

ひだか社協だより「ひだまり」は、共同募金の配分を受けて発行しています。社会福祉協議会は、地域福祉をすすめる団体です。

ひだか社協だより

2019.7
HIDAMARI

ひだまり

特集

く
い
き
い
き
生
き
る
+
100
く
素敵に今を暮らす



No.114

彩の国ボランティア 体験プログラム

2019 in HIDAKA

参加者
募集!

子どもから大人まで、だれもが気軽にボランティア活動に参加できるきっかけとするため、さまざまな体験メニューを用意しました。みなさんからの応募をお待ちしています!!

申込方法

STEP 1 選ぶ

- メニューによっては、対象などにより参加できないものもあります。
- 対象と日程をよく確認し、希望メニューを選択。

STEP 2 記入

- 必要事項を申込書に記入。
- 応募人数に制限がありますので、第1～第3希望まで記入してください。

STEP 3 提出

- 7月に体験希望の人→7月16日(火)締め切り
- 8月に体験希望の人→7月23日(火)締め切り

提出方法

●窓口提出: 日高市社会福祉協議会 総合福祉センター「高麗の郷」へ (平日8:30～17:15)
※できるだけ窓口へ提出してください。
●郵送提出: 〒350-1235 日高市楡木201番地 FAX提出: 042-985-1411

STEP 4 説明会

- 必ず!説明会に参加してください。詳細は説明会でお知らせします。
- 7月体験希望の人→説明会は、7月19日(金)17:00～18:30
 - 8月体験希望の人→説明会は、7月27日(土)10:00～11:30
- ※会場は、いずれも総合福祉センター「高麗の郷」

やむを得ず
左記日程の説明会に
参加できない場合は
ご相談ください。

主催: 埼玉県社会福祉協議会・日高市社会福祉協議会

問合せ: 日高市社会福祉協議会(日高市ボランティアセンター)

