



# 社協たつの

発行/社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会

TEL:0266-41-4500 FAX:0266-41-1525 E-mail:syakyo@town.tatsuno.lg.jp  
〒399-0428 長野県上伊那郡辰野町大字伊那富 2681-1 辰野町老人福祉センター内  
http://syakyo.town.tatsuno.nagano.jp



長年の社会福祉活動に感謝と更なる地域福祉の発展を目指して

## 辰野町社会福祉大会 が開催されました



10月26日（土）に町保健センター「ぬくもりの里」を  
会場に令和6年度辰野町社会福祉大会が開催されました。

今後の展開にこうご期待!

### "地域の縁側"づくり についての講演会



長野市の「縁側育みプロジェクト」代表の小林さんを講師にお迎えし、地域における居場所の大切さとその役割についてお話いただきました。

【たつの方式で!!】  
たのしく  
つながる仕掛け  
のんびり自分達のペースで

みんなに広げたい活動

### 辰野町内の "地域の縁側"紹介



10年の長きにわたり「押野いきいきサロン」を主宰されている竹澤さん、今年度より新しく「自然のリズムを感じて健康寿命を延ばそう会」を初めた唐澤さんより事例発表をしていただきました。

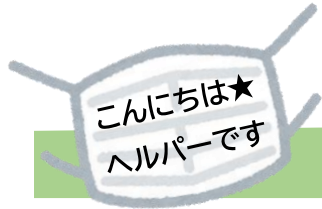
### 参加者の声

- ・「まちの縁側」は柔軟で幅広いやり方でどんな状況の人でも受け入れまき込んでいく、そんなことが実現できたらいいですね。
- ・地域の団体の発表は大変良かった。小さなところから支え合いができる日々地域（区）でありたい。
- ・課題は如何に一人暮らしの方や高齢者を外に出させるかだと思う。事例発表の方々、外にできることを前向きにとらえている方と思う。
- ・地域について考えるととても充実した時間となりました。もっと周知されたいのものが散りばめられていました。だれもが居心地の良いが実現しますように。

## 令和6年度 表彰者の皆様をご紹介します

- 林 佳子 (敬称略)
- 宮澤 英子
- 一ノ瀬 美紀子
- 一ノ瀬 美香
- 竹澤 妙子
- 沖山 芳江
- 有坂 ヨシ子
- 根橋 春江
- 漆戸 幸子
- 垣内 京子
- 熊谷 さとゑ
- 有賀 ひさ子
- 佐竹 美智子
- 岡田 明子
- 渡辺 美江
- 三澤 良子
- 田中 琴子
- 吉田 まゆみ
- 遠藤 里久美
- 古村 登
- 花岡 猛
- 腹話術友の会 たつの
- 辰野町消費者の会
- 赤羽中山砂防堰堤 公園愛護会
- ボランティア及び  
ボランティア団体】
- 塩澤 誠

【地域福祉の向上に  
顕著な功績のあった  
個人】



# 感染症に気をつけましょう！

気温が低下し、空気が乾燥して感染症が流行しやすい季節になりました。冬はインフルエンザやノロウイルスなどが流行します。感染対策をして未然に防ぐようにしましょう。

感染症の感染経路には、飛沫感染、接触感染、空気感染の3つがあり、これらの感染経路を断つ事が予防策としてとても大切です。身体介護や生活援助などで、利用者さんのご自宅に伺うホームヘルパーは、『マスクの着用』、『使用したエプロンやタオルの使い回しはせず、訪問1件ごとに取り替えて洗濯をする』、『訪問から戻った後は、うがい、手洗い消毒の励行』を徹底しています。また、辰野町社会福祉協議会では年に1回、感染症についての研修を実施しています。

## 感染症〇×クイズ

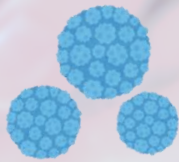
① 手指を洗った後に消毒する方法で正しいのは、自然乾燥させた後に消毒する？



② インフルエンザの予防接種は、接種した日から効果がある？



③ ノロウイルスは、食べ物からの感染のみで人からは感染しない？



④ 手洗いの時、ウイルスを取り除くためには、30秒かけて洗えばよい？



### 解説と回答

①手指が濡れた状態で消毒をしても効果はありません。また、自然乾燥をさせると、せっかく洗った手指に細菌が再び付着してしまいます。そのため、消毒する前にハンカチやペーパータオルなどを使って、手に付いた水分をきれいに拭き取った状態で消毒をするようにしてください。(正解は×)

