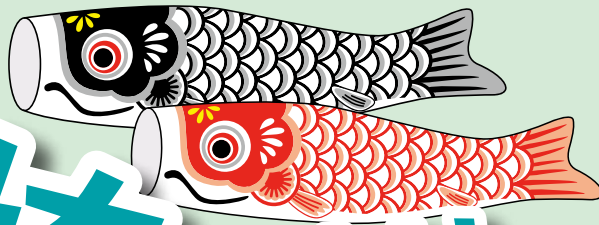


社協だより



第194号
令和8年
5月8日発行



仲間とおしゃべり☆



活動者の発表



活動者と交流



ボランティアさんの
手作りカレー

令和8年2月28日（土）に、^{さどがしま}『佐渡島るごと大交流会』を開催しました。島内で助け合い活動をされている方々をパネルで紹介し、子どもから大人まで多くの方に活動を知っていただく機会となりました。

また、地域子ども食堂も同時に開催し、活動者の方と直接お話しされている方もたくさんいて、助け合いの輪が広がりました。社協のホームページでダイジェスト版をご紹介しますので、ぜひご覧ください。

誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進します



編集・発行

社会福祉法人 佐渡市社会福祉協議会

<https://care-net.biz/15/sado-shakyo/>

佐渡市社協

検索



佐渡市畑野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156

みんなが福祉のサポーター

地域の福祉活動は、皆さまからの会費に支えられています。

佐渡の皆さまが笑顔で自分らしく日々を過ごすことができるよう、今年度も「誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくり」に全力で取り組みます。どうぞ、ご理解とご協力をお願いいたします。



| | | |
|------|----------------|--|
| 一般会費 | 一世帯当たり 500円 | 市内の全世帯にお願い しています。 |
| 賛助会費 | 一口 1,000円 | 特にご賛同いただける 方や、商店、企業の皆さま にお願いしています。 |

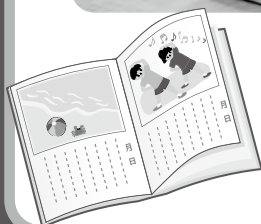
- * 一般会費の納入につきましては、各地区の代表や役員の皆さまを通じてお願いさせていただきます。
- * 賛助会員は年間を通して募集しております。ご賛同いただける方はお近くの社協窓口までご連絡ください。お待ちしております。
- * 社協の事業計画の詳細につきましては、ホームページまたは社協の各窓口でご覧いただけます。



社協日記



令和7年度に皆さまからいただいた会費を活用して実施した事業の様子をお伝えします。



が、声をつ
なぐる活動
に取り組ん
でいます。

コールボランティアさんたちのご協力のもと、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯等へ、電話による見守り活動「おはようコール」を年間通じて行いました。

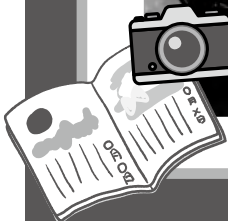
利用されている方はボランティアさんからの電話を心待ちにしている、おしゃべりに花が咲き、明るい気持ちで一日がはじまるそうです。また、ボランティアさんも、あいさつだけで終わらず、会話の中で色々なことを利用者さんから教えてもらえるといます。

電話一本の安否確認ではありませんが、声をつなぐる活動に取り組んでいます。

公共交通機関の利用が難しい方の通院をサポートするため、「移送サービス」を実施しました。

運転ボランティアさんは移動中、カーブや段差の運転に配慮しながら、季節や風景の話題などの会話を楽しませているそうです。降車時に「車いすが後ろに下がりますよ」など声がけをしながら操作をしてくれるので、乗っている方も安心していただけるので、

「生前、母が地域の方に助けてもらったので、恩返ししたい」と、活動のきっかけを話してくれたボランティアさん。つなごりの輪が会費を活用してどんどん広がっていきよかったです。



買い物や調理が困難な方を対象に、安否確認を兼ねてお弁当を配達する「配食サービス」を実施しました。お弁当は、ボランティアさんから玄関先でひとこと声がけしてからお渡ししています。話が弾んで、次のお宅への訪問が遅れそうになることも。ボランティアさんも利用者さんも、笑顔あふれる見守り活動が実施されています。



赤泊地区で「ちいきの食堂」を開催しました。メニューは、ボランティアさんが『おいしくなれ』と心を込めて作ってくれた特製カレーライス。会場には小さなお子さんを連れたご家族や、お一人で参加された高齢者の方など、たくさんの方々が足を運んでくださいました。



