

きたかた

よろこび多いまちづくり



vol. **66**
令和5年2月1日号



- 主な内容
- ▶第18回喜多方市社会福祉大会
表彰・ちいさな優秀作文 2～5
 - ▶社協トピックス 6
 - ▶共同募金御礼・実績報告 7
 - ▶ぼらせん通信 8
 - ▶生活サポートセンターからのお知らせ・
成年後見相談センター 9
 - ▶地域包括支援センターからのお知らせ 10
 - ▶寄付報告 11
 - ▶社協インフォメーション 12



願いを込めて『だんごさし』

高郷デイサービスセンターで、小正月の伝統行事「だんごさし」を行い、五穀豊穡、家内安全を願いました。色付けしただんごをミズキの枝にさして飾り、デイルームにカラフルなだんごの花が咲きました。



第18回 喜多方市社会福祉大会

令和4年12月15日(木)、

喜多方市総合福祉センターにおいて第18回喜多方市社会福祉大会を開催しました。昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症予防対策を講じながら規模を縮小しての開催となりました。

第1部の式典は、本市の社会福祉向上並びに共同募金運動に多大なご貢献があった方々に対し、表彰状、感謝状が贈られました。

また、市内小中学校へ募集した福祉作文「ちいさなて」の中から優秀作文5編の発表を行い、発表者の皆さんの学校や家庭で体験したボランティア活動や、子供の視点からの福祉に対する考えなどに皆さん関心しておられました。

この大会を契機として、市民一人ひとりが住み慣れた地域で安心して暮らせる福祉社会の実現に努めるこ

とを大会宣言として参加者一同誓い合いました。

第2部の記念講演は、株式会社太郎庵代表取締役の目黒徳幸氏より「太郎庵と親孝行」と題して、「素敵な親孝行をしたい」という想いで太郎庵が初めて開店した時のことや経営するうえで大切にしていることなどのお話をいただきました。

その中で、お菓子をとおりて温もりと情熱を伝えたい、誰かの道標や希望の光になるようにという意味を込めた「ランプの心」と、「本日開店の心」を忘れずにお菓子づくりに取り組まれている様子など、心温まる講演でした。

本会も福祉活動の拠点として、市や関係機関団体と協力し、地域を照らす灯りとなるよう努力してまいります。



目黒徳幸氏による講演



感謝状授与



本会会長あいさつ

受賞者一覧(順不同・敬称略)

【社会福祉大会会長表彰】

多年にわたり地域福祉の充実に
尽くされた方・団体

会津地区電気工事安全協会
喜多方支部

【社会福祉大会会長感謝】

社会福祉事業を理解し多額の寄
付をされた方・団体

仲川 喜代美
佐原 圭
外島 千鶴子
鈴木 孝子
JA会津よつば総合サービス(株)

【福島県共同募金会会長感謝】

共同募金運動を理解し令和3年
度において多額の寄付をされた
方・団体

瓜生 貴子
大野 阜月
齋藤 マサ子
坂田 孝一
鈴木 孝子
塚原 正道
東 貞一郎
林 健一郎
星 孝司
矢沢 啓一
結城 志英吉
若狭 光子
会津喜多方ライオンズクラブ
会津よつば農業協同組合喜多方支店
(社)南町報徳社
(医)昨雲会職員一同

喜多方市ボランティア連絡協議会
喜多方佛教会
満福寺
塩川町誘致企業協議会
あいづ塩川湯川ライオンズクラブ

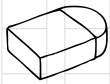
【福島県共同募金会会長感謝】

共同募金運動を理解し令和3年度
において多大な貢献をされた団体

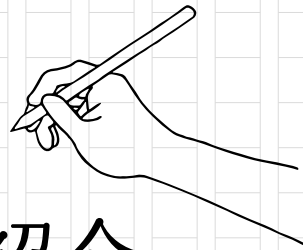
喜多方市立 第一小学校
喜多方市立 第二小学校
喜多方市立 松山小学校
喜多方市立 上三宮小学校
喜多方市立 第三小学校
喜多方市立 関柴小学校
喜多方市立 熊倉小学校
喜多方市立 慶徳小学校
喜多方市立 豊川小学校
喜多方市立 熱塩小学校
喜多方市立 加納小学校
喜多方市立 塩川小学校
喜多方市立 堂島小学校
喜多方市立 姥堂小学校
喜多方市立 駒形小学校
喜多方市立 山都小学校
喜多方市立 高郷小学校
喜多方市立 第一中学校
喜多方市立 第二中学校
喜多方市立 第三中学校
喜多方市立 会北中学校
喜多方市立 塩川中学校
喜多方市立 山都中学校
喜多方市立 高郷中学校
福島県立 喜多方高等学校
福島県立 喜多方桐桜高等学校
福島県立 耶麻農業高等学校
福島県立 耶麻農業高等学校
ガールスカウト福島県第17団
喜多方シティエフエム(株)