〒350-1235 日高市大字楡木201番地 総合福祉センター「高麗の郷」内 電話042-985-9100

子育て・保育体験 活動内容: 子どもと遊んだり簡単な手伝い

No.	メニュー	体験期間 8/1(木)～30(金)・日時	募集人数	対象
H-1	高根保育所	平日9:00～16:00の間 会場: 施設敷地内(下鹿山490-1)	1日3名	高校生以上
H-2	高麗川保育所	平日8:30～17:15の間 会場: 施設敷地内(原宿69-2)	1日3名	高校生以上
H-3	高麗保育所	平日9:00～16:00 会場: 施設敷地内(梅原5-2) ※水遊びあり ※オリエンテーションあり	1日3名	高校生以上
H-4	あさひ保育園	*8/10～20は除く 平日8:30～16:30 会場: あさひ保育園(森戸新田99-4) キッズあさひ・おひさまクラブ(あさひ保育園横)	各施設 1日2名	高校生以上
H-5	開栄保育園	平日8:30～17:30の間 ※午前・午後のみ可 会場: 施設敷地内(旭ヶ丘720-4) ※事前面接の場合あり	1日2名	高校生以上
H-6	晃伸保育園	*8/19～30は除く 月～土8:30～16:30 会場: 施設敷地内(中鹿山359)	1日2名	高校生・大学生
H-7	日高こどもえん保育園	*8/12～16は除く 平日9:00～17:00 会場: 施設敷地内(新堀159) ※外国人学生可	1日3名	高校生以上
H-8	日高どろんこ保育園	月～土 高校生9:00～16:00・大学生・社会人8:00～17:00の間 会場: 施設敷地内(旭ヶ丘211-3)	1日2名	高校生以上
H-9	高麗川学童保育室	*8/13～15は除く 平日10:00～17:00の間 会場: 施設敷地内(原宿69-2)	1日2名	中学生以上
H-10	高根学童保育室	*8/1～15は除く 平日10:00～18:00 ※午後のみ可 会場: 施設敷地内(中鹿山523-3)	1日3名	高校生以上
H-11	高萩学童保育室	*金、8/13～15は除く 平日10:00～18:00 会場: 施設敷地内(高萩800)	1日4名	中学生以上
H-12	武蔵台学童保育室	*8/13～15は除く 平日9:30～18:00の間 ※午前・午後のみ可 会場: 施設敷地内(武蔵台5-1-1)	1日2名	高校生以上
H-13	高麗学童保育室	*8/12～15、22、28、30は除く 火・水・木10:00～17:00 会場: 施設敷地内(梅原294-2) ※川遊び(巾着田)あり	1日2名	高校生以上
H-14	高萩北学童保育室	*8/13～15は除く 月～土7:30～19:00の間 ※午前・午後のみ可 会場: 施設敷地内(旭ヶ丘800) ※事前面接・外出・プールあり	制限なし	高校生以上
H-15	高萩北かがやき学童保育室	*8/13～15は除く 平日7:30～18:00 会場: 施設敷地内(旭ヶ丘369) ※外出・プールあり	制限なし	高校生以上
H-16	高麗川かえで学童保育室	*8/6、7、13～16、21、27、30は除く 平日9:00～16:00 ※午前・午後のみ可 会場: 施設敷地内(南平沢335) ※プールあり	1日2名	中学生・高校生
H-17	高麗川さくら学童保育室	平日10:00～18:00の間 会場: 施設敷地内(南平沢331-1) ※プール・事前面接あり	1日2名	中学生以上
H-18	高麗川すみれ学童保育室	*8/13～15は除く 平日10:00～18:00の間 会場: 施設敷地内(南平沢1025)	1日2名	高校生以上
H-19	日高どろんこ学童保育室	月～土 中高生9:00～16:00・大学生・社会人8:00～17:00の間 会場: 施設敷地内(旭ヶ丘211-3)	制限なし	中学生以上
H-20	高根ラッキー学童保育室	*8/13～15は除く 平日7:30～18:30の間 会場: 施設敷地内(中鹿山523-4)	1日3名	高校生以上
H-21	高萩よつば学童保育室	*8/13～15は除く 月～土10:00～18:00の間 会場: 施設敷地内(高萩800)	1日3名	高校生以上
H-22	児童家庭支援センターシャローム	平日9:00～16:00の間の2～3時間 会場: 同仁学院内 保育室シオン(高麗川1-5-28)	1日2名	大学生

コミュニティ食堂 活動内容:小学生の見守り、配膳や片付け、宿題の手伝いなど

No.	メニュー	体験期間・日時	募集人数	対象
R-1	ぬくもりげんき食堂	①8/19(月) ② 8/26(月) 9:00～15:00 会場:こま川団地ショッピングセンター内 たかねサロン(下鹿山527)	1日5名	中学生以上
R-2	やまなみ食堂	①7/23(火) ② 8/26(月) 9:00～15:00の間 会場:武蔵台公民館(武蔵台5-1-2)	1日5名	中学生以上
R-3	地域食堂ちゃぶ台	①8/ 6(火) 15:00～19:00 高麗川南公民館(中鹿山81-1) ②8/21(水) 10:00～14:00 高麗公民館(栗坪92-2)	1日3名	中学生以上

環境保全活動

No.	メニュー	体験期間・日時	募集人数	対象
E-1	ひだか憩いの森サポートクラブ 「里山・花畑づくり」	花畑:7/26(金)・8/9(金)・8/23(金) ※中学生以上 里山:8/25(日) ※高校生以上 いずれも9:00～12:00 会場:日高総合公園(高萩1500)	1日20名	中学生以上 高校生以上 ※メニューによる
E-2	自然をきれいに 「川の生き物観察 清掃」	8/18(日) 13:00～15:00頃 会場:高麗川 ※集合 高麗公民館(栗坪92-2)ロビー	5名	中学生以上
E-3	鹿山の森を守る会 「自然保護活動」	8/18(日)9:00～12:00 会場:日高市鹿山651・653・661-1	5名	中学生以上

