

# ほのぼの



ちょっと困ってるで  
助けてくれるかい?.....

困った時は  
お互いさま

いいせや~いいどこじゃねえ。

## あさひ有償生活支援サービス「いいせ」PR

ご近所で支え合う仕組み あさひ有償生活支援サービス「いいせ」が結成されてから7年が経ちました。

「福祉の制度ではやってもらえない.....」でも「職人やプロに任せるまでもない.....」そんな隙間の「助けて!」を「いいせ」と一緒に考え暮らしに寄り添います。

写真は、信州大学経済学部の井上信宏教授を迎えての研修会の様子です。県内各地域への視察研修を通し、仲間づくりやつながりを大切に活動しています。まだまだ浸透していませんので困った方はお気軽にご相談ください、社協のコーディネーターが伺います。

村内にお住いの子どもから高齢者まで、全ての方が協力会員にも利用会員にもなることができます。「暮らしの豊かさ」をもとめて、ただいま会員絶賛募集中です!

朝日村生活支援体制整備事業

あさひ有償生活支援サービス「いいせ」がお手伝いします

暮らしのなかにちょっとした困りごとありませんか??

「いいせ」とは困りごとを気軽に頼みあう会費制—そんな想いを「いいせ」に込めました

困りごとはいろいろ

利用料は 100円~500円/30分

- 簡単な家事
- ゴミ出し
- 車のタイヤの積み下ろし
- 掃除してきてほしい
- 家族の移動
- 部屋の整理
- 買い物・送迎の付き添い
- 書かせ
- 障子交換
- 灯油入れ
- 障子の移動
- 障子の修理
- 障子の掃除
- 障子の張り替え

困ったな... 助けて... いいせや~

協力会員

利用会員

社協コーディネーター

あさひ有償生活支援サービス「いいせ」は、暮らしの中にある困りごとを住民同士で支え合う「助けあい活動」です。朝日村に暮らす全ての方が協力会員にも利用会員にもなることができます。高齢、障がい、病気、産前産後、子育てなどの理由でお困りの方、まずは「いいせ」にご相談ください。

詳細は3月に村内全戸配布しましたチラシをごらんください

# 令和6年度 朝日村社会福祉協議会事業計画と予算

**理念** 誰もが安心していきいきと暮らすことのできる福祉の地域づくり

朝日村社会福祉協議会では、「人と人のつながりが広がる地域の実現」「助け合い・支え合いの仕組みづくりと実践」「安心して暮らすための相談支援、生活支援の強化・充実」「地域に貢献し、信頼される介護サービスの提供」を基本目標に、下記の事業のほか、様々な施策や事業に取り組んでいきます。



## 主な事業 (抜粋)

### 地域福祉事業

- 人のつながりを広め、地域の支え合いや仕組みづくりを目的とする事業
- 福祉や暮らしに関する相談、支援事業
- 生活困窮等に関する相談支援事業
- ボランティア活動の支援と基盤整備
- 災害に対する意識啓発や仕組みづくり
- 福祉教育や世代間交流事業



### 受託事業

- 地域づくりや介護予防に関する事業  
(朝日村健康づくり・介護予防事業、生活支援コーディネーター事業など4事業)
- 子どもの居場所づくり事業  
「子ども食堂 朝日村カレー大作戦 みんなの食堂プロジェクト」
- 塩尻・山形・朝日地域相談支援センターボイスでの障がい者や家族の相談支援

