学校（特別支援学級設置校）へ歳末激励金
- ◎ボランティア団体・当事者支援団体等への事業助成
- ◎飯田市内小・中・高等学校33校へ図書整備助成
- ◎長野県共同募金会が行う広域事業（災害準備金等の積立、高齢者・障害者移送車両等の整備他）

《ありがとうメッセージ》



日本中で災害等が発生している報道を目にしますと、赤い羽根共同募金施設配分をいただけることに感謝しています。できればAEDを使用しないで済むことを願いつつ、お礼といたします。ありがとうございました。

（時又保育園）



毎年、貴重な募金の中から寄付をいただき、ありがとうございます。今年度は、福祉施設の方々との交流時にどんな活動を行ったらよいか、考えるヒントになるような書籍を購入させていただきました。

（緑ヶ丘中学校）

地域の皆様のあたたかいご協力、本当にありがとうございました。



詳しい使いみちは、赤い羽根共同募金のホームページをご覧ください。
<http://www.akaihane.or.jp>

第62回 飯田市社会福祉大会 テーマ 「みんなで取り組む地域共生」

2月21日、飯田文化会館ホールにおいて第62回飯田市社会福祉大会を開催しました。各地区の健康福祉委員、民生児童委員の皆様、市民の皆様等、約600人の方にお集まりいただきました。

表彰式典では、長年福祉事業にご尽力された方々やボランティア活動を続けてこられた方々、多額のご寄付をいただいた方々へ、表彰状および感謝状を贈呈させていただきました。

講演では、ノンフィクションライターの中澤まゆみさんを講師に迎え、ご友人の介護をされた経験や、現在講師が住む世田谷区での住民活動の事例をご紹介いただきながら、「おたがいさま」と言える地域のつながりの大切さについて、分かりやすくお話しいただきました。

受賞おめでとうございます (五十音順・敬称略)

●社会福祉事業特別功労者

名誉大会長表彰 5名

鎌倉 豊 (上村)	小林 英美子 (龍江)	塩澤 芳枝 (龍江)
久田 恵子 (橋南)	矢澤 唯志 (伊賀良)	

大会長表彰 10名

池田 文博 (下久堅)	大前 年之 (鼎)	小木曾 計男 (伊賀良)
木下 勝夫 (橋北)	熊谷 八千代 (座光寺)	澤柳 八重美 (上郷)
塩澤 利廣 (川路)	梨子田 公登 (橋北)	平沢 忠雄 (上郷)
山岸 英夫 (山本)		

●社会福祉事業協助者 22名 10団体

伊坪 薫 (龍江)	内山 洋司 (下久堅)	大原 貞男 (龍江)
岡島 正人 (上郷)	小林 栄 (竜丘)	桜井 忠雄 (上郷)
澤柳 春好 (龍江)	清水 平三 (南信濃)	永井 春美 (龍江)
中島 幸子 (川路)	長沼 知里 (高森町)	長沼 善朗 (上久堅)
永見 純子 (伊賀良)	羽場 紀子 (下久堅)	原 美恵 (伊賀良)
福與 享平 (上久堅)	松村 武美 (龍江)	宮川 清助 (下久堅)
山下 幸 (下久堅)	匿名 3名	

飯田信用金庫 職員会青年部

エース企画

株式会社おさひめコーポレーション カーブス事業部

表千家同門会 長野県支部 青年部飯田地区

久保田製菓有限会社

シチズン時計マニュファクチャリング株式会社

株式会社中村

丸昌稲垣株式会社

三菱電機株式会社 中津川製作所 飯田工場

ユニー株式会社 小さな善意で大きな愛の輪運動 アピタ飯田店





12月～3月の事業実施報告



「音訳ボランティア入門講座」

＜1月29日(火)～2月19日(火)実施 全4回実施＞

本講座には14名の方に参加していただき、文学作品や「広報いいだ」の掲載記事を通して、聞き手が理解しやすい音訳について学びました。講師を声の広報ボランティアグループの方にお越し、文章のポイントをつかむことや、声の高さ・強さ・速度だけでなく、文章を入れ替えたり写真を表現したりすることなど、様々な音訳のスキルと視覚障がい者の方への情報伝達の大切さについて教えていただきました。参加者からは「奥が深いボランティア活動だと感じた」との感想が聞かれました。



