



6月のスケジュール



日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
	辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会 13:30~15:00	福祉機器利用自由日 13:00~16:00	みんなで楽しく!座っているストレッチ講座 10:00~11:00	いきいきダンス教室 9:00~10:00 ほのぼのランチ配達日	福祉機器利用自由日 13:00~16:00 健康麻雀教室 13:00~16:30	
社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会 辰野町ボランティアセンター 辰野町ほたるの里 世代間交流センター「茶の間」 福 たつの町保健福祉センター						
7	8	9	10	11	12	13
	編物教室 9:30~11:30	福祉機器利用自由日 13:00~16:00	オレンジカフェ 10:00~12:00	太極拳教室 9:30~11:30 社交ダンス教室 10:00~11:00 元気快福相談会 13:30~15:30 ほのぼのランチ配達日	福祉機器利用自由日 13:00~16:00 心配ごと相談 13:00~15:00 行政相談 13:00~15:00	
6月9日(火)~6月21日(日)の間、ほたる祭りお祭り本部となるため、施設貸出し及び展示は行いません。						
14	15	16	17	18	19	20
	社協理事会 14:00~16:00	福祉機器利用自由日 13:00~16:00 ほたるこども食堂(めくもりの里) 16:00配布開始		いきいきダンス教室 9:00~10:00 ほのぼのランチ配達日	福祉機器利用自由日 13:00~16:00 健康麻雀教室 13:00~16:30 辰野高校JRCクラブぬり絵交流 16:15~16:55	
21	22	23	24	25	26	27
	編物教室 9:30~11:30	福祉機器利用自由日 13:00~16:00	わくわくシニア倶楽部 13:30~15:00 元気快福相談会 13:30~15:30	太極拳教室 9:30~11:30 社交ダンス教室 10:00~11:00 ほのぼのランチ配達日	福祉機器利用自由日 13:00~16:00 心配ごと相談 13:00~15:00 法律相談(※要予約) 15:00~16:00 山野草茶話会 13:30~15:30	
28	29	30	1	2	3	4
		福祉機器利用自由日 13:00~16:00 社協評議員会 14:00~16:00				
茶の間ギャラリー 前田書道教室「書道展」 ▶6月23日(火)~7月3日(金)						

社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会
〒399-0428
長野県上伊那郡辰野町大字伊那富2681番地1
辰野町老人福祉センター内
電話:0266-41-4500 FAX:0266-41-1525
E-mail:syakyotown.tatsuno.lg.jp
http://syakyo.town.tatsuno.nagano.jp

辰野町ボランティアセンター
〒399-0428
長野県上伊那郡辰野町大字伊那富2674番地1
電話:0266-41-5558
FAX:0266-41-3922
E-mail:volunteer@tatsunomachi.jp

辰野町ほたるの里 世代間交流センター「茶の間」
〒399-0421
長野県上伊那郡辰野町大字辰野1801-4
電話:0266-41-2180
FAX:0266-41-2187
E-mail:chanoma@town.tatsuno.lg.jp

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おります。

ふれあいネットワーク

だんのくらしのあわせ

社協だつの



令和8年
6月号
No.188

発行: 社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会

人と人とのつながりを / 引き継がれる手作りのオリジナルカレンダー制作 辰野高校JRCクラブ

辰野高校JRCクラブでは毎月自分たちでデザインしたオリジナルカレンダーを1枚1枚色鉛筆で色を塗って140枚作成して辰野町内の公共施設に配布しています。また、毎月第2土曜日には辰野図書館で折り紙教室を開催して、親子で楽しめるいろいろな折り紙を紹介しながら折り方の指導をしています。現在の部員は1年生から3年生まで4人です。ここ数年、部員数が減少してきたことや、学校の行事も多様化してきたことで、JRCクラブの部員だけでは140枚のカレンダーを制作するのが大変になってきたため、毎月1回、辰野町ボランティアセンターで地域の方にご協力をいただきながら一緒に色塗り作業を行っています。



カレンダーの色塗り作業



代表
赤羽 凌空さん
(3年生)