令和4年度

児童生徒の福祉作文



「ちいさなて」



優秀賞受賞作文のご紹介

本会では、未来を担う児童・生徒の皆さんの福祉への理解と関心を高めボランティア精神を育むため、市内の小中学校をボランティア活動普及事業協力校として指定し、各学校で行われる福祉教育を支援しています。

こうした学校のボランティアや福祉活動及び地域や家庭での福祉体験を通して、日頃から感じている事などを子供たちの目線で綴った、福祉作文集「ちいさなて」として発刊しております。

以下の作文5点は令和4年度の「ちいさなて」より優秀作品として選考され、令和4年12月15日に開催した「第18回喜多方市社会福祉大会」の席上で発表されたものです。



ボランティアや福祉活動の様子

小学生の部

だれかの幸せのために

喜多方市立第三小学校 四年

東條 叶夢



わたし達四年生は、総合的な学習の時間に、「福祉」について学習しています。「福祉」について本で調べていく中で、わたしは、「聴導犬」についてきょう味がわき、くわしく調べることにしました。

聴導犬は、耳の聞こえない人のかわりに、生活の中で聞こえてくる音をかい主に知らせる犬のことです。

わたしが調べた本には、聴導犬に向いている犬種についてもしょうかいされていました。わたしは、どんな犬でも聴導犬になれると思っていたので、おどろきました。そして、聴導犬を訓練するトレーナーは、耳が聞こえない人と会話をするために、自分自身も手話を覚えなくてはならないことが分かりました。犬に人間の生活の音を教えることだけでも大変だと思っていたのに、犬に教えたことを、耳の聞こえないかい主に伝えるために、自分自身も手話を使えなきゃならないなんて、とても大変だと思いました。でも、聴導犬と生活するかい主に「ありがとう。助かっています。」と言われたら、とてもうれしいと思うので、一生けん命できるように練習することができるとなりました。

それだけではなく、かい主自身も、聴導犬と生活していくために、犬へのしじを手話で覚えなくてはならないのです。じつさいに犬はいないけれど、犬へ出すしじを、わたしもまねしてみました。こいすわれふせまで、あとへ。どれもかんたんで、これだけでも犬にはちゃんと伝わるのだとわかりました。

聴導犬は、かい主のそばで、ずっといっしょに生活をします。わたしは「ずっと仕事をしているなんて、大変だな。」と想像していたけれど、聴導犬も家族の一員として、大切にされていることも分かりました。かい主に上手に伝えることができたなら、かい主が喜んでほめてくれるので、聴導犬もうれしいだろうなと思いました。

こうしてみると、聴導犬とトレーナー、それから、耳が聞こえないかい主それぞれが協力し合うことで、関わった人みんなが幸せになれるんだなと思いました。

「聴導犬のように、わたしがみんなのために今できることってあるのかな。」と考えてみました。私の学校では、四年生と五年生で、花だんの花へ水やりをしたり、落ち葉はきをしたりしています。六年生になると、朝の時間、ボランティア活動で昇降口や廊下をきれいにするじじをしています。学校がきれいになることで、とても気持ちが悪くありません。学校を使うみんなが気持ちよくなるだけでなく、学校へ来るお客さんやおうちの人も気持ちよくなってくれます。今、わたしにもみんなのためにできることを見つけて、取り組んでいきたいと思います。

SDGsから ボランティア活動へ

喜多方市立慶徳小学校 六年

荒川佳史



ぼくは、毎朝ボランティア活動をしています。五、六年生の仲間とは、「朝ボラ」と呼んで楽しみながら

行っています。僕は図書委員会に入っているので、図書室や学級文庫の本の整理と、校舎内のゴミ拾いをしていま

す。朝、集団登校をした後、マラソンタイムが始まるまでの十五分間ですが、みんなが協力して活動してくれるので、毎日きれいな本棚とゴミ一つない校舎を保つことができます。

今では、時間内に全て終わらせることができているんですが、始めは着替えに時間がなかったり、ゴミ集めがうまくいかなかったり、朝のマラソンタイムに遅れて、注意を受けたこともありました。まさに、苦勞の連続でした。しかし、そんな時でも心の支えになったのはSDGsの十七項目が貼っている三階の廊下の景色でした。僕たちは、三年生の時からSDGsの活動に触れてきました。地球の温暖化や異常気象の発生、そして、発展途上国の人々が命を守るだけで、精一杯の現実など、これからの地球をよりよくしていくのは、自分達だと感じていました。