お菓子作り教室

＜2月10日(日)実施＞

障がいのある方を対象に開催し、4名の方に参加いただきました。バレンタインシーズンに合わせて、クリームとイチゴでデコレーションしたチョコレートケーキとホットチョコレートを作りました！参加者からは、「美味しくできたので、持ち帰ってお母さんにプレゼントしたい」、「次はプリンを作りたい」などの感想をいただきました。



「第2回フラダンス教室」

＜2月3・24日(日)実施＞

障がいのある方を対象に開催し、延べ8名の方が参加されました。参加者からは「ありがとうの花を踊りたい！」「漁のやつをやりたい！！」などのリクエストがあり、先生から教わるたびに、花・波・貝殻・太陽などの振り付け1つ1つが踊れるようになりました。教室が終わるころには、部屋の中全体が南国気分のようなポカポカの雰囲気になりました。



『第2回地域福祉活動推進会議』

＜2月13日(水)実施＞

飯田市20地区の健康福祉委員会等の代表者様にお集まりいただき、標記会議を開催しました。今年度の各地区での地域福祉活動の取り組みや赤い羽根共同募金についての報告、また来年度の飯田市社協地域福祉事業計画について、ご協議いただきました。それぞれの代表者の方からは、他地区での地域福祉活動の取り組みについて質問等も出され、とても有意義な情報交換が行われました。

『平成30年度ボランティアセンター運営委員会』

＜2月19日(火)実施＞

今年度の飯田市ボランティアセンターの運営状況報告、ボランティア養成および奉仕員養成事業・福祉教育事業・高校生ボランティアワークキャンプ事業・障がい者関係事業・災害支援事業についての事業実施報告、次年度の事業計画について協議が行われました。子どもたちが学校で取り組む福祉教育や夏休みを利用したサマーチャレンジボランティアについて、運営委員の方から「将来を担う子どもたちにとって、福祉の現場でボランティアを体験することは非常に大切。引き続き多くの生徒さんに取り組んでいただけるようにしていただきたい」とのご意見をいただきました。

【飯田市養育支援家庭訪問登録員養成講座】

< 6月29日(金)～2月8(金) 全8回実施 >

地域で子育て支援活動を行うために必要な知識や技術を学ぶ講座です。今年度は、ファミリーサポートセンターの研修として受講された方も含め、21名の方が参加されました。

講座では、子どもの病気・食事・手遊び・傾聴等のカリキュラムを8回に分けて学んでいただきました。受講者の方からは、「学んだことを活かし、子どもの健やかな成長の手助けができればと思った」「受講することであらためて気づかされることもあり、今後の活動に役立てたいと思った」との感想が聞かれました。修了者の皆さんが、今後ファミリーサポートセンターの協力会員、養育支援家庭訪問員として活躍していただけることを願っています。



「おマメで健康教室」

< 毎月第3水曜日に実施 >

地域の皆様による「ふれあいサロン」等の自主的に行なわれている活動を応援するために、通年で介護予防に関わるテーマを中心として本教室を開催しました。毎回、講師を現場で活動されている健康運動指導士・作業療法士・保健師・消防士等様々な専門職の方にお願いし、介護予防に関する体操やレクリエーションについて教えていただきました。各地区の活動で活かしていただければ幸いです。平成31年2月末現在で延べ146名の方にご参加いただきました。ありがとうございました。



『災害救援ボランティアフォローアップ講座』

< 1月20日(日)実施 >

飯田市内において実際に災害が発生した際、当社協では災害ボランティアセンターを立ち上げ、ボランティアの受け入れや活動のマッチング、被災者のニーズ調査等を行います。今回は、NPO法人にいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李 仁鉄氏を講師として迎え、災害ボランティアセンター立ち上げ訓練として、運営に携わるために必要な知識や技術を深めることを目的として実施しました。災害救援ボランティア養成講座を修了された方、NPO法人の方、当社協職員合わせて35名が本講座に参加し、講義および演習を通して学び合いました。実際に訓練を行ってみたことにより、うまくできたことや課題が分かり、大変有意義な講座となりました。