高校でも何か部活動をやりたいなあと思った時、中学の時は情報経理部に所属していたけど、もしかしたら自分はあまり計算が得意ではないのではと感じたため、消去法でJRCクラブを選びました。カレンダーを作る上で一番心がけていることは、「図案」です。季節感を出してみんなが見て楽しめる絵柄にすること、かわいい絵柄にしないこと、制作枚数が140

枚と多く、1枚1枚色を塗るため、あまり細かくしないように工夫しています。カレンダーの下書きはみんなで順番に行っています。絵はあまり得意じゃないけど描くことは好きです。部員みんなでいろいろとおしゃべりしながら、自分のペースでできるところが自分にあっていると思います。



顧問
岩間 さやか先生
(辰野高校養護教諭)

制作するカレンダーの枚数が多いこともあって、毎月皆で頑張っております。クラブの運営も生徒が主体となって進めてくれているのでとても心強く感じています。これからもいろいろと教えてもらいながら続けていきたいと思っています。



ボランティア
沖山 芳江さん

辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員の会議の中でJRCクラブの活動を知り、昨年の4月からカレンダーの色塗りのお手伝いをさせていただいています。高校生(若い世代の人たち)と関われるのが1ヶ月に1回、この機会だけなので、毎回皆さんに会えるのを楽しみにしています。元々ぬり絵が好きだったので、この作業は自分に合っている活動だと感じています。

昨年、辰野高校JRCクラブは部活動を開始して30年という節目の年となりました。これまでの長きに亘る活動が評価され、辰野町功績者表彰式において感謝状を贈呈されました。生徒さん達が「先輩たちが築かれた歴史のおかげ」と謙虚に受け止めて、「これからも自分たちができることを精一杯続けていきたい」と話されていたのがとても印象的でした。

これからも地域とのつながりを大切にして活動を続けていただきたいと思います。



おりがみ教室

令和7年度
辰野町功績者表彰式

令和8年度 地域福祉コーディネーターの紹介

地域福祉コーディネーターは地域の方や団体、関係機関などとの連携や情報交換を通して「支え合いの地域づくり」が広がるようお手伝いをさせていただきます。また、地域の困りごとや心配ごとを「まるごと」受け止め、その課題解決に向けて支援とネットワークづくりを行っています。



荻原 ゆりか

担当地区：町全体／上島／宮木／北大出

地域には皆さんが当たり前のように行って、気付いていない“支え合い”がたくさんあると感じています。そういった地域資源＝地域の“お宝”を発見し、地域支援につなげられるよう積極的に地域へ出向いて行こうと思います。皆さんの地域のことを教えてください！



湯本 千織

担当地区：小野／川島／下辰野／平出

地域の魅力や人のつながりを“見える化”するお宝マップづくりや、世代を超えて交流できるイベントを通して、誰もが参加しやすい地域づくりを住民の皆さまと楽しく進めていきます。

「みんなが集まる居場所をつくりたい」「こんなイベントをして交流したい」「みんなで地域のことを話したい」ぜひこのようなお声を地域福祉コーディネーターに届けてください。



瀬戸 八州

担当地区：新町／羽場／沢底／赤羽／樋口

「モルック」「ポッチャ」「囲碁ボール」知らない人からすると「？」ですが、これらは町内で盛んに行われている人気の「ニュースポーツ」です。年齢や体力などを問わず、どなたでも気軽に楽しめるので、世代を超えて地域の交流を深めるにはうってつけです。ニュースポーツで地域の輪をつなげましょう。



佐藤 有妃子

担当地区：上辰野／今村／宮所／小横川

地域の皆さまが安心して暮らし続けられるよう、人と人のつながりを大切にしながら、支え合いのある地域づくりに取り組んでまいります。日々の暮らしの中で夢や希望、そして何か気になることなどがありましたら、お気軽にお声がけください。



門村 幸子

担当地区：唐木沢

豊かな地域社会づくりと、誰もが住んでいて良かったと思える様に皆さんが楽しい・嬉しい・困った等のお話しが気軽に出来るような心地の良い居場所づくりをしたいと思っています。

辰野町社会福祉協議会の役員の方々は皆さんです

■理事・監事

(任期：令和11年6月の定時評議員会まで)