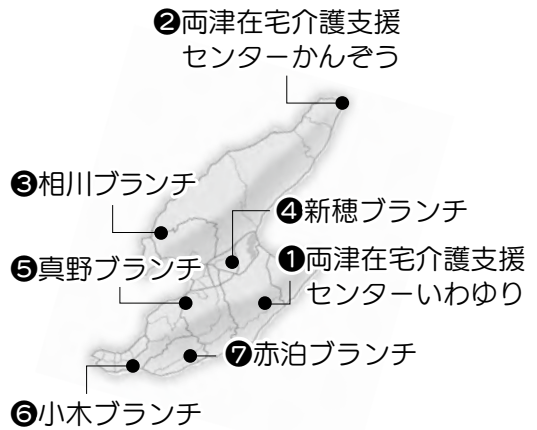
地域のみなさんが同じテーブルを囲んで、穏やかな笑顔で食事をしている姿を見て、スタッフも嬉しい気持ちでいっぱいになりました。



ランチと在宅介護支援センター

高齢者とその家族の暮らしに関する相談窓口で、地域包括支援センターから距離のある地区に設置されています。佐渡市社協は市から委託を受けて、5つのランチと2つの在宅介護支援センターを運営しています。

地域包括支援センターと連携して介護や福祉に関する相談に応じるほか、相談員がご自宅を訪問し、体調や在宅生活での困りごとをお聞きして一人ひとりの状況にあった事業などをご案内する「介護予防事業対象者把握」を行っています。



私たちが お伺いします



菊池 忠彦
①両津在宅介護支援センターいわゆり
豊岡/☎28-2188
担当地区:両津



市橋 利之
②両津在宅介護支援センターかんぞう
鷺崎/☎26-2240
担当地区:両津



瀧川 眞美子 / **井藤 まゆみ**
③相川ランチ
相川羽田町/☎74-0055
担当地区:相川・佐和田・金井



立脇 桂子
④新穂ランチ
新穂瓜生屋
☎22-3300
担当地区:新穂・畑野



佐藤 美由紀 / **藤井 亜也**
⑦赤泊ランチ
赤泊/☎87-3370
担当地区:羽茂・赤泊・畑野



本間 里美
⑥小木ランチ
小木町/☎86-3877
担当地区:小木

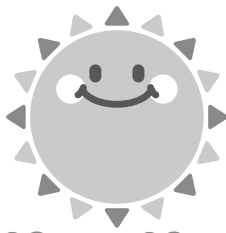


渡邊 そのみ
⑤真野ランチ
真野新町/☎55-4012
担当地区:真野・畑野

※相川地区の一部(高千地区)については、他法人が市の委託を受けて活動されています。



社協は地域福祉事業のほか、相談支援事業や介護保険事業などを行っています。日々の生活や介護のことなどで困りごとや悩みごとがありましたら、お気軽にお問い合わせください。



ボラ日和



ボラ日和に
 関するお問合せは
 佐渡市ボランティアセンター
 ☎81-1155



**佐渡市ボランティアセンター
 公式LINE画面**
 最新情報配信中!
 まずは登録をしてみましょう

自分に何ができ
 るか分からないけ
 ど、ボランティア
 をはじめてみたい
 なあ。



移送サービス(通院や
 入退所の送迎)の運転
 ボランティアさんが不
 足しています!退職後
 の男性にもおススメの
 活動ですよ。



ボランティアセンターでは、ボランティア活動に関する相談、紹介、情報の発信などを行っています。窓口は、社協本所・各支所・地域センター内にあります。興味のある活動などをお伺いして、活動におつなぎしています。お気軽にご相談ください。「できる活動」ができる活動をはじめませんか。

ボランティアをはじめませんか?

メニューから「募集中のボランティア」を押す
 募集中のボランティアを見ることができます。気になる活動がありましたら、お電話またはこちらのお問合せフォームからお気軽にご連絡ください。



とわの会は、総合福祉センターしゃくなげが開館した平成7年12月の結成以来、広報紙の音声訳を行い、視覚障がいのある方へ生活情報をお届けする活動を行っています。会の名前には、「仲間の輪が年輪のように大きく広がってほしい」「活動がとわに続いてほしい」という願いが込められています。活動当初に利用者の方から届いた「広報を聞くことができ、これで私も一市民として認められた。」という言葉を励みに、これからも活動を続けていきたいと思えます。(音訳とわの会)



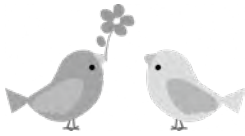
「佐渡市音訳とわの会」 結成30周年交流会開催

※活動内容によって、補償の対象とならない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

- 〈加入申込〉
 社協本所・各支所・地域センターにある加入申込書により手続きができます。
- 〈年間保険料〉
 基本プラン 一人あたり3500円
 天災・地震プラン 一人あたり5000円
- 〈補償期間〉
 受付翌日から令和9年3月31日まで