『第28回ときめき出会いパーティー』

< 12月9日(日)実施 >

今回のイベントには、男性15名、女性13名 計28名の皆様にご参加くださいました。前半の婚活セミナーでは、講師にコミュニケーションアドバイザーの鈴木優子氏を迎え、「初対面でもスムーズに盛り上がるコミュニケーション」について、実践形式も交えながら講演をお聞きしました。

後半のパーティーは立食形式で行い、和やかな雰囲気の中で参加者同士の会話が弾みました。最終的に4組の皆さんがお互いの連絡先を交換し、今後に向けての第一歩を歩み出されました。



第4回 障がい者文化芸術作品展

平成30年11月6日(火)～11日(日)

今年で4回目となる障がい者文化芸術作品展。飯田市内に在住またはお勤めされている障がいのある方々が出展されました。皆さんが一生懸命製作した素敵な作品をご覧ください。

《実行委員長賞》



「ペンギン」
矢島 愛良

《実行委員特別賞》



「私のちがう世界」
中井 陽子

《実行委員特別賞》



「無題」
佐藤 元子

《実行委員特別賞》



「小さな友達」
伊原 耕作

《審査員特別賞》



「ともだちになるうよ」
前田 啓子



「誕生花」
K・T



「鉛筆画」
K・T



「五月の食欲」
クロヤギ



「夢への思ひ」
小島 一



「パーティー
ようこそ!!」
大浦かつみ



「ほうづき」
竹村 光



「ちょうちょ」
熊谷やよい



「おれ」
高林 三郎



「おとうさん」
飯島 俊二



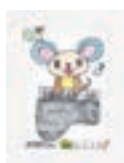
「戦艦榛名」
松島 宣明



「みんなのひまわり」
飯田市障害者生活ク
アセンター利用者一同



「ぶどう」
吉川由里子



「無題」
松下 幸子



「柿・沖縄すずめうり」
長谷部恵子



「ネコちゃん」
松下 佳子



「くるま」
伊藤 弘良



「ベレー帽をか
ぶった私」
野邑 加代



「ばす！」
奥原 美恵



「無題1」
牧 一雄



「無題2」
牧 一雄



「無題1」
牛山 哲彦



「無題2」
牛山 哲彦



「先生」
田中千代子



「こいのぼり」
辻元 勝



「おんなの子」
辻元 勝



「無題」
飯島 広登



「無題」
三浦 元廣



「こいのぼり」
三浦 元廣



「しあわせになりたい
やさしくなりたい」
横川 友紀



「めろんさん」
横川 友紀



「あつぷるちゃん」
前田 啓子



「しばいぬ、ネコのミ
ちゃん、ミニちゃん」
前田 啓子



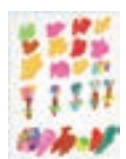
「おかあさんとお兄ちゃ
とお兄さんとほく」
伊藤 秀和



「2つのひまわり」
高谷 良一



「ぞうさん」
木下 美夏



「カラフルな花日和」
北原 昭子



「大切な人」
鎮西 秀成



「おともだち」
鎮西 秀成



「だるま」
柴田 司郎



「ほく・おかあさん・
おとうさん」
久保田春季



「あともだち・私のすきなあともだち・なかま」
大野 光子



「ポリ金魚」
南原苑クラフト班



「森羅万象」
南原苑共同作品



「山のけしき」
熊谷 幸弘



「ちぎり絵 白馬三山」
木下 勝夫



「ドレス2018年①」
榊山 雅夫



「ドレス2018年②」
榊山 雅夫



「かわいくてオシャレなお出掛けバッグ1」
土本 友理



「かわいくてオシャレなお出掛けバッグ2」
土本 友理



「腹巻」
筒井佐智子



「黄色いセーター」