役職名	氏名	職籍名
会長	赤羽 八洲男	識見を有する者
副会長	関 彰子	民生児童委員協議会 副会長
理事	松澤 千代子	辰野町議会福祉教育常任委員会 委員長
理事	矢島 秀教	辰野町役場保健福祉課 課長
理事	根津 雄一	区長会(新町区長)
理事	林 龍太郎	辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会 委員長
常務理事	山崎 貴弘	辰野町社会福祉協議会 事務局長
監事	中村 文昭	町監査委員
監事	加島 範久	識見を有する者

■評議員

(任期：令和11年6月の定時評議員会まで)

氏名	職籍名
飯澤 隆	辰野町教育委員会 教育長職務代理者
下平 誠	特別養護老人ホームかたくりの里 施設長
赤羽 正臣	民生児童委員協議会 会長
古村 仁士	辰野町シニアクラブ連合会 会長
一ノ瀬 和泉	識見を有する者
山寺 はる美	辰野町女性団体連絡協議会 会長
今福 孝枝	辰野町赤十字奉仕団 委員長
向山 裕二	辰野ボランティア・市民活動ネットワーク 運営委員会 副委員長

【敬称略】



社協会費にご協力をお願いします

社協会費は福祉のまちづくりを推進するための大切な財源となっております。毎年、区長さんを通じて各区にお住まいの皆さんと事業所へご協力をお願いしております。会費をいただいたお一人おひとりが社協を支える会員として、私たちと共に「福祉のまちづくり」や「地域福祉推進」の一翼を担っていただいているという意味合いを持ちます。ぜひ、趣旨にご賛同いただき、社協会費にご協力くださいますようお願いいたします。詳しくは全戸に配布いたしますチラシをご覧ください。



会費の種類と金額

一般会員（町内にお住まいの各世帯）	1,000円
特別会員（地域福祉づくりに特に賛同していただける方）	2,000円
事業所会員（地域福祉づくりに賛同していただける企業・団体）	3,000円

Q.「社協会費」は強制ですか？

A. 決して強制ではありません。社協の活動や、会費の趣旨をご理解いただき、ひとりでも多くの方々に社協会員になっていただきたいことから、町内の全世帯にご協力をお願いしています。

そのためにも社協としては広報紙やホームページ、新聞等を通じて皆様に社協のことを理解していただけるように今後も努力してまいります。

Q.「社協会費」というけれど、社協の会員になった覚えはないけど…

A. 社会福祉協議会は地域福祉(お互い様の地域づくり)を推進する中心的な役割を担う民間の団体(社会福祉法人)です。「全ての人々が安心して暮らせる地域づくり」は、そこに暮らす全ての人たちが「自分事」として捉え、参画していただくことで実現すると考えます。そのため地域にお住まいの皆さんを会員とさせていただき、地域福祉を推進する主体者として「会費」の納入をお願いしております。

※各区から納入していただいた社協会費は納入額の20%を地区活動費助成金として還元させていただいております。

お問い合わせは **社会福祉法人 辰野町社会福祉協議会** /担当 瀬戸
電話 0266-41-4500 (土、日、祝日の除く午前8時30分～17時15分)

善意銀行だより

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。



内容	寄付者
亡父/根橋才二郎様 御遺志金	根橋賢司様
亡母/山崎重子様 御遺志金	山崎郁喜様
亡母/宮澤明子様 御遺志金	宮澤哲也様
亡妻/安部智恵子様 御遺志金	安部範一様
亡父/白鳥忠志様 御遺志金	白鳥健一様
亡夫/水野晃宏様 御遺志金	水野たづ子様
御寄付(食品1箱)	JA上伊那辰野支所生活部会
御寄付(寄附金)	夢の会



ボランティア情報 福寿草



辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会

令和8年度

辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会

辰野ボランティアセンター 事業計画

今年度のボランティアセンターと辰野ボランティア・市民活動ネットワーク運営委員会の事業計画です。

太字で下線のある事業はボランティアさんだけでなく、地域のみなさんにもご参加いただきたい事業です。詳細が決まりましたら「社協たつの」やホームページ、新聞等で随時お知らせいたします。