エコキャップ集め、様々な募金活動、慶徳地区のクリーン作戦、プラント作り、ゴミの分別廃棄など、SDGsの

活動をしていくと、一番身近で、毎日お世話になっている慶徳小学校をきれいにしていくことも大切だと感じました。

SDGsの活動は、地球環境を美しく保つためであれば、僕たちの行っている朝のボランティア活動は、学校を美しくするためのSDGsの活動と考えるようになりました。

僕はこれからの活動で大切なのは、ボランティア活動だと思っています。人々が地球という私たちのふるさとのために、どれだけ活動できるかだと思っています。人々が国や肌の色や年齢を問わず、手と手をとって活動できることを信じています。

二〇三〇年、SDGsの活動はどこまで進み、地球の環境はどれだけ良くなっているのか、僕も楽しみです。また、慶徳小学校の校舎がいつもピカピカに輝いているのかも楽しみです。

学校や地球を守る活動を僕たちだけでなく下級生に引き継ぎ、下級生は次の下級生に引き継ぐ、そんな伝統を作っていきたいと思っています。また、慶徳小学校から全国へ、この運動を発信していきたいとも思います。



ボランティアと 福祉について

喜多方市立高郷小学校 六年

高久友士琉



ぼくは、ボランティアと福祉について考えたことが三つあります。

一つ目は、東日本大震災の時に被害にあった県へのボランティアについてです。ぼくの住んでいる福島県でも甚大な被害を受けました。福島県は、地震による津波だけでなく、原発事故などもありました。ぼくは、生まれてばかりだったので、まったく覚えていません。ですが、みんな話を聞いたり、ニュースを見たりすると、すごい数の人が亡くなったことや、いまだにたくさんの方が見つからないことを知りました。そんなたくさんの命がうばわれた東日本大震災では、たくさんの方が、ボランティアとして助けに来てくれました。ぼくは、ボランティアの人がいなくなったら東日本大震災で出たゴミや土砂などがまだ残っていたと思いました。

東日本大震災では、被害にあった県に五百四十万人の人が、ボランティアにかけつけたそうです。ボランティアの人がいなくなったら本当に終わらなかったと思います。ぼくは、ボランティアの人がすごいと思います。なぜかという、ボランティアは名前の通り、お金をもらわずにお手伝いをします。ぼくだったら、すぐぐがんばって仕事をしているのに、何ももらえなかった

らやる気を失くしてしまうと思ったからです。

二つ目に考えたことは、ボランティアの人がいないと、社会が成り立たないということです。令和元年十月に福島県を集中豪雨がおそいました。ぼくは、ニュースを見てとても驚きました。郡山市が大雨のせいで、道路や店、小学校などが大変な被害を受けていたからです。その豪雨災害でもボランティアの人が、郡山で困っている人のために、助けに来てくれました。そのボランティアの人達の活躍により、豪雨災害にあう前の郡山市のように元通りになりました。だから、ボランティアの人の活躍がないと社会が成り立たないと思うようになりました。

三つ目は、福祉について考えました。今は、少子高齢化が進んで、おじいちゃんやおばあちゃんが、どんどん増えています。ぼくは、保育所の時に自分の住んでいる高郷にある福祉施設の「かたくり荘」へ行ったことがありますが、そこには、たくさんのおじいちゃんとおばあちゃんがいって、一緒にダンスやじゃんけんをして楽しみました。ぼくは、少子高齢化が進んでいる中で、どうすればいいか考えました。それは、「かたくり荘」のような福祉施設をもっとたくさん作って高齢者の人が住みやすい町にすると思います。

ぼくは、ボランティアと福祉について考えて、どちらも大切なものだと感じました。ボランティアも福祉も困っている人を助けるところが、すばらしいです。ぼくも、これから困っている人を見かけたら助けたいです。少しでも誰かの力になりたいと思いました。

中学生の部

ヘアドネーションへの道

喜多方市立第三中学校 三年

佐藤 愛梨



「ヘアドネーション」という言葉を聞いたことはありますか。寄付された髪だけを使用して作るウィッグを、頭髮に悩みを抱える十八歳以下の子どもたちに無償提供することをヘアドネーションと言います。

私は初めこの言葉を聞いた時、何も知りませんでした。しかし、いところヘアドネーションをしたと聞いて興味湧き調べてみようと思いました。すると、そこには、寄付された髪で作ったウィッグをつけた子どもたちの経験談が載せられていました。「ありがとうという気持ちです。」という最後に書かれた言葉が私の心に残りました。それから私は自分の髪を寄付することで、どこかで悩んでいた子が笑顔になれるかもしれないという思いで髪を伸ばすことにしました。

ヘアドネーションをするには、いくつか条件があります。

一つ目は、長さがあることです。基本的には三十一から五十センチメートルの長さだとウィッグとして役立てられます。また、五十一センチメートル以上の長さがあると、ロングヘアのウィッグ素材に理想的な長さになるそうです。二つ目は、完全に乾いていることで