後藤 秀予



「見ざる言わざる聞かざるあみぐるみ」
野口 千鶴



「おりがみの箱」
吉川由里子



「海の生き物」
串原 重美



「さかなたち」
中本 朝子



「チャリティーTシャツ!!」
澤 守道



「ぬり絵 (エッフェル塔のタワーの虹)」
松沢 有司



「貼り絵 (かわいいいきつね)」
宮内 祐治



「貼り絵 (チューリップ)」
伊藤 光子



「山手線」
牧島 敏弘



「どんぐり」
宮下 典子



「夢のリング」
原田 恵



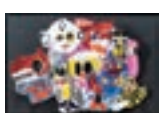
「パズル」
佐々木礼生



「パズル (森の探検隊)」
細井 宏輝



「切り絵 (ドラゴンボール)」
新聞 稜



「おもん」
鳥羽 直弥



「ロボット」
鳥羽 直弥



「A4ファイルケース」
菅沼 光翼



「フォークケース」
菅沼 光翼



「フックバスケット」
宮外 凌介



「ちびトリ」
宮外 凌介



「鉢カバー」
杉山晃太郎



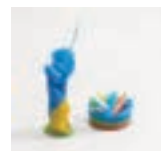
「デッカーレース・ドライフラワーアレンジメント」
神林 彩希



「A4ファイルケース」
榊原 溪吾



「きらきらたなはた」
飯田市障害者生活ケアセンター 利用者一同



「アロマキャンドル」
木下 美夏



「アロマキャンドル」
木下 恵子



「ビーズ」
前川 昭喜



「鶴の羽ばたき」
木越 靖子



「アロマキャンドル」
大野 光子



「アロマキャンドル」
清野 昌子



「アロマキャンドル」
菅沼 佐妃



「日本の民踊」
久保田省市



「ひまわり」
川手 きわ



「ステーキ」
熊谷 光男



「秋」
瑞生



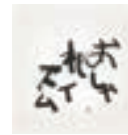
「春夏秋冬」
瑞生



「誠心誠意」
船澤 基美



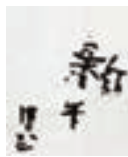
「無題」
矢沢 剛



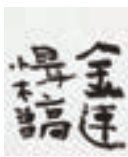
「おしゃれイズム」
前田 啓子



「1前へ進む2御家族3みんな楽しく生きる」
熊谷 一星



「新年」
木下 恵子



「金運最高」
小木曾 昇



「春」
清野 昌子



「絆」
橋爪里代子



「立春」
森 浩美



「自分」
石川 由美



「コーヒー」
間瀬 唯史



「仁」
田中 仁



「笑」
林 栄一郎



「虎バサミ」
小木曾一真



「足跡」
清水 克益



「展望台から見た東京の思い出 新宿」
小林 充



「そびえ立つ都庁」
小林 充

シリーズ
その50

ちよっと いいお話

— 認知症にならないための生活術 —

暖かな春の陽射しを浴びて外を歩
くのに、最適な気候となりました。
冬の間、家の中に閉じこもりがち
だった生活から外に出て、体と心、
そして脳を活性化し、健康的な生活
をおくりましょう。

1.体を活性化しよう!

- ◆歩いて歩いて脳の血行を促す
有酸素運動は血圧を下げたり、体脂肪
を燃焼させるのに効果的。ウォーキン
グ・ダンス・体操など。
- ◆ぬるめのお風呂にゆったり浸って血行促進
入浴は全身を温めて、血管を開かせ血流をよくする。
- ◆規則正しい生活で体のリズムを整えよう
朝起きて行動し、夜体を休めて眠る。
- ◆よくかむと脳の血流がアップする
1口で20回かむことを目標に、食物線
維の多い食品をとる。



2.心を活性化しよう!