月	運営委員会	ボランティアセンター
4月	6日(月)~17日(金) / お花見縁側	ほのぼのランチ調理ボランティア食品衛生講習会 ボランティア活動振興事業助成金募集 (募集期間:4月9日~5月11日)
5月	8日(金) / 運営委員会 ボランティアセンター備品チェック 下旬 / ボランティア・市民活動振興事業助成金 審査会(三役・事務局)	 ボランティアセンター大掃除 辰野ボランティア・市民活動ネットワーク交流会
6月	2日(火) 運営委員会研修	
7月	4日(土) / ボランティアセンター大掃除 辰野ボランティア・市民活動ネットワーク交流会 28日(火) / 夏休み子ども交流企画	町内福祉施設ボランティア担当者連絡会議 福祉学習推進校会議
9月	25日(金) / 運営委員会視察研修	 夏休み子ども交流企画
10月	2日(金) 秋まつり準備・運営委員会 3日(土) / ボランティアセンター秋まつり 3日(土)~9日(金) 被災地応援物産展・作品展	 運営委員会視察研修
11月	7日(土) / ボランティアセンター大掃除	町内小学校福祉体験 上伊那ブロックボランティア交流研究集会
12月	18日(金) / 手芸材料バザー	
1月		福祉ボランティア学習模造紙発表
2月	13日(土) / 協働のまちづくりをすすめるボランティア懇談会	
3月		ボランティア・市民活動振興事業助成金報告 福祉学習推進校助成金実績報告
年間を通して	定例会 毎月第1火曜日 13時30分~ ボランティア情報ボードの管理 城前のサクラ見守り隊(運営委員OB他)との連携 上伊那ブロックボランティア交流研究集会の企画・立案	社協たつの内ボランティア情報「福寿草」作成 各種体験講座



お花見縁側が開催されました



辰野町宮木の城前線の桜並木が満開の見ごろを迎えた4月6日(月)から17日(金)にかけて恒例のお花見縁側が辰野町ボランティアセンターで開催されました。

期間中は地域の方をはじめ、町内の高齢者施設の方など、延べ500人を超えるお客様にお越しいただきました。

晴れた日には野点傘のもと、無料で振舞われる名物の「桜茶」と一緒に、辰野菓子組合のご協力により販売さ

れているお団子や桜餅などをのんびりと味わう方々で賑わっていました。

センター内では「いいまちたつの知らせ隊」の皆さんによる、城前の桜並木を様々な角度から撮影した写真展も併せて開催され、訪れた多くの方が1枚1枚の写真に足を止めてじっくりご覧になっていました。



野点傘の下でのんびり

お花見縁側

「いいまちたつの知らせ隊」写真展

花よりだんご?

つぶやき

第199回 / 小野 とみさん

以前、ボランティアセンターを訪れた際、出会った陶芸作品。辰野町地域活動支援センター「つむぎ」の皆さんの作品との事。思わず「これ、いいね〜!」と手に取ってみました。

直径が5~6センチの素朴な豆皿。とても薄く出来ている事も驚きでした。

私もかつて夫と2人で地域の陶芸好きの仲間と一緒に窯をもち、土を練り作陶し、交代で窯当番。窯出しの日、期待と不安でドキドキしながら目にした作品に皆で感歎の声をあげ、自分の作品に



一喜一憂したものでした。

今も時折、自作の器を使って、夫婦の食事を楽しんでいます。お茶時にはつむぎの皆さんの豆皿に小梅をのせて。今年もまた紅い小梅をつけましょう。

▶ 次回のつぶやきは垣内美佐子さんです



ご家族にこのような心当たりがあれば、専門機関への相談を考えるタイミングかもしれません

介護について相談できる公的な窓口として 役場内に「辰野町高齢者相談支援センター」があります

介護保険サービスの利用には、介護認定を受ける必要があります。要介護と認定されれば、本人や家族の意向に基づきヘルパーやデイサービスなど、各種サービスの利用手続きを行います。原則1割～3割の費用負担で介護サービスを利用することができます。