す。濡れた状態でカットした毛先は、数ヶ月の輸送の間に雑菌やカビが発生してしまう可能性があるため、利用できません。完全に乾いた状態でカットした毛先である必要があります。このような条件に合ってさえいれば、髪は少量であっても寄付できるそうです。

知識がなければ、複雑に感じられるヘアドネーションかもしれませんが、調べてみると髪を伸ばすだけで自分にも参加できそうだと思えるはずです。自分の伸ばした髪、それが立派な支援物資となり、悩みを抱えている世界中の子どもたちを救えるのです。

誰かの役に立ちたい。けど何をすればいいのかわからない人が多いと思います。そのような人々に、ぜひヘアドネーションの存在を知って欲しいです。募金活動などでも大切な活動です。しかし私は、もっと身近なものから支援活動を始められることも大きな一歩になると思います。自分の髪を役立てることとは、一番身近ではないでしょうか。一人でも多くの子どもたちの不安や悩みが解消され、笑顔の輪ができることを願いながら、これからも髪を伸ばします。そして、こうした活動が私の一歩から多くの人たちに伝わることを願います。



「ありがとう」の大切さ

喜多方市立会北中学校 三年

荒川 叶翔



「ありがとう」を大切に生きる。これは、曾祖母が亡くなる前、よく口にしていた言葉です。

僕には、大好きな曾祖母がいました。昔はよく一緒に遊んだり、畑を手伝ったりしていました。しかし、人間にはこの世との別れが必ずやってきます。曾祖母も今年の五月に天国へと旅立ちました。

二日前まで元気に畑仕事をしていたのに、「親族の死を経験したことのない僕にとっては、本当に怖いものでした。」「あの声をもう一度聞きたい。」「悲しみで胸がいっぱいになりました。」

曾祖母の葬儀の準備をしているとき、手伝いに来ていた地域のおばさんがこう言いました。「ばあさん、ありがとうって言葉が大好きだったよな。」「確かによく曾祖母は「ありがとう」を大切に。」「ありがとうっていいよね。」「よく言っていました。しかし、僕は曾祖母がなぜ「ありがとう」がそんなに好きなのか、その理由がよくわかりませんでした。その手を感謝する時に使う、当たり前の言葉なのに。不思議に思っていた僕は、おばさんに聞いてみました。すると、こう返ってきました。

「ばあさんはな、誰かの助けになって、ありがとうって感謝されるのが好きだったんだよ。」「この言葉を聞いた瞬間、僕は、曾祖母にもう一度会って話した

くなりました。ありがとうが好きな理由を聞いておけばよかったと思っています。

しばらくして、先生から一枚の紙が渡されました。その紙には、ボランティア活動の募集について書かれていました。その紙を見て、僕は、曾祖母の言っていた、助けた人だけがもらえるありがとうとは、まさにこれだと思い、すぐに参加を決意しました。

ボランティア当日、僕は、大雨で自宅が浸水してしまった女性のお宅へ、家や家具の片づけに行きました。泥洗いや家具の運び出しなどをしました。二時間の活動時間はとてもあっという間に過ぎていきました。活動が終わった後、お住まいのおばさんが僕に、「今日は手伝ってくれてありがとう。おかげさまで綺麗になったよ。本当にありがとう。」と言ってくれました。心からの感謝の気持ちが伝わってきました。僕はその言葉を聞いて、胸が熱くなりました。「曾祖母が伝えたかったのはこのことだったんだ。」と、改めて感じました。

僕は、ボランティア活動に参加したこと、「ありがとう」という言葉の本当の意味や大切さを学びました。「ありがとう」と言ってもらえることを目指して、一生懸命活動すること、それを目指して自分を成長させることが出来るのだと思いました。どんなに些細なことでもいい。何か行動に移すことの大切さを教えてくれた曾祖母。これからは曾祖母が気付かせてくれた、手を差し伸べた人だけがもらえる「ありがとう」を大切に、これからの人生を心豊かに過ごしていきたいです。

最後に、僕から曾祖母に伝えたい言葉があります。

「ばあちゃん、ありがとう。」

社 協 ト ピ ッ ク ス

一人暮らし高齢者外出支援事業「ぶどう狩り」

10月17日山都町内の一人暮らし高齢者の方を対象に外出支援事業「ぶどう狩り」を実施しました。参加者16名、引率職員2名で北会津町にある「フルーツランドよよぜん」に行きたくさんのぶどうを頬張りました。コロナ禍で2年間実施できなかったこともあり、参加した皆さんは久しぶりのぶどう狩りを楽しんでいらっしゃいました。ぶどう狩りのあとは、会津武家屋敷で昼食を摂り、ゴールドラインで紅葉見学、道の駅裏磐梯で買い物をして帰路につきました。



秋を満喫しました！

リズム遊びで楽しいクリスマス会！



サンタさんと一緒にハイポーズ！

12月のおもちゃ図書館は本所・塩川支所でクリスマスイベントを行いました。クリスマス制作や、サンタさんとダンスをしたり、クリスマスプレゼントをもらったり、楽しいクリスマスの思い出になりました。