- ◆笑いや感動は心をいきいきさせる
うれしいこと、楽しいこと、心がときめくような機会
をつくる。
- ◆おしゃれをして注目を浴びよう
TPOにふさわしい装いをする気配り、人に見られる
という緊張感が、心を活性化する。
- ◆“年甲斐もないこと”をしよう
「もう年だから」と引込まず「気だけは若い」をめ
ざそう。
それまでに気を若く保つための、心の財産を蓄積する。
- ◆“かまひ合う”人間関係を築こう
元気なときに他人を“かまう”努力をする。老年期に
は隣近所の人間関係が頼り。
会社人間だった人は、地域との触れ合いを積極的に
しよう。

3.脳を活性化しよう!

- ◆自分でできることを人まかせにしない
例えば旅行に行くときは、地図と時刻表
を手にも自分で企画する。
- ◆いつもと違うことをやってみよう
外出時、いつも車なら電車、バス、徒歩
で行ってみる。
価値観や文化的背景の異なる人との出会いは、最高
の刺激。
- ◆仕事や家事はテキパキ集中的に
段取りを考えて体をキビキビ動かす。仕事が片付け
たらゆっくりリラックスタイムを。生活のメリハリをつ
けることも脳の活性化に効果的。
- ◆気持や考えを表現しよう
俳句や短歌、絵や楽器演奏など、普段
やってないことに挑戦する。
- ◆言葉のキャッチボールを楽しもう
楽しい会話は、快感となって脳を
活性化してくれる。
- ◆記録をつけよう
日記をつける。手を使って書くこ
とで脳への刺激が増し、記憶力アッ
プの効果は確実。
- ◆十分な睡眠で脳を休ませよう
早寝早起きをして日中は体を動か
し、規則正しく食べる。あたりまえ
の生活が脳の休息には一番良い。



まめのひとり言

いろいろな見方

子どもたちを連れて、とあるアニ
メの主人公であるキャラクターと触
れ合える地元のイベントへ行っ
たこと。そのキャラクターは、テ
レビの中では小さく元気にちょこま
かと動き回り、毎週子どもたちを
楽しませてくれる。そんな主人公に出
会えたと、子どもたちは前日の夜
からかなり興奮している様子だっ
た。

当日を迎え、イベント会場に到着
した。あのキャラクターがどうやっ
て現実に出てくるのか、大人の私で
も少し興味があった。時間になり、
司会者が子どもたちに呼びかける。
大歓声とともに、そのキャラクター
が登場した。

：その姿はテレビと全く違い、大
人よりも大きなサイズの着ぐるみで
現れた。が、動きはテレビの中と同
じで、元気にちょこまかと動き回っ
ている。私は、「見た目が全然違っ
て、これじゃあさすがの子どもでも
ガッカリしてるだろう」と思い、子
どもたちに視線を移した。しかし、
子どもたちは毎週テレビで見ている
ように大はしゃぎし、キャラクター
と握手したり抱きついたり、とて
も楽しい時間を過ごしていた。
家に帰って子どもたちに言った。
「でもテレビとは全然違ってたよね。」
すると「え？お父さんも気づいた
の？でも、違ってたのは全然じゃな
くて少しだけだよ。」と子どもたち
どこが違っていたか尋ねてきた。尋
ねると、意外な答えが返ってきた。
「テレビとは、靴の色が違ってたよ。」
子どもたちの柔軟な気づきに驚く
とともに、自分も物事をいろいろな
角度で見ているように思えた。

作業療法士さん
が考えた



流行にのってみよう!

ハーバリウムづくり

だんだん暖かくなってきたとはいえ、まだまだ外へ出るのがつらい季節だと思います。そんなときこそ家でこもりつきりにならず、体を動かして健康を維持しましょう。今回は、最近流行の「ハーバリウム」の作り方を紹介します。ハーバリウムとは“標本”という意味で、空の容器に花などを入れ、オイルを注いで飾るものです。とてもきれいになりますので、ぜひ作ってみましょう。

ここがポイント

- ・ 空の容器を探しましょう。家にあるフタつきで透明の容器はいろいろあると思います。思い出してみましょう。
- ・ 中に何を入れるか考えましょう。外へ出て、あちこち歩きながら自然の中にあるものを探し回ってみてください。
- ・ 今回は、造花、庭の植木、道にある雑草を使用しました。公園などの隅にある雑草も利用できます。

