



つくば市社協キャラクター  
♥つくちゃん♥

社協通信

# つくば

2024 8月号 No.120

豊里圏域版



発行 | 社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会

〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10番地4 TEL:029-879-5500 / FAX:029-879-5501

つくば市社協

検索

THE ORGAN OF TSUKUBA CITY COUNCIL OF SOCIAL WELFARE

## 今年も開催!! まつりつくば 2024 ふれあい広場

今年も「まつりつくば」の季節がやってきました。つくば市社会福祉協議会が担当している「ふれあい広場」を今年も開催します。

ふれあい広場は、高齢者・障害者・子どもたちみんなが主役となり運営します。福祉団体による出店のほか、昨年大好評だった「おもしろ理科先生」や「ミニコンサート」など、子どもから大人まで楽しめる企画を用意!

みんなで「ふれあい広場」を盛り上げましょう!



▲ふれあい広場は中央公園  
(センター広場北側が会場です)



▲大きなシャボン玉を作ろう!



▲素敵な演奏をお楽しみください



▲20団体のブースや体験コーナーも用意

「ふれあい広場」は、福祉関係団体やボランティア団体が実施する様々な企画やバザーを通して、日頃の活動を来場者に知っていただき、福祉への関心や理解を深めてもらうことを目的に開催しています。



8月24日(土) 12:00-19:00

【13:00-14:00】

おもしろ理科先生 ※材料費 200円

スーパージャンボなシャボン玉を作ろう!

※12:00~ 整理券配布予定(ふれあい広場)  
先着30名 (対象:小学生以下)

【17:00-17:30】

ミニコンサート

ミス マレット  
Ms. MALLETT ~マリンバデュオ演奏~

8月25日(日) 12:00-19:00

【13:30-15:30】

子どもからお年寄りまで楽しめる  
グラウンドゴルフ&わなげ体験!!

【17:00-17:45】

ミニコンサート

筑波研究学園都市吹奏楽団

つくば市社協 新着情報

検索



# 社協からのお知らせ

## Information

### 報告 善意の寄付 ありがとうございます

令和6年4月16日～令和6年7月15日 (順不同・敬称略)

SGAP (自閉症青年の自立を助ける会)	10,000 円
こじゅけい	20,597 円
匿名 2 件	60,000 円

●社協では、年間を通じて寄付を受け付けています。  
個人の場合は、所得税・個人住民税控除の対象となります。

### クレジットカードを利用した寄付を受け付けています!

つくば市社協では、クレジットカードを利用した寄付 (オンライン決済) を随時受け付けています。

手続きはインターネット上からとなりますので、つくば市社協のホームページをご覧ください。



つくば市社協 寄付

検索

【問合せ】 法人運営室 TEL 029-879-5500

### 募集 令和6年能登半島地震災害義援金

令和6年1月1日に発生した「令和6年能登半島地震」により、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

中央共同募金会で募集する災害義援金は、茨城県共同募金会でも受け付けています。

#### 【受付期間】

令和6年12月27日(金) まで ※延長する場合があります。

#### 【受入口座】

No.	金融機関等	手数料
①	常陽銀行 本店 普通 3917600	同行本支店の窓口・アクセスジェイ及びATMからの振込手数料無料
②	筑波銀行 県庁支店 普通 1213955	同行本支店の窓口からの振込手数料無料

<口座名義 (①②共通)>

社会福祉法人茨城県共同募金会 令和6年能登半島地震義援金

#### 【留意事項】

- 義援金は特定の被災県を指定することはできません。
- 義援金の配分は、被災地それぞれの関係機関で構成される義援金配分委員会において決定し、被災者に配分されます。

### お知らせ 第14回つくば市社会福祉協議会会長顕彰式を開催しました

「第14回つくば市社会福祉協議会会長顕彰式」が7月4日、市民ホールやたべにて、第33回シルバークラブ大会と同時開催されました。

本会会長顕彰式については、3年ごとに開催しており、新型コロナウイルスの影響により中止していたため、実に、6年ぶりの開催となりました。

これまで、多年にわたり社会福祉の発展に功績のあった方々を顕彰し「地域で支えあい、誰もが安心して自分らしく生きる福祉のまちづくり」を推進することを目的に、本大会を開催しています。