### 介護サービス事業

#### ● デイサービス事業

利用者や家族のニーズに応え、機能訓練や認知症ケアなどにも取り組みながら、安心と信頼の介護サービスを提供します。

#### ● ケアマネジャー事業

利用者の暮らしを幅広く総合的に捉え、ご家族や関係者と連携しながら適切な介護プランを提供します。

#### ● ホームヘルプサービス事業

利用者の習慣や生活環境にも配慮しながら、高齢者や障がい者の生活と気持ちに寄り添うサービスを提供します。

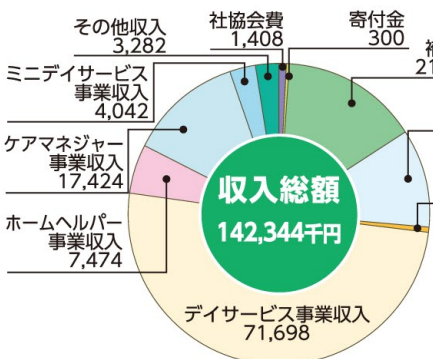
#### ● ミニデイサービス事業

運動や創作活動、仲間との語らいなど多彩なプログラムで、元気なこころと体が維持できる介護予防の理念を実践します。

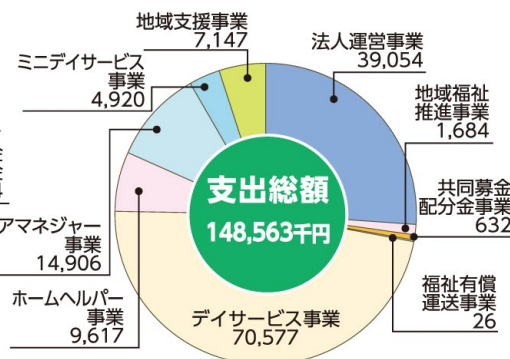


## 令和6年度一般会計予算

### 収入内訳 (単位：千円)



### 支出内訳 (単位：千円)



### \* 支出経費の使途別内訳

人件費	102,391千円
事務・事業費	36,790千円
助成金	1,060千円
リース債務の返済	979千円
積立金	300千円
固定資産取得	1,778千円
その他	5,265千円

※収入の不足分は前期末支払資金残高(前年度繰越金)を充当します。

えべやかたくりの里では、  
村内にお住いの概ね60歳以上の方を対象とした様々な講座を開催しております。  
詳細は、毎月発行されるえべやかたくりの里だよりをごらんください。

## フレイル予防教室

NEW!

- 毎月2回 ●木曜日
- 午後1:30～3:00

講師／清水 さくらさん 理学療法士  
講師／羽多野 美映さん 理学療法士

令和6年度より新しく開催を予定しているフレイル予防教室は、医療の視点を取り入れ学びと運動をテーマに身体づくりを行います。フレイルチェックや基本チェックリストなどを活用し、より介護予防への意識を高めます。



## 高齢者ふれあい学習

- 毎月1回 ●水曜日
- 午後1:30～3:00

年間12回、4月の開講式から3月の閉講式まで、運動、歴史、健康、地域、社会見学など、様々なテーマでの講座を開催します。



## やわやわ体操

あさひ  
さんでい  
講座

- 毎月2回 ●金曜日
- 午前9:30～11:00

講師／永井 肇さん 健康運動指導士 整体師

やわやわと全身体操で体を整えながら、動きやすい体づくりを行います。



## 男性限定運動講座

- 毎月2回 ●金曜日
- 午前9:30～11:00

講師／永井 肇さん 健康運動指導士 整体師  
男性特有の筋肉の強さや硬さを考慮しながら、姿勢改善や筋力アップを図り体を整えます。



## 新! 健康運動講座

NEW!

- 毎月2回 ●水曜日 ●午前9:30～11:00

エアロビクスやダンスなど様々な運動を体験します。

### 4月～9月開講 エアロビクスとディスコダンス



4月～6月開講

### 健康ビクス

講師／田中 理恵さん  
健康運動実践指導士

松本平を中心に、体操競技コーチや高齢者の運動教室を展開しており、朝日村では10年以上前から介護予防教室の講師として高齢者の健康づくりや体づくりを支えています。



のびのびと  
体を動かそう!

心も体も  
リフレッシュ!

2022年ボランティアの集い

7月～9月開講

### あさひDEですこ

講師／ちびゆりさん  
プロダンサー  
(一社)長野県ストリート  
ダンス普及協会代表理事

NHK 長野放送局の番組出演をはじめ、県内各地で教育機関と連携した子供向けのストリートダンス教室や高齢者を対象としたディスコダンスを展開し、音楽に合わせて体を動かすことの楽しさを伝えています。



心がわくわくする  
音楽の力!

ステップを  
踏もう!

©MGプレス

2024年1月18日付MGプレスから

### 10月～12月開講 ストレッチヨガ



### 1月～3月開講 しあわせ太極拳



申込みは 朝日村社会福祉協議会

電話.99-2340 FAX.99-2340

asahi-syakyo4@go.tvm.ne.jp

メール受付  
2次元コード



地域の皆さんの  
ご参加をお待ち  
しています!