高齢者施設での体験 活動内容:イベントの手伝い、話し相手など

No.	メニュー	体験期間・日時	募集人数	対象
K-1	さわやかひだか館 「2019夏まつり」	8/3(土) 11:00～14:00 会場:施設内(高萩1112-2) ※当日オリエンテーションあり	制限なし	中学生以上
K-2	日高の里「夏まつり」	8/7(水)・14(水) 13:30～16:00 会場:施設内(久保96-1)	1日5名	中学生以上
K-3	清流苑「納涼祭」	8/3(土) 17:00～19:00 会場:施設内(横手401-5) ※当日オリエンテーションあり	5名	中学生・高校生
K-4	いろどりの里「夏まつり」	8/25(金) 10:00～15:30 ※小学1.2.3年生は保護者同伴で参加可能 会場:施設内(女影454-4) ※オリエンテーションあり	制限なし	小学4年以上
K-5	ふるさとけあ「夏まつり」	8/2(金)9:00～15:00 会場:施設内(原宿91-1)	4名	中学生・高校生・大学生
K-6	ベテラン館こまがわ 「今年も暑いぜ!こまがわまつり」	8/23(金)9:30～16:30 会場:施設内(四本木2-5-1)	5名	中学生・高校生
K-7	ゆうらくの里	8/1(木)～31(土) 月～土10:00～16:00 会場:施設内(四本木1-2-14)	1日2名	小学5年以上
K-8	清雅園「夏まつり」	8/2(金) 10:00～15:00 会場:施設内(森戸新田99-2) ※オリエンテーションあり 7/6(土) 10:00～11:00	1日9名	高校生以上

障がい者施設での体験 活動内容:イベント模擬店や活動の手伝いなど

No.	メニュー	体験期間・日時	募集人数	対象
S-1	かわせみ「夏まつり」	準備7/24(水)・25(木)・26(金) 当日7/27(土) 片付け7/29(月)9:30～16:30の間 会場:施設内(栗坪120-1)	1日5名	中学生以上
S-2	陶晃山ふれあい工房 「自然の大地を耕し 農業を楽しむ」	7/20(土)～8/10(土)、8/16(金)～31日(土) 9:00～15:00 ※木、日は除く 会場:施設内(新堀984-6)及び畑	1日3名	中学生以上
S-3	こまのさと 作業所	8/1(木)～30(金) 平日9:30～15:30 会場:施設内 総合福祉センター高麗の郷(楡木201)	1日2名	中学生以上

↑ 上記高齢者施設・障がい者施設、イベント日程以外のボランティアについては、ご相談ください。

障がい者支援を行うボランティア団体や学校などでの体験

No.	メニュー	体験期間・日時	募集人数	対象
S-4	日高点字の会 「パソコンを使った点訳体験」	8/1(木) 13:00～16:00 会場:総合福祉センター高麗の郷(楡木201)	10名	中学生以上
S-5	もくせいの会 視覚障がい者支援 「自分の声でCD録音体験!」	8/20(火) 10:00～12:00 会場:総合福祉センター高麗の郷(楡木201)	10名	中学生以上
S-6	ガイドヘルプ「あい」 視覚障がい者ガイド体験 「見えないってどんなこと?」	8/27(火) 10:00～15:00 会場:総合福祉センター高麗の郷(楡木201)	20名	中学生以上
S-7	日高特別支援学校 「防災イベントスタッフ」	7/24(水)9:30～12:00 会場:日高特別支援学校(高富59-1)	20名	中学生以上
S-8	パラリンピック 「車いすバスケ、スラローム体験」	8/4(日) 13:00～16:00 会場:ひだかアリーナ(南平沢1010)	20名	中学生以上

高校生のたまり場プロジェクト! 企画メンバー募集! 詳しくは申込書をご覧ください

あす **第1回**

令和の「今」を生きる人たちに焦点をあて、その暮らしぶりを紹介する特集。

今回は「人生100年時代を楽しむ」をテーマにしました。

健康を維持しながら年を重ねる「健康長寿」は、多くの人たちの願いです。

その健康長寿を実現しているのが、大正生まれの宮崎ちゑ子さん(下鹿山在住)。

100歳を超えてもなお、地域で自立した生活を送る宮崎さんの、暮らしぶりを伺ってみました。

今もスニーカーを履いて颯爽(さっそう)と歩いていらっやいますますが、宮崎さんは昔から行動的だったのですか？

取り立てて行動的であつたわけでもないと思うけど…。東京の浅草の生まれで、活気のあるまちで育ちました。小石川にあった女学校には市電(当時、東京市内を走っていた路面電車)で通っていたのだけど、寝坊して遅刻しそうになった時などは、円タク(市内を走っていたタクシの当時の呼称)で学校まで乗り付けたりしてね(笑)。太平洋戦争が本格化するまでは、明るい時代もあつたものね。