今回は、48団体・個人102名の方々が受賞されました。地域福祉の発展にご尽力いただき、ありがとうございます。

【問合せ】 法人運営室 TEL 029-879-5500

### 募集 終活と成年後見制度～テーマ別講座～ (つくば市より受託)

つくば市成年後見センターでは、将来に備えることで人生を生き生きと安心して過ごす取り組みである「終活」を主題として、各界で活躍する専門家が、成年後見制度の必要性について解説します。

回	開催日	講義テーマ
第1回	9/3(火)	今どきの葬儀事情
第2回	9/4(水)	人生100年時代 相続・終活を考える
第3回	9/5(木)	終活～自分らしい生き方のために～
第4回	9/9(月)	任意後見契約と任意契約について
第5回	9/10(火)	遺言について学ぶ

【時間】 各回14:00-16:00

【会場】 コリドイオ 3F大会議室 (つくば市吾妻 1-10-1)

【定員】 各回 100名 (複数回参加可 グループ申込可)

【参加費】 無料 ※駐車料金は参加者自己負担となります

【申し込み】 9/2(月)までに申し込み書 (社協ホームページに用意) を下記申込先へ FAXまたは電話・メール

つくば市社協 新着情報

検索



【問合せ】 生活支援室

TEL 029-879-5511

### お知らせ 「歳末地域たすけあい募金助成」の申請受付が9月から始まります

歳末たすけあい運動の一環として実施する「歳末地域たすけあい募金助成」。下記助成事業の申請受付が9月から始まります。

対象	内容	申請受付
福祉関係団体等	年末年始の時期に実施する地域の助けあい活動への助成	9/2(月)～9/30(月)
支援を必要とする世帯	歳末見舞金の配分	10/1(火)～10/31(木)

詳細は、**広報つくば9月号**をご覧ください。か、つくば市社協ホームページ (8月下旬掲載予定) をご覧ください。

【問合せ】 地域福祉推進室 TEL 029-879-5500

#### — 表彰状授与 —

社会福祉役員 1名  
ボランティア団体 17団体  
ふれあいサロン 31団体

#### — 感謝状授与 —

ボランティア  
(ふれあい相談員) 55名  
民生委員・児童委員 45名  
寄付者 1名



◆「社協通信つくば」はホームページからご覧になれます。また、目の不自由な方のために音訳版は「つくば朗読ボランティア (けやきの会)」、点訳版は「並木点訳の会」のご協力を得て作成しています。ご希望の方は、事務局までご連絡ください。

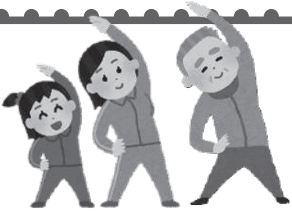
この広報紙は市民の皆様から寄せられた社協会費、共同募金の配分金により発行しています。この印刷物は再生紙を使用しています。



# ささえあい・つくば



地域の皆様とともに支えあい活動や地域づくりをすすめるための情報紙「ささえあい・つくば」です。「ささえあい・つくば」では、「人と人との支えあい」の活動や生活支援コーディネーターの活動内容を皆様に紹介し、支えあいの文化を未来へ紡いでいきたいと思ひます。



～ 地域の顔見知り拡大事業がスタートします ～

## ラジオ体操で“つながりづくり”しませんか!?

ちょっとした困りごとや災害が起きた時などに、身近な地域に声を掛け合える人がいるというのは心強いものです。社会福祉協議会では、ラジオ体操を通して「顔見知りの輪を広げるつながりづくり」を応援します!お気軽にお問合せください!

ラジオ体操を通じた交流を進めていただくために、  
「ラジオ体操ブーブー」を貸し出します!

### ラジオ体操ブーブーとは?

頭のスイッチを押すだけで、ラジオ体操第1・第2が再生される、優秀で愛らしい「ブタの人形」です!