材料・道具

- ・ 空ビンや空のペットボトルなど、しっかりとフタが閉まる透明の容器
- ・ わりばし ・ はさみ ・ 輪ゴム
- ・ 端切れ ・ リボン
- ・ 洗濯のりまたはベビーオイル



中に入れるもの

- ・ 不要になった造花 ・ 枯葉
- ・ 松ぼっくり ・ 石 ・ ビー玉
- ・ 貝がら …など、水気のないもの



作り方

- ① 容器に入れるものを決める。
- ② 入れ方に気を付けながらビンに入れる。
※植物を入れる場合は束を作り、細い糸で結ぶときれいに入れられます。



← 根元を糸でむすぶ

- ③ 洗濯のりまたはベビーオイルをゆっくり注ぐ。
- ④ 注いだ後、わりばしで位置を調整する。
- ⑤ ふたをしっかりと閉める。(フタに飾りつけをしない場合はこれで完成です!)

- ⑥ フタに飾りつけをする場合は、10cmほどの端切れをフタにかぶせ、輪ゴムでとめた後、リボンで輪ゴムをかくす。



完成です!



社協職員
による

おマメで4コマ劇場



マメ太郎

作：林 篤史（地域福祉課）

マメ子

第30話 地域福祉コーディネーターに相談！



職員役：古沢 貴博（地域福祉課） 市民役：林 直子（地域福祉課）

第29話 レッツ！収集ボランティア！



職員役：林 直子（地域福祉課） 市民役：古沢 貴博（地域福祉課）



読者のコーナー

～99号の感想を皆さまのハガキ・メールの中から一部抜粋してご紹介します～

○インフルエンザについての記事を読んで、普段からの予防が大切だと改めて感じました。

20代男性

○まめのひとり言が好きです。粗汁が懐かしく、母が作る粗汁が食べたくなりました。孫もできてばあばになり、母の味に少しは近づけたかなと思っています。

50代女性

○色々な地域の情報を知ることができ、ちよつといいお話も役に立ちありがたいです。私も時々タオルを届けに社協に出向いています。

80代女性

○料理教室にしても芸術作品展にしても、障がい者の方たちがこんなにも頑張っているなんてすばらしいと思いました。

50代女性

掲 示 板

ボランティア保険のご案内

飯田市ボランティアセンターでは、ボランティア活動の事故の備えとしての保険を取り扱っています。地域の多くの方に活用していただいているものを2つご紹介します。

種 類	ボランティア活動保険	ボランティア行事保険
保険料 (プランによります)	基本タイプ 350円～ (／1人) 天災タイプ 500円～ (／1人)	1日1人あたり28円～ (最低保険料 560円～)
特 徴	ボランティア活動中の様々な事故によるケガや損害賠償責任を補償します。(ボランティアを行う方のための保険)	地域福祉活動やボランティア活動の様々な行事における主催者や参加者のケガ、主催者の賠償責任(主催者責任)を補償します。

※加入・補償要件の詳細によってはご希望に添えない場合もございます。

加入のお申し込み、詳しい内容につきましては飯田市ボランティアセンターまでお問い合わせください。(TEL:0265-53-3182)

身近なボランティア活動として収集ボランティアをやってみませんか？

わたしたちが無意識のうちに捨ててしまっているものの中にも、大切に収集し整理することにより大きな財源や資源につながるものがあります。

●飯田市ボランティアセンターで受け付けているもの

1. ベルマーク
- ※家庭用プリンターのインクカートリッジも可。
2. 使用済切手
3. 未使用(書き損じ)はがき



お問い合わせは…飯田市ボランティアセンターまで
TEL: 0265-53-3182



ちょっと
一息

「おマメで」クイズ??