令和8年度ボランティア 活動保険のご案内

ボランティア活動中の様々なリスクに備えるための保険制度があります。活動をされる方は、加入をご検討ください。



あたたかいご寄付をありがとうございます

令和8年2月16日～令和8年4月15日受付(順不同)

| | | | |
|---------------------------|---------|-----------------|----------|
| かわも文化祭実行委員会 様 | 30,000円 | 故 山本 清恵 様(小木町) | 100,000円 |
| OGIチャリティーカラオケフェスティバル実行委員会 | | 本間 靖雄 様(鷺崎) | モルック一式 |
| 実行委員長 吉田 歩 様 | 11,863円 | 小木幼稚園あじさい会 様 | 6円 |
| 東后 昭一 様(高千) | 12,000円 | JA佐渡加茂グリーンミセス 様 | 6,295円 |

【匿名寄付】 7件 (現金) 202,000円 (物品) リハビリパンツ11袋、手作り耳かき300本、おしり拭き13袋、からだ拭き7袋、紙オムツ5袋、尿取りパッド1袋

《5月31日まで》

社協ケアプランセンター
しゃくなげ

社協ケアプランセンター
天領

社協ケアプランセンター
なごみ

社協ケアプランセンター
きずな

社協ケアプランセンター
おもと

《6月1日から》

社協ケアプランセンターしゃくなげ
〒952-0006
佐渡市春日1150番地20
電話:23-5550 FAX:23-5523

社協ケアプランセンター天領
〒952-1548
佐渡市相川羽田町57番地1
電話:74-0955 FAX:67-7077

社協ケアプランセンターなごみ
〒952-1314
佐渡市河原田本町394番地
電話:58-7135 FAX:57-8151

社協ケアプランセンターおもと
〒952-0504
佐渡市羽茂本郷550番地
電話:88-3818 FAX:88-3837

※居宅介護支援事業所統合のお知らせ

サービスの質の向上と体制強化を図るため、居宅介護支援事業所(ケアプランセンター)の再編成を行い、6月1日から4つの事業所で業務を行うことといたしました。ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



9つの数字の中から、合計が**100**または**200**になる3つの数字を選んでみましょう。



① 足して100になる
3つの数字はどれでしょうか?

② 足して200になる
3つの数字はどれでしょうか?

| | | |
|----|----|----|
| 31 | 15 | 44 |
| 21 | 57 | 20 |
| 23 | 51 | 70 |

| | | |
|----|----|-----|
| 24 | 22 | 17 |
| 40 | 82 | 57 |
| 72 | 35 | 101 |

+ + = 100

+ + = 200

193号 「足りない数字を見つけてチャレンジ」の答え ① 3 ② 1 ③ 0

☆今回は令和8年生まれのかわいいうま年さんをご紹介します☆

輝く島のうま年さん



★自薦・他薦を問わず、元気な午年の方を募集しています。応募が集中した場合はご期待に添えないこともありますので、「ご承くください」といいますようお願いいたします。



おおくぼりく **大久保璃空ちゃん**(佐和田地区)



小さな手と小さな足に大きな未来がつまっています。毎日元気のびのび育つてくれることを願っています。これからたくさん思い出を一緒に作ろうね。



なかむら **中村 茉優ちゃん**(佐和田地区)



子猫のようなかわいらしい泣き声で誕生した茉優ちゃん。そんなかわいらしい泣き声が、今では力強い泣き声に変わったね！これからもたくさん食べてたくさん寝て、ぐんぐん大きくなってね！



ほんま **本間ふたばちゃん**(小木地区)



2人のお姉ちゃんに毎日可愛がられているふたば。みんな会いたかったよ♡三姉妹、日々が楽しくありますようにママ達は願っています。生まれてくれてありがとう。だいすき♡



わた **和田 暖生ちゃん**(真野地区)



冬の雪空に差した暖かい日差しのように、周りの人をホッとさせる明るく優しい愛される存在になってね。健やかに、幸せに育ちますように。



いづか **石塚 煌希ちゃん**(佐和田地区)



煌希が産まれてくるのをたくさんの方が楽しみにしてくれました。みんな笑顔で祝福してくれましたね。元気に逞しく育つてね。煌希の毎日にたくさん光がありますように。



介護・福祉の

1 人と会話する

自立した生活を送るためには、どの分野でも「予防」が重要です。予防は1日でもできるものではなく、日々の積み重ねが力ギとなります。そこで、今回は「介護予防」で意識したいことをご紹介いたします。

会話は、「聞く」「考える」「話す」を同時に行うので、脳に良い刺激になります。地域の茶の間や集会、イベント等に積極的に参加し、人と会話をしましょう。

2 適度な運動

ウォーキングなど無理なく継続できる運動を日常生活に取り入れましょう。地域で開催している介護予防教室に参加することも効果的です。

3 栄養のある食事

運動をしても栄養不足だと逆効果になることがあります。肉・魚・野菜等バランスのよい食事をしましょう。

今日から意識して、日常生活に取り入れてみましょう。