©ハシードップイン

### ブーブーを借りるために必要なことは?

- ① 3人以上のグループであること!  
まずは、活動スタート時に3人以上の仲間を見つけ、少しずつ顔見知りの輪を広げていただけたらと思ひます。
- ② 月2回以上の活動を行うこと!  
週に1回の開催を目標に、まずは必ず月2回以上の活動を継続してください。
- ③ 地域に開かれた（誰でも参加できる）活動であること!  
この事業は、地域の中に顔見知りの輪を広げていくことを目的とした活動です。一部の人だけでなく誰もが気軽に参加できるようにご協力をお願いします。長期休み中は、子どもたちも自由に参加できる等、世代を超えた交流の機会にもつなげてください。
- ④ 6カ月に1回（年2回）活動報告を提出できること!  
いつ活動し、何人参加したか等の簡単な報告書です。前期（9月）、後期（3月）に提出いただきます。

#### 【注意事項】

※ふれあいサロン、シルバークラブ、体操教室、既存のサークルなどへの貸し出しは行っていません。

活動のご希望や、事業の詳細については、以下にお問い合わせください。

つくば市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL 029-879-5500

豊里圏域活動テーマ

目配り 気配り 支えあい 心豊かに なごむ里

豊里圏域だより

上宿シルバークラブでスポーツ吹き矢の体験会を行いました！

上宿シルバークラブでは「新しい活動として何を取り入れたいか？」という会員アンケートを行い、一番関心が高かったスポーツ吹き矢を実施することになりました。早速、10人程が公民館に集まり体験会が開催されました。

会場準備の後、吹き矢の筒を持ってストレッチをします。次に、指導者に基本動作を習います。スポーツ吹き矢は、1998年に生まれた新しいスポーツですが、武術のように礼に始まり礼に終わります。集中力と精神力を息に込めて腹式呼吸を使い、6メートル先の円形の的をめがけ、息を使って矢を放ちます。皆さん初めての経験で「届くかなあ」と心配していましたが、的に命中すると「おおー！」と歓声が上がリ、とても盛り上がりました😊「次はいつやる？」と次回の予定も決まったようです。



▲しっかり準備体操



▲よく狙って！

Point!

シルバークラブとは、地域を基盤とする高齢者の自主的な組織です。日常的に声を掛け合い、歩いて集まることのできる小地域の範囲で組織しています。会員になれるのは概ね60歳以上の方を対象としています。

豊里地区には28の単位シルバークラブがあります

No.	シルバークラブ名	No.	シルバークラブ名	No.	シルバークラブ名
1	上郷いきいきクラブ	2	上宿シルバークラブ	3	横町白寿会
4	さわやか 希望の会	5	大宿第三シルバークラブ	6	上郷中央シルバークラブ
7	朝日町シルバークラブ	8	台宿シルバークラブ	9	仕出シルバークラブ
10	大山シルバークラブ	11	神谷森睦会	12	道角シルバークラブ
13	角内シルバークラブ	14	木俣シルバークラブ	15	野畑シルバークラブ
16	手子生第二シルバークラブ	17	手子生第三シルバークラブ	18	田倉シルバークラブ
19	沼崎北シルバークラブ	20	中の内シルバークラブ楽笑会	21	百家上シルバークラブ
22	百家下シルバークラブ	23	高野シルバークラブ	24	五斗蒔シルバークラブ
25	今鹿島稻荷前シルバークラブ	26	椿本シルバークラブ	27	土田シルバークラブ和楽会
28	東光台白雲会				

豊里地区には、地域の見守り活動の推進役として16名の「ふれあい相談員」がいます。「地域見守りネットワーク事業」の中で、見守り登録をした一人暮らしや高齢者世帯の方などを対象に、訪問や声掛け活動、3か月に一度、ごみ袋とお知らせ（消費者被害情報、健康づくり情報など）をお届けしています。この活動を通して、気分転換や防犯意識の向上など、地域の結びつきを強めることにつながっているのではないかと感じています。ぜひ「地域見守りネットワーク事業」及び「ふれあい相談員」の活動に今後ともご協力ください！

ふれあい相談員を知っていますか？



コーディネーターのつぶやき

あっという間に半年が過ぎてしまいました🌸今年の夏も酷暑ですね。暑さに負けないように、こまめに水分や塩分を補給し、休憩をとってくれぐれもご自愛ください😊



▲田植え前の田んぼに映る筑波山

<3・4ページ担当者>

**豊里圏域担当**  
**生活支援コーディネーター 長岡**  
〒300-2633 つくば市遠東639  
(老人福祉センターとよさと内)  
TEL:029-847-0231  
FAX:029-847-0233  
Mail:tiki@tsukuba-swc.or.jp