社協報「おマメで」100号の中からクイズです。答えと右記の要項を添えてぜひご応募ください。
クイズに正解された方の中から抽選で5名に図書カードをお贈りします。

1. 「いいだ社協情報おマメで」の発行は今回で第何号になったでしょう？
2. 書き損じはがき1枚は、西アフリカ・ブルキナファソでは何になりますか？

応募要項(ハガキで応募される場合)

62	〒395-0024 飯田市社協 「おマメで」編集委員会 行	飯田市東栄町三〇八一
	①クイズの答え ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥「おマメで」の感想	

ご応募締め切り 4月末日

メールでの応募方法は2通り!!

- ① omamede@iidashakyo.or.jp にメール送信!
- ② 当社協のホームページから応募! おマメでクイズに参加してね

101号の誌面にてクイズの答え・当選者の発表を行います。

※ご応募の際にいただいた個人情報はプレゼント発送以外には使用いたしません。

※匿名表現でご感想を次回号に掲載させていただく場合がございます。ご了承ください。

99号のクイズの答え

1. 「にこにこ料理教室」
2. 「第4回」

当選された方

- ・今村 薫 様(座光寺) ・熊谷 真由美 様(松尾) ・中島 里始 様(川路)
・末元 由香子 様(上郷) ・中島 富美子 様(橋北)

社協おマメで体操
イメージキャラクター



マメ太郎 マメ子

多くのご応募ありがとうございました!



各情報の申し込み・お問い合わせは…

飯田市ボランティアセンター

(さんとびあ飯田 飯田市社協内)

電話 0265-53-3182

FAX 0265-53-3183

HP <http://www.iidashakyo.or.jp>

～東日本大震災被災地支援活動～ まめボラの会活動報告

ベルマーク127,854.3点を岩手県山田町へ贈りました!!



「まめボラの会」の皆様には仕分けしていただいた、市民の皆様からのベルマークを、山田町社協を通じて山田町立南小学校へお渡しすることができました。来年度も継続した活動を行いますので、ご協力をお願いいたします。

***** 山田町社協からのお礼のメッセージ *****

この度は、飯田市の皆さんの想いとたくさんのベルマークを寄贈頂きありがとうございました。震災から8年を迎えようとしており、町にも目に見える復興となり、繋がらなかった汽車も開通することができました。

南小学校は、震災後避難所となり多くの住民を受け入れました。校庭には35世帯の仮設が建設され、運動会等規模を縮小して開催していましたが、平成30年に撤去されました。多くの皆様の支援や思いに感謝しております。

嬉しいこともございますが、課題等も多く、これからの支援が私達の役割だと感じております。



書き損じはがき422枚(21,488円相当分)を支援団体へ贈りました

市民の皆様から寄付をしていただいた書き損じはがきを、世界で飢餓に直面する人々を支援する団体『特定非営利活動法人ハンガー・フリー・ワールド』へ送りました。

1枚の書き損じはがきが、西アフリカ プルキナファソでは給食1食分になります。引き続き、ご協力をお願いします。

受付:飯田市ボランティアセンター

まめボラ (ベルマーク作業ボラ) 日程

日時: 毎月第4金曜午後・土曜午前

場所: さんとびあ飯田

2階ボランティアルーム

4月19日(金)・20日(土)

5月24日(金)・25日(土)

6月21日(金)・22日(土)

※4月は第3金曜・土曜に行います

ボランティアさんに聞きました!!

「鼎声のボランティアグループ」は、「社協情報おマメで」や「広報かなえ」などを声に訳す活動をされているグループです。まだ鼎町だった昭和56年から活動されており、現在の活動は、各自の自宅で記事の言葉の意味を調べながら録音し、それらを編集・ダビング作業を経てテープ、CDとしてご登録している方へ郵送しています。一緒に録音などのボランティア活動をやっていただける方、目の不自由な方や読むことが苦手になってきて録音したCD等を利用してみたい方は、鼎図書館へお問い合わせください。

鼎図書館

TEL. 0265-23-9901

FAX. 0265-23-9908



～事業報告～ 飯伊ブロックボランティア 交流研究集会

2月24日(日)根羽村にて開催され、飯田市からは41名の皆さんが参加されました。今年も、講演会やボランティア活動を通じての発表等、充実した内容で行われ、ボランティア活動についての情報交換が活発に行われた研修会となりました。