地域の中にある体操教室に熱心に通っていらっやいますますが、外出することを面倒に思ったり、たいへんと感じたりすることはありますか？

外出することは好きで、地域内にある「たかねサロン」※でのくりくり元気体操の教室のほか、たまにはバスに乗って買い物にも行きます。ただし、毎日歩くのはさすがに疲れてしまうので、だいたい1日おきにするようにしています。買い物は、宅配サービスも使うけど、やっぱり直接お店を選んで買うことが楽しいです。以前、スーパーに買い物に行ったのだけれど、つつい楽しくなつて、気がついたら帰りに持ちきれないほどになつてしまったの(笑)。

日々の暮らしの中で、何かこころがけていることなどはありますか？

自身を甘やかさないようにはしています。誰かを頼って生きていくわけにはいかないし…。そのためには、かえつて憎らしいくらいのおばあさんでいたいわ(笑)。あと、からだに入る食べ物とはとてもたいせつね。油もオリーブ油を使うし、味付けもみりんを使って、薄味が基本。食べ過ぎにならないよう、量にも気を付けています。おかげさまで、主治医の先生から、血圧も血糖値も「優等生」つてほめられています。



今後、チャレンジしてみたいと思つていることはありますか？

特にこれといって、何かしたいということもないけれど…。ちよつと前になるけど、毛糸編みならできかなと思つて、生まれたばかりの赤ちゃんの靴下を編むために毛糸を準備したことがあつたわ。できるかどうか分からないけれど、教えてくれる人がいたら、ひよつとしたら私も編めるかしら。

取材を終えて

大正7年、浅草生まれの宮崎さん。ピンと伸びた背筋、会話における真っ直ぐな眼差し、軽妙洒脱な受け答え。「親戚の双子の高校生と文通をしています。原宿に行って、ご飯



素敵に今を暮

～いきいき生きる+100～

とある日の宮崎さんの1日

(取材をもとに一部再構成)

- 6時30分 ● 起床。食事はゆつくりと。
朝ご飯の鮭の切り身にはオリーブ油をかけて。
- 9時30分 ● 家を出発。歩いてたかねサロンへ。杖は使いません。
- 10時～12時 ● たかねサロンでくくり元気体操。真剣に取り組んだ後、スタッフやメンバーと談笑。
- 15時 ● 帰宅。お腹が空っぽになったことを確認してから遅めの食事。鶏むね肉などを使った薄味の料理。時には赤ワインを少し。片足立ち30秒の運動を生活のいろんな場面で。
- 18時 ● テレビを観てゆつくりと過ごす。サッカーなどのスポーツ番組がお気に入り。宅配で購入するものの注文書の作成。
- 21時 ● 就寝。

を食べた後、1つのデザートを3人でつついて食べて…という話を聞いて、自分が17歳の頃を思い出して楽しかったわ」と。宮崎さんの「今」が聴けた素敵な時間でした！

※ 宮崎さんが通う「たかねサロン」

地域支え合い活動をしている「たかね地域おたすけ隊」(代表: 結城君枝さん)が、こま川団地ショッピングセンターの空き店舗を借りて実施している地域交流拠点。高根学校区の住民が利用しています。くくり元気体操などの介護予防教室のほか、地域おたすけ隊の相談窓口として開設しています。たかねサロンや地域おたすけ隊の運営スタッフ(ボランティア)を募集しています。身近な地域で活動してみませんか。詳細は結城さん(たかね地域おたすけ隊専用電話: 080-3330-0494)まで



たかねサロンの前でスタッフのみなさんと。(写真右が宮崎さん)

認知症サポーター養成講座

住み慣れた地域で
安心して暮らせるよう
“認知症”について
学びましょう



日 時	7月20日(土) 10:00～11:30	8月24日(土) 18:30～20:00
場 所	高麗川公民館	高萩公民館
問合せ	高麗川地域包括支援センター ☎042-984-1362	高萩地域包括支援センター ☎042-984-3001
申 込	不要 直接会場へおこしください	

インターネットによる新しいボランティア登録の仕組み

ボランティアの情報データベース & マッチングサイト



日高 -hidaka-
ボランティアネット

OPEN!