今回の制作はステンドグラス風



踊るサンタさん！



サンタさんプレゼントありがとう！



寄付本事業へのご協力ありがとうございました！



市民の皆さまからお寄せいただいた本などの寄付物品は、中古品買取業者に送り、買取金額の全額を、赤い羽根共同募金へ送金いたしました。この募金は、令和5年度の喜多方市の地域福祉活動に役立てられます。皆さまから温かいお気持ちを頂き、厚く御礼申し上げます。今後とも、市民の皆さまのご期待にお応えできるよう、思いやりのある地域づくりに努めて参りますので、よろしくお願いいたします。

- 寄付本による募金実績 37,717円
- 本などの寄付物品(本、漫画本、DVDなど) 1,522点



赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございました



御 礼

今年度も赤い羽根共同募金運動が十月一日より全国一斉に実施されました。

コロナ禍が続く中での活動となりましたが、徐々に本来の募金活動が再開される中で、関係各位の多大なるご協力を賜り、十二月三十一日をもって募金活動を無事に終了することができました。

市民の皆様には、赤い羽根共同募金運動の趣旨をご理解いただき、地域のたすけあいの輪を広げるため、多くの心温まるご支援とご協力を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。

赤い羽根共同募金や歳末たすけあい運動へお寄せいただいた募金は、地域で援助を必要としている方への支援や、地域の社会福祉の増進のための活動等に役立てられます。

今後も皆様の善意を様々な形で、地域に根ざした福祉活動の拡充に努めてまいりますので、「じぶんの町を良くするしくみ」である共同募金運動への変わらぬご支援とご協力をよろしくお願いいたします。

令和五年二月

喜多方市共同募金委員長
喜多方市社会福祉協議会長

齋藤 勇



塩川中学校様



第二中学校様



第三小学校様



第二小学校様



会津信用金庫
喜多方支店様



喜多方市ボランティア
連絡協議会様



会津喜多方
ライオンズクラブ様



あいづ塩川湯川
ライオンズクラブ様



医療法人昨雲会
職員一同様



喜多方高等学校様



一般共同募金

7,177,199円

歳末たすけあい募金

4,226,166円

地 区	一般共同募金	歳末たすけあい募金
喜 多 方 地 区	4,043,197円	1,527,458円
熱塩加納地区	424,495円	537,303円
塩 川 地 区	1,724,550円	1,415,505円
山 都 地 区	634,139円	489,000円
高 郷 地 区	350,818円	256,900円

令和5年1月13日現在

福祉レクリエーションボランティア養成講座

福祉レクリエーションボランティアとは、福祉レクリエーションに関する知識や技術等を習得し、高齢者の生きがい・仲間づくりや介護予防の支援による地域貢献活動を積極的に取り組むボランティアです。

本会の登録ボランティアとして、6名の方が高齢者サロンなどで活躍されています。

福祉レクリエーションのニーズが高まっていることから、令和4年9月、10月にわたり、養成講座を全3講実施しました。

講師は特定非営利活動法人ひめさゆりくらの原 恵さんと、現在活動している福祉レクリエーションボランティアのみなさんから、レクリエーションの実技やポイントを楽しく講義いただき、のべ57名の方が熱心に受講されました。

3講すべて受講された方に修了証をお渡しし、12名の方が本会のボランティアとして登録されました。

これから、地域福祉の推進の一翼を担っていただくことを期待しています。



「福祉レクリエーションボランティア」の派遣



「福祉レクリエーションボランティア養成講座」を経て、新たに3グループ12名がボランティアとして登録され、これまでのグループとあわせて5グループ18名となりました。