②ワクチンの効果は2週間後から現れると言われています。そのため流行する前に予防接種することが大切です。予防接種をすれば、感染後の発病をおさえる効果と、発症後の重症化を防ぐ効果があります。まったく感染しないというわけではないので、マスクの着用や手洗いなどの対策は必要です。(正解は×)

③人から接触感染や飛沫感染することがあります。また感染者の便や吐物から出た細かい粒子を吸い込むことによる経口感染もあります。ノロウイルスは症状がおさまっても、その後1週間から1か月程度は、便の中にノロウイルスが排泄されます。治癒後も感染を拡げないように注意しましょう。(正解は×)

④風邪や感染症対策に欠かせないのが手洗いです。ウイルスが付いたままの手で口や鼻を触ると感染症にかかりやすくなります。手を洗う時に石鹸で30秒間揉み洗いをした後、流水で流すだけでかなりのウイルスを取り除くことができます。手洗いができない場合は、アルコール消毒だけでもしておきましょう。(正解は〇)

問い合わせ 社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会 指定訪問介護事業所 【電話 0266-41-4500】

### 辰野町社会福祉協議会への寄付

ご厚情に厚く御礼申し上げます。戴いた寄付に関しましては、福祉事業に活用させていただきます。

期間：令和6年10月9日(水)～令和6年11月15日(金)

遺志金	寄付者
故 竹内 久美子 様	竹内 稔 様
故 吉川 勝 様	吉川 勝大 様

御寄付	寄付者
寄付金	辰野中学校還暦同窓会 昭和50年度卒業実行委員会

# 暮らしの紹介

Vol.1

このコーナーは介護保険サービス  
を利用しながら、ご自宅でいきいきと  
生活されている方をご紹介します。  
記念すべき第1回目の登場は、  
**春日さん**です。

## Q1.利用している介護保険サービスは？

デイサービス・訪問介護・福祉用具レンタルです。

## Q2. サービスを利用してみてどうですか？

デイサービスに通い始めて長く歩けるようになったし、立っ  
ていられる時間も長くなったよ。

デイでやる体操も続けていると効果があるんだなあと思う。

訪問してくれるヘルパーさんに具だ  
くさんの汁物を作ってもらいます。温か  
い食事摂れるからありがたい。

ヘルパーさんに食事作りを一緒にやっ  
てもらってるよ。体操のおかげで台所に  
立っていられる時間が長くなりました。

玄関に付けた手すりは、とっても便利  
だね。もう無いことが考えられないくらい。



一番面白い  
時代劇は、  
「暴れん坊将軍」  
だね!



## Q3.好きなことは？

『くよくよ考えないこと』

## Q4.元気に暮らし続ける秘訣は？

### 担当ケアマネより

「足が弱くなっちゃいけない」と、運動をととても頑張  
っています。麻雀がとても楽しいそうです。続けられ  
るように元気に過ごしてほしいですね。

【問い合わせ】社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会 指定居宅介護支援事業所 【電話 0266-41-4500】

## ありがとうございました



10月11日(金)公益社団法人伊那広域シルバー  
人材センター辰野事務所に登録されている会員の  
皆さんが、社会貢献事業の一環として、辰野町老人  
福祉センターの清掃活動を行っていただきました。



11月12日(火)上伊那仏教会北部支会の皆さん  
より寄附金をいただきました。

### 「令和6年度 能登半島地震災害義援金」

## 御礼とご報告

町民の皆様より暖かいお気持ちをお寄せいただきました標記  
の義援金を石川県・福井県・新潟県・富山県の各共同募金会へ  
送金させていただきましたことをご報告させていただきます。