介護保険サービス 利用開始のイメージ

「介護保険サービスを利用したい!!」



相談・申請 窓口：辰野町高齢者相談支援センター（電話/41-1111）
 日常の困りごとを相談します。必要性があればその場で申請ができます。本人・家族のほか、施設職員やケアマネジャー等が申請の手続きを代行することもできます。

介護認定の結果が出るまでの流れ

認定調査	認定調査員が訪問して、身体機能や認知機能などの状態を聞き取ります。
判定	調査結果や主治医意見書をもとに介護の必要性を判定します。
介護認定	「要介護1-5」と認定されれば介護サービス「要支援1-2」と認定されれば介護予防サービスを利用できます。

サービス利用開始までの流れ

事業所選択	ケアマネジャーの事業所を希望・選択することができます。特に希望がない場合は辰野町高齢者相談支援センターが選択します。
ケアマネジャー決定	辰野町高齢者相談支援センターから選択した事業所へ連絡が行き、ケアマネジャーが決定します。
ケアマネジャーへ相談	担当ケアマネジャーが連絡・訪問し、相談を受けます。
サービス利用	ケアマネジャーが必要に応じてサービスを調整します。認定結果が出る前の段階でも、暫定でサービスの利用を開始することができます。



皆さん6月になりました。梅雨到来です。6月は祝日も無く、ジトジト、ジメジメ、憂鬱…と、感じている方もいると思います。しかし、雨の日でも楽しみはあるはず!! おしゃれな傘やレインコート、長靴など、最近は雨具も進化して機能性はもちろん、デザインの良いものもたくさんあります。お気に入りの物を見つけてお出かけすれば、いつもの景色がまた違った風景に見えるかもしれませんね。
 6月といえば、ほたる祭りもあります。体調に気を付けて、楽しんでくださいね。

さて、今回のレシピですが6月といえば梅!と多くのヘルパーが言っていた為、梅を使ったおにぎりになります。あるヘルパーのお母さん直伝です。梅は体に嬉しい効能がたくさんあるそうで、①酸味で食欲増進!②クエン酸で疲労撃退!③酸っぱい梅干しで食中毒予防!と、この時期の体に必要な事がたくさんあります。塩分に気を付けて、体に良い物を取り入れていきましょうね。

簡単★梅おにぎり

- 梅干しを5～6個用意し、梅干しの種を出して、細かく刻む。(あれば紫蘇も一緒に刻む)
- ①を平に広げて、ほんだし小さじ1弱、砂糖小さじ1を入れ、さらに刻みながら混ぜる。(ほんだしは、砂糖より少し少な目が良いですが、味見をしながらお好みで調整してください)
- お椀1～2杯くらいの温かいご飯に②の梅を入れて混ぜる。
- 手に水をつけ(ラップでも可)三角に握れば完成です。

砂糖を入れるというのには、びっくりです。お好みで、白ゴマやしらす、刻んだ大葉などを入れても美味しいかもしれません。是非お試しあれ★

ヘルパーダイアリー

『サンカヨウ とひとりしずか』

私たちヘルパーは、ご自宅に訪問して、様々なお手伝いをさせて頂いています。ある利用者さんのお宅に訪問した際、庭のお花についてお話をしてくださいました。そのお花は『サンカヨウ』という花で、白い花びらのかわいいお花ですが、雨でぬれると花びらが透明になるそうです。また、『ひとりしずか』という花も咲いており、白いブラシ状のお花が咲いていました。その花について、たくさんお話していただき、最後に「話を聞いてくれてありがとう」と、おっしゃってくださいました。お花が本当にお好きなんだというのが伝わってきました。写真も撮らせて頂きました。かわいいですね(*^^*)



ひとりしずか

老人福祉センター

- 心配ごと相談
 6月12日(金)、6月26日(金) 13:00～15:00
 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。
- ほたるこども食堂(共催:辰野ライオンズクラブ)
 6月16日(火) 配布開始は16:00から
 (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150食をご用意してお待ちしております。
- 行政相談
 6月12日(金) 13:00～15:00 老人福祉センター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。
- 法律相談
 6月26日(金) 15:00～16:00
 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
 ①15:00～15:30
 ②15:30～16:00
 ・完全予約制となります。事前に社会福祉協議会までご連絡ください。電話/41-4500