地域の高齢者サロンや福祉施設へ出向き、福祉レクリエーションにより介護予防や健康づくりをお手伝いします。

ボランティアの派遣を希望される場合は、下記へお問い合わせください。



お問い合わせ 喜多方市社会福祉協議会ボランティアセンター TEL 0241-23-3231

「令和4年8月3日からの大雨災害義援金」 「令和4年台風第15号災害義援金」のご報告

皆さまからご協力いただきました義援金は「令和4年8月3日からの大雨災害義援金」が60,200円、「令和4年台風第15号災害義援金」が10,199円となりました。

お寄せいただいた救援金・義援金は、日本赤十字社福島県支部喜多方市地区及び福島県共同募金会喜多方市共同募金委員会を通じて、全額が対象地域に届けられました。

皆さまの温かいご支援とご協力に感謝申し上げますとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

＋ 日本赤十字社福島県支部喜多方市地区
福島県共同募金会喜多方市共同募金委員会

生活サポートセンターからののお知らせ

こんなことで困っていませんか？

- ・仕事が見つからない
- ・仕事が長続きしない
- ・働きたいが何から始めればよいかわからない
- ・社会に出るのが不安

仕事のこと



- ・毎月の家計がうまくまわらない
- ・家賃や公共料金が払えない
- ・税金を滞納している
- ・借金の返済が大変
- ・子どもの学費がない

お金のこと



- ・生活に不安がある
- ・家族が引きこもっている
- ・病気で働けなくなった
- ・病院へ行けない、治療費が払えない
- ・お金も食べ物もない

くらしのこと

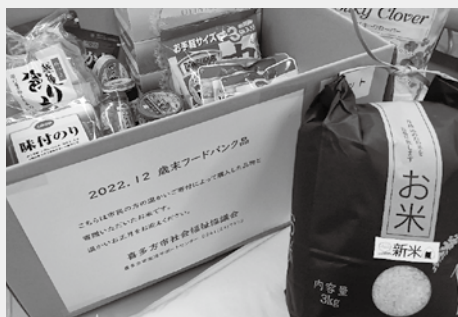


お困りの状況や生活を一緒に考え、整理していく相談窓口です。
状況に応じハローワークや他関係機関へも同行支援します。

相談無料

秘密厳守 です。

歳末フードバンクをお届けいたしました



地域の方々より本事業に対する指定寄付やお米などの食料品をいただきました。

いただいた温かいご寄付でお正月の黒豆や昆布巻、お餅やレトルト食品等の食料、高騰しているティッシュ等を購入し歳末フードバンク品として、地域で必要とされている方にお配りしました。

地域の皆さまの温かい善意に感謝申し上げます。



ご相談・
お問い合わせは

喜多方市生活サポートセンター（社会福祉法人 喜多方市社会福祉協議会内）

☎0241-23-7373までご連絡ください。



～「これからのこと」一緒に考えませんか？～

喜多方市成年後見相談センター

～相談センターが実施していること～

- 成年後見制度全般の説明・相談
- 適切な相談窓口、機関の紹介
- 成年後見制度の利用に向けた専門職への相談
- 申立手続きの支援

- 成年後見制度の利用を検討するための会議の開催
- 出前講座 など



成年後見相談センターでの相談は無料です。

お問い合わせ先

喜多方市成年後見相談センター

（喜多方市社会福祉協議会 権利擁護推進室）

〒966-0043 喜多方市字上江3646番地1（喜多方市総合福祉センター内）

【TEL】0241-23-7373 【FAX】0241-23-3296

喜多方市成年後見相談センターは、市からの委託を受け、成年後見制度に関する説明・相談、その方に適した相談窓口、機関の紹介、広報・研修などを通して、成年後見制度の利用の促進を図ることを目的とする機関です。

喜多方市地域包括支援センター からのお知らせ

フレイル予防をはじめませんか？

「フレイル」とは、高齢期に身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰えた状態をいいます。健康な状態と介護が必要な状態の中間の段階で要介護になる危険が高いといわれています。しかし、フレイルは早い時期に生活習慣を見直すことで健康な状態に戻る事ができます！フレイルの予防・改善に取り組んでいきましょう！



フダン（普段）の生活の中で、こまめに体を動かす生活を心がけましょう



- 買い物 ●床ふき
- 庭掃除 ●ペットの散歩
- 階段昇降

など



レベルアップはあせらずに、楽しんで行える運動をコツコツ続けていきましょう



- いつもより少し速く歩く
- 軽い筋トレから始めて、「ややキツイ」と感じるころまでやってみる

など



イチニチ（1日）の食事量が少なくなっていますか？しっかり食べて体力向上！



- 1日3食いろいろな食べる
- 半年に1度の歯科健診でかむ力を維持する
- 誰かといっしょに食べる など



ルールは「ポジティブ思考」前向き、自発的に人と交流する機会を持って、毎日いきいき！



- 1日1回以上外出しよう
- 週1回以上交流しよう
- 月1回以上活動に参加しよう

東京都健康長寿医療センター研究所「健康長寿新ガイドライン エビデンスブック」より

★「最近親が弱ってきて心配だ」「フレイルかもしれない」。そんな時は、地域包括支援センターにお気軽にご相談下さい。フレイル予防のための、さまざまな情報を提供いたします。

●本所 0241(21)8856 喜多方市総合福祉センター内

●熱塩加納サブセンター 0241(36)2336 ●山都サブセンター 0241(38)3139
熱塩加納保健福祉センター「夢の森」内 山都高齢者生活福祉センター「しゃくなげホーム」内

●塩川サブセンター 0241(27)4047 ●高郷サブセンター 0241(44)7111
塩川保健福祉センター「いきいきセンター」内 高郷高齢者生活福祉センター「かたくり荘」内