やりたいボランティアが見つかる! ボランティア団体
とつながる!

ボランティア・イベント・サークル多様な「情報」をお手元
の「スマホ」で一括管理。

社会福祉法人日高市社会福祉協議会

日高市ボランティアセンター

<https://www.hidaka-v-net.com>

問合せ ☎042-985-9100

e-mail: hidakashi-shakyo@hidakashi-shakyo.or.jp

日高ボランティアネット



平成31年度

第1回里親入門講座のご案内

日 時: 7月28日(日) 14:00～16:00

場 所: ウェスタ川越 多目的ホールD(1階)

内 容: ①里親制度の説明
②養育体験談

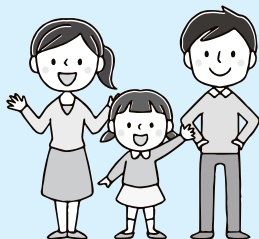
対 象: 埼玉県内にお住まいの方で、里親制度につい
て関心のある方

定 員: 50人(申込順)

申 込: 川越児童相談所
(里親推進担当)

☎049-223-4152

参加料: 無料



無料法律相談



7/11木

8/8木

9/12木

時間: 13:00～14:20(相談時間は1人20分)

会場: 総合福祉センター「高麗の郷」

※完全予約制、先着順となります。
予約は2週間前より開始!!

問合せ

☎042-985-9100

小中学生作文コンクール

～支えあいの実体験を通して感じた思い～

テーマ「感謝と成長のエピソード」

作品大募集

応募区分	小学生の部	中学生の部
対象学年	市内在学の4～6年生	市内在学の全学年
内 容	家族、友だち、地域の人とのつながりや支えあい、 ふれあいの中で感じたこと、気づいたこと、体験し たこと、考えたことについて。	
文 字 数	400字詰め原稿用紙 800字以内	400字詰め原稿用紙 1,200字以内
締 切	1行目に題名、2行目に学校名・学年、3行目に氏名 を必ず記入してください	
締 切	9月6日(金)	
応募方法	小・中学校を通して日高市社会福祉協議会に応募 してください。	
問 合 せ	地域福祉係 ☎042-985-9100	

福祉の仕事 地域就職相談会

高齢者・障がい者の施設や
保育園で、地域を支える仕事を
してみませんか?



日 時: 7月21日(日)

12:00～15:00

12:00～13:00 就職支援セミナー

13:00～15:00 就職相談会

場 所: 飯能市市民活動センター 多目的ホール他
参加費: 無料

問合せ: 社会福祉法人 埼玉県社会福祉協議会
福祉人材センター ☎048-833-8033
月～金 10:00～17:00(祝祭日を除く)

※事前申し込みされた方には素敵なプレゼント!!
(申し込みが無くてもご参加いただけます)

日高市 産前産後家庭サポート サポーター講習会のご案内

妊婦さんや出産後のママがいる家庭で、家事・育児のお手伝いをしてくださる地域の人を募集します。

① 9月26日(木) 10:00～15:00

総合福祉センター「高麗の郷」 会議室A

② 11月7日(木) 9:00～12:00

飯能日高消防署 日高分署

(8:45「高麗の郷」正面玄関集合→徒歩で移動)



- 対 象 市内在住で、心身ともに健康で子育て援助活動に理解がある人
- 定 員 10名
- 費 用 無料
- 持ち物 筆記用具(9月26日はお弁当。「高麗の郷」内の食堂・売店も利用できます)
- 締切り 9月23日(月)まで
- 申 込 総合福祉センター「高麗の郷」内 社会福祉協議会まで ☎042-985-9100