期 間：令和6年1月14日～9月30日

募金総額：¥449,663

**引き続き義援金受付中です**

令和6年能登半島地震災害 / 令和6年能登豪雨災害



# 12月のスケジュール



2024

日	月	火	水	木	金	土
1 	2	3	4	5 いきいき ダンス教室 9:00~10:00	6	7
8	9 編物教室 9:30~11:30	10	11 福祉機器 (竜東地区) 9:00~11:00 ストレッチ・ヨガ教室 15:00~16:00	12 太極拳教室 9:30~11:30 社交ダンス教室 10:00~11:00	13 心配ごと相談 13:00~15:00 行政相談 13:00~15:00 健康麻雀 13:00~16:30	14 
15 	16 	17 ほたるこども食堂 (ぬくもりの里) 16:00配布開始	18 福祉機器 (小野雨沢地区) 9:00~11:00	19 いきいき ダンス教室 9:00~10:00 社協中間監査 14:00~17:00	20 健康麻雀 13:00~16:30	21
22	23 編物教室 9:30~11:30	24 	25 健康運動教室 13:30~14:30 ストレッチ・ヨガ教室 15:00~16:00	26 太極拳教室 9:30~11:30 社交ダンス教室 10:00~11:00	27 心配ごと相談 13:00~15:00 法律相談 15:00~16:00	28 
29	30	31 	<b>【各施設の年末年始休館日】</b> ・老人福祉センター ・ボランティアセンター ・ほたるの里世代間交流センター「茶の間」 <b>12月28日(土)~1月5日(日)</b>			

## 老人福祉センター

### 福祉機器のご利用について

- 【無料開放】 毎週火・金曜日の13:00~16:00  
※どなたでもご利用いただけます。
- 【利用地区】 12月11日(水)竜東地区  
12月18日(水)小野雨沢地区
- 【利用時間】 9:00~11:00
- 【利用料】 1回300円(送迎付き)



## 令和6年度 高齢者教室 ※会場:辰野町老人福祉センター

- 【太極拳教室】 12月12日(木)、26日(木) 9:30~11:30
- 【いきいきダンス教室】 12月5日(木)、19日(木) 9:00~10:00
- 【社交ダンス教室】 12月12日(木)、26日(木) 10:00~11:00
- 【健康麻雀教室】 12月13日(金)、20日(金) 13:00~16:00
- 【編物教室】 12月9日(月)、23日(月) 9:30~11:30
- 【ストレッチ・ヨガ教室】 12月11日(水)、25日(水) 15:00~16:00



## 健康運動教室(主催 辰野町シニアクラブ連合会)

- 【日にち】 12月25日(水)
- 【時間】 13:30~14:30
- 【参加費】 シニアクラブ会員(町連合会)は無料、非会員の方は100円
- 【持ち物】 体操で使用するタオル、水分補給用の飲み物



## ほたるこども食堂(共催 辰野ライオンズクラブ)

- 【日にち】 12月17日(火)
- 【時間】 16:00から(当日用意したお弁当が終了するまで)
- 【会場】 辰野町保健福祉センター「ぬくもりの里」
- 【費用】 中学生以下は無料(高校生100円、大人300円)  
※持ち帰り用のお弁当180食をご用意してお待ちしております。



## 各種相談日

- 民生委員と社会福祉協議会職員が日々の生活における困りごとなどをお聞きします。
- 町の行政相談員が行政手続きなどについてお聞きします。
- 司法書士の先生が法律に関係するご相談に対応いたします。



※1日2組まで(15:00~15:30、15:30~16:00)  
※③は完全予約制となります。12月20日(金)までに社会福祉協議会までご連絡ください。  
電話 41-4500

相談内容	日程	時間	会場
①心配ごと相談	12月13日(金) 12月27日(金)	13:00~15:00	老人福祉センター (※相談はすべて無料です)
②行政相談	12月13日(金)	13:00~15:00	
③法律相談	12月27日(金)	15:00~15:30 15:30~16:00	

早いもので今年も残すところひと月となりました。元日の能登半島地震からはじまり、8月には宮崎県の日向灘を震源に発生した大地震を発端に「南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)」が初めて発表されるなど、自然災害の脅威と、いざという時の備えがいかに大切か改めて考えさせられました。ホームセンターの防災グッズコーナーの品揃えも多岐にわたり、売り場の面積も以前より広がっている気がします。私も家族が日中はバラバラになっているので、災害が発生した際のそれぞれの動きや、連絡・合流の手段などについて確認をしましたが、そもそも災害自体いつ、どこで起こるかわかりませんので、想定されているものではないです。大切なのはいざという時に冷静になることと、自助(自分や家族のは自分で守る)・共助(近隣住民・被災者同士の助け合い)の心だと思えます。災害のない日々が続くことを祈るばかりです。㊦



◆この広報誌は「赤い羽根共同募金」運動の配分金により発行されています。