通常の営業日：月曜日から金曜日（祝日、年末年始を除く） 8時30分～17時15分

延長相談：事前予約制（祝日、年末年始を除く） 17時15分～19時30分

※事前にご予約をいただき、相談対応いたします。

ご寄付ありがとうございました

お寄せいただいた寄付金は、地域福祉向上のため大切に役立たせていただきます。
(令和4年10月1日～令和4年12月31日受付分) (順不同・敬称略)

一般寄付

〈喜多方地区〉

伊藤セツ子

JA会津よつば総合サービス

山本 豪

仲川喜代美

物品による寄付

〈喜多方地区〉

東洋羽毛北部販売株

コープあいつ宅配事業

願入寺

三上 康士

渡辺 七郎

大房 淳一

小野清一郎

猪俣美代子

〈熱塩加納地区〉

岩橋 信子

後藤美枝子

〈塩川地区〉

結城志英吉

〈山都地区〉

生江 弘康

佐藤 一男

佐藤 敏

ご遺志による寄付

喜多方地区

関柴町下柴

松山町坂井

豊川町高吉一

豊川町太田

菅原町

関柴町上高額

関柴町関柴

岩月町平沢

緑町

松山町村松一区

末広町

佐藤 孝雄

長澤 辰子

佐藤 伸也

原 智志

若菜久美子

大原 孝二

大竹 祐一

小澤 義春

神奈川県横浜市

松山町村松二区

塗物町

関柴町小松

熊倉町熊倉下

熱塩加納地区

田中

田中

日中

鷺田

針生

野辺沢

板の沢

塩川地区

第2区

万力

第六

大木

大沢

南屋敷

新井田谷地

第六

東常世

田中

万力

佐藤 良一

渡部 良和

星 真一

飯野 善幸

小野 博文

遠藤 直人

磯部 和孝

神田 弘行

五十嵐 隆

花積 喜代志

夏井 正明

佐藤 弥平

冠木 孝

小橋 切三男

高橋 孝二

山都地区

小布瀬原

早稲谷

舟引

中込 敏彦

唐橋 克夫

青山美代子

佐藤 真一

山口 和弘

若菜富士夫

若菜 義人

遠藤 邦雄

長谷川 憲

木戸 祐一

小林 良一

岩橋 陽一

加藤 祐一

山内喜代晴

大堀 邦英

三浦 圭子

江花 光匡

細越 澄雄

夏井 佐喜夫

大堀 邦夫

赤城 壽彦

物江 一久

阿部 充也

江花サヨ子

沼田 亮

新明 眞二

江花 弘美

大堀 剛

星 洋介

遠藤 勉

赤城 一義

手代木 義弘

大竹 早苗

佐藤 健二

吉田 秀一

佐藤 邦彦

洲谷 三ツ山

一ノ木

上林

舟岡

中反

木曾

下村

一ノ木

沼ノ平

寺内

下川角

館原

関口 敬行

神田 善庸

長谷川 浩美

佐藤 美秋

五十嵐 敏

宮城 勝保

小澤 哲朗

佐藤 常芳

長谷川 俊治

岩橋 松吉

生江 弘康

眞部 誠一

伊藤 一成

福原 龍太郎

小沼 孝次

高郷地区

西黄

小土山

揚津

利田

西黄

東羽賀

夏井

東羽賀

田口 市雄

國分 喜久男

五十嵐 正俊

荒井 政則

物江 克則

宮川 信

田代 順一

齋藤 正明

阿部 好子

齋藤 健

岩本トミ子

五十嵐 ムツ子

齋藤 マサ子

大竹 良子

柏場 トキエ

齋藤 昌廣

佐藤 通

小澤 新一

資源回収にご協力 ありがとうございます

ご協力いただいた皆様
※順不同・敬称略

エコキャップ等

企業団体

本田金属技術株

田中美容室

きたかた子育てサポートセンター

喜多方市立第三中学校

向大塚建設

練力ナメ喜多方工場

松山公民館

関柴公民館

山都町赤十字奉仕団

あいつ塩川湯川ライオンズクラブ

きたかた商工会女性部熱塩加納支部

きたかた商工会女性部塩川支部

きたかた商工会女性部山都支部

きたかた商工会女性部高郷支部

個人

三橋 吉光

長谷川アキ子

木戸 京子

佐藤 厚子

遠藤 英哉

村上 恵子

渡辺 七郎

猪俣 久美

木須 朱實

上味マリ子

阿部 好子

齋藤 健

岩本トミ子

五十嵐 ムツ子

齋藤 マサ子

大竹 良子

柏場 トキエ

齋藤 昌廣

佐藤 通

小澤 新一



きたかた商工会女性部
熱塩加納支部
(エコキャップ)

※プルタブのみでの収集は終了し、タブを付けたままのアルミ缶での収集とさせていただきます。
ご協力をよろしくお願いいたします。なお、スチール缶は取り扱っておりません。