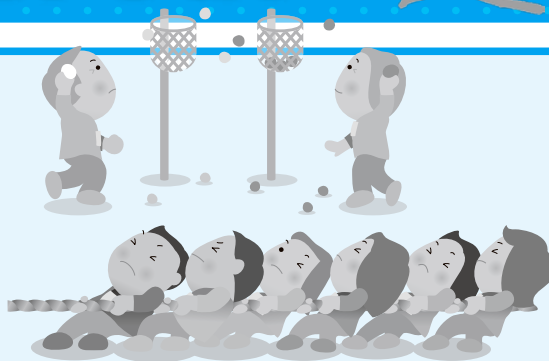


かもめ REPORT



福祉スポーツ大会を開催しました

6月2日(日)に文化体育館「ひだかアリーナ」で第39回福祉スポーツ大会を開催しました。参加者、ボランティア等を含めて450名が参加。障がいのある方とボランティアが一緒になって玉入れ、パン食い競走、綱引きなどで汗を流し交流を深めました。



3月25日(月)「障がい者就労支援交流会」を開催しました

日高市障がい者就労支援センター「えるむ」ではご本人やその家族、支援者を対象に毎年、交流会を開催しています。



4回目の開催となった今回は、長く就労している3名の方々への質疑応答も行いました。3名の方は緊張をしながらも、参加者からの「ストレスを感じた時はどう切り替えるか?」「休みの日の過ごし方は?」などの質問に堂々と答えていました。参加者からは積極的な質問や意見、自分の悩みなど、有意義な情報交換の場となりました。終了後には「こういう意見交換の場所がもっと欲しい」「自分と同じ障がいの仲間と知り合って話したい」という意見を多くいただきました。

集まった使用済み切手を 持っていきました

4月8日(月)に、視覚障がいの方の外出支援をしているボランティア団体「ガイドヘルプあい」さんが、みなさんから寄せられた使用済み切手を「養護盲老人ホームひとみ園」へ持っていかれました。



左:ひとみ園茂木園長、右:ガイドヘルプ「あい」広田さん

あなたの疑問に直球回答



7月1日から「社協会員会費増強期間」が始まります。

Q この時期、社協会費の募集がありますが、
いったい何の目的で使われているのかわかりません。
(50代・主婦)



A みなさんからの会費は、外出の「手段」と「機会」を整えるための
※
財源のひとつとして、活用しています。私たちは、高齢になっても、安心して
外出できることで、**健康寿命**を延ばし、介護の**リスクを減らせる**と考えています。
※会費は他にも法人運営や地域福祉事業への助成・福祉教育やボランティア活動などに活用しています。



付き添い支援での一コマ



武蔵台地域おたすけ隊 進藤さん
私たちの活動に対して、社会福祉協議会から家賃の一部補助や、自動車の長期貸出を受けています。活動を安心して継続していくために、サービスを利用している人にも「ぜひ社協会員になって活動を支援してください」とお願いしています。

外出の手段として 地域おたすけ隊への支援

地域おたすけ隊は、地域住民による生活支援の取組で、平成30年度は年間約3,000件、支援時間は4,000時間を超えるサービス提供を行いました。支援時間の約半分が、通院や買い物の際の付き添い支援であり、社会福祉協議会はこの取組の支援を通じて、地域住民の外出を支えています。

外出の機会として サロン活動への支援

身近な地域の中で、歩いて気軽に参加できる「サロン活動」。自治会館や公会堂などの場所を使って、市内18箇所で取り組まれています。時には食事をしながらふれあいのひとときを過ごしています。家に閉じこもらないようにするために、社会福祉協議会はこの取組を支援しています。



鹿山上記ひまわり会 渡辺さん
「地域の中に『縁側』のようなあたたかい場所があったらいいな」という思いでこの活動は始まりました。地域のみなさんの理解と協力、ボランティアの創意工夫、そして社協会費からの助成金が相まって、たいせつな「地域の居場所」になっていると感じています。



鹿山上記ひまわり会での一コマ