お知らせ - INFORMATION -

陶芸教室会員募集のお知らせ

ろくろやたたね作り、手びねりなどの技法で、土のぬくもりを感じながら、陶器の創作活動をしてみませんか。

初心者の方でも、会員さんが丁寧にアドバイスしてくれますのでお気軽にお申し込みください。



活動場所 いきがいセンター
(塩川いきいきセンターとなり)

募集期間 令和5年2月1日～3月31日
(開講後、見学してからの入会も可能です)

申込資格 概ね55歳以上で喜多方市民の方

活動期間 令和5年5月～11月(概ね週2回)

問合せ・申込み 喜多方市社会福祉協議会
塩川支所
☎0241-28-1254

ニュースポーツ体験事業

ニュースポーツは、どなたでも気軽に楽しむことができます。ご家族やお友達とご参加ください。もちろん、おひとりでの参加も大歓迎です!!

日時 令和5年3月11日(土) 9時30分～12時(受付9時～)

会場 喜多方市総合福祉センター2階 多目的ホール
〒966-0043 喜多方市宇上江3646番地1

内容 ボッチャ、スカットボール、輪投げの体験

対象者 喜多方市民の方 **参加費** 無料

その他 ●マスクの着用をお願いします。
●必要な方は、飲み物・タオルをお持ちください。

申込 下記窓口へ電話にてお申し込みください。
◎氏名・住所・電話番号・年齢をお伝えください。

※申込期間 令和5年3月6日(月)まで

●先着40名、定員になり次第締め切ります。

喜多方市社会福祉協議会 地域福祉課

☎0241-23-3231 FAX 0241-23-3296

※当日に体調不良や発熱がある場合はご参加をお控えください。

令和5年度 喜多方市高齢者生産活動センター会員募集のご案内

募集期間 令和5年3月1日開始 随時受付

申込資格 喜多方市内に住所を有する概ね60歳以上の方

活動時間 午前10時～午後3時まで(基本)

活動費用 年会費および材料費(グループにより異なります)

☆陶芸グループ

(1班は火・木曜日、2班は水・金曜日)
粘土で茶碗や皿・花器などを作陶、販売。

☆手芸グループ(毎週火曜日に活動)

吊るし飾り、編み物、バッグ、パッチワーク、起き上がり小法師など制作、販売。

☆織物グループ

(毎週木曜日に活動)
卓上織り機を使ってマフラー・コースター・テーブルセンター・バッグなどを制作、販売。

☆押し花絵グループ

(月3回金曜日に活動)
押し花を使ってブローチや絵ろうそく、しおり、額絵などを制作、販売。

☆園芸グループ

(毎週火・木曜日に活動)
温室・圃場を利用して植物を栽培し、販売。

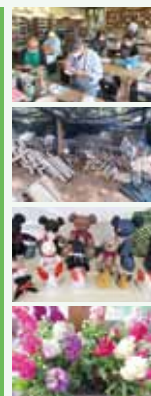
☆菌茸グループ

(春から秋にかけ年間40日程度の活動)
原木に菌打ち作業をして椎茸を栽培。
生椎茸や乾燥スライス加工して販売。

☆わら工芸グループ

(毎週火・金曜日に活動)
わらやスゲを使ってしめ縄や正月玄関かざりを制作、販売。

※送迎バスも運行しています。



したくないことやってみよう

センター展・体験教室のお知らせ

生産活動センターでの実際の活動を体験していただく機会を設けました。施設の見学や活動内容についてグループごとに対応いたします。あわせて会員の作品展示・販売も行いますので、センター展期間中には是非お越しください。

開催期間 令和5年3月7日(火)～10日(金)の4日間

時間 午前10時～午後2時

場所 喜多方市高齢者生産活動センター

※展示・販売:期間中は自由にお越しください。
(見学もできます)

※体験教室:予約制

希望される方は、下記まで事前にご連絡をお願いします。(2月末締切)

※マスクの着用、手指の消毒にご協力をお願いいたします。また、咳や発熱等の症状がある方はご遠慮ください。
※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては開催を中止させていただく場合があります。

グループ名	体験料	実施日/受け入れ人数/内容
陶芸	1,200円	毎日 7日(火)～10日(金) 10名/皿、丼、花瓶など
手芸	600円	火曜日 7日(火) 5名/吊るし飾り(布)など
織物	1,000円	木曜日 9日(木) 5名/裂き織のテーブルセンター
押し花絵	600円	金曜日 10日(金) 5名/ブローチ作り
わら工芸	500円	火・金曜日 7日(火)・10日(金) 5名/輪沓、長沓縄

問合せ・申込先 喜多方市高齢者生産活動センター(喜多方市岩月町宮津字火付沢3567-1) ☎0241-24-2297



※きたかた社協だよりの作成経費は、福祉活動支援金・賛助会員会費及び共同募金配分金等を活用させていただいております。