# 認知症になってもいいじゃないか

## 認知症希望大使 春原治子さんが 安心して暮らす地域

昨年11月、朝日有償生活支援サービスイいせの研修会が上田市豊殿地区にある、「ふれあいサロン Hinatabocco (ひなたぼっこ) とよさと」で行われました。

ここでは、JAの空き店舗を使い「地域の人がいつも集まれる場所をつくらう」と地域住民とボランティアで組織する運営委員会がコーヒーとランチを提供しています。

この地区に暮らす春原さんは認知症です。けれど「忘れることをクヨクヨしても仕方がない。認知症になっても今までどおり。」といつも前向きです。

運営委員長の神林さんは「認知症になっては困るという考え方を考える

こと。そうできる人はその後も自分らしく暮らしていける。」

支援に関わるJA長野会の櫻井さんは、「まず認知症を自分のこととして正しく理解しておくこと、そして本人や家族が隠したりせず、それを地域や友人、周りが受け入れて暮らしていける地域をつくるのが、自分自身の安心や備えにつながる。」

4人に1人が認知症となる時代。自分も避けて通れない時、あなたはどうか暮らしたいですか。家族や隣近所など周りの方はどうしますか。

これからの自分自身の考え方や、暮らす地域のあり方を考える研修会でした。



認知症でもできることはたくさんあります  
春原さん(右から2人目)



研修に参加した「いいせ」の会員



### 令和5年度

## ボランティア連絡協議会総会&コンサート

令和5年度朝日村ボランティア連絡協議会の総会が行われ各議案が承認されました。3期6年にわたり会長を務めて頂きました古池美佐江さん、大変お疲れさまでした。続いて楽団ケ・セラのコンサートが開催されました。楽団ケ・セラは松本市を拠点に、障がいをもつ方達が『音楽でメシを喰う』をモットーに社会的自立を目指し活動されていま

す。えべやかたくりの里には2度目の登場となり、個性輝く笑顔いっぱいのメンバーと会場はすぐに打ち解けました。「津軽海峡冬景色」「USA」などボルテージは最高潮に力強いのびのびと歌い演奏する楽団ケ・セラのメンバーから、パワーと元気をもらいました。

R6年度も健康第一で無理なくボランティア活動を楽しみましょう!

### 災害 ボランティア 講座

## 能登半島地震 災害支援報告会

朝日村役場から2名の職員が長野県合同災害支援「チームながの」として石川県輪島市へ派遣され、その支援活動報告会がえべやかたくりの里で開催されました。

まず、村松さんから被害の概要と輪島高等学校避難所での24時間連続勤務の大変なスケジュールであったこと、朝日村の災害備蓄の現状等の説明がありました。続いて神村さんから市内の高層ビルが横倒しになった写真

や、焼失した朝市通りの写真を使い、被災者とのやり取りを含めた説明がありました。最後に村松さんから「災害について悲観的に準備し、楽観的に対処せよ」とのメッセージに参加者からは共感の声が上がりました。

社協では身近に起こる災害を知ることと災害ボランティアへの関心と、平時の防災減災への意識を高める取り組みを行っています。



総務課防災係主任の村松功太さん(右)  
住民福祉課主事の神村宗さん



# デイサービスかたくりの里ひとこま

## シャンテドゥの皆様による クリスマスコンサート

素敵な歌声に  
うっとり聞き  
入りました。



## 貼り絵で今年の干支を 作成しました

今年は辰年!!  
力が溢れ、活気付く  
年にありますように...

あけましておめでとうございます



## 古見長寿会の皆様より お蕎麦を戴きました!

お蕎麦の風味、  
のど越しを楽しみながら  
美味しく戴きました  
「来てくれてありがとう」



## 針尾長寿会の皆様より どら焼きを戴きました

あま〜いどら焼きで  
ほっこり(#^\_^#)  
長寿会の皆様とお茶の時間を  
楽しみました



## かたくりの里節分



今年もかたくりの里へ  
暴れん坊の鬼がやって来た!  
皆で鬼退治! 福の神様から  
ご利益を戴きました



## 新人職員紹介

看護師の  
中澤好子さん  
皆さん、よろしく  
お願い致します



## 春近し心のふるさと民謡コンサート 朝日民謡教室の皆様



声の迫力と  
尺八・三味線の音色が  
沁みわたる!  
最後はみんなで木曽節の  
大合唱「ながのりまん♪」



## えべやミニデイのひとこま

演奏者  
本沢淑子さん



琴の音に  
酔いしれる



## 節分恵方巻 太巻きかぶりつき! うまいうまい!



# 赤い羽根共同募金へのご協力、ありがとうございました

昨年10月1日から全国一斉に行われた令和5年度赤い羽根共同募金運動には、村民・企業の皆様から多くの募金をお寄せいただきました。  
募金をいただいた皆様、おとりまとめをいただいた地区長さんなど、お力添えを賜りましたすべての方々にあらためてお礼を申し上げます。ありがとうございました。  
お寄せいただいた募金は、地域での福祉活動に使わせていただきます。



令和5年度募金総額 **732,921円**

○戸別募金	713,888円
○募金箱等	4,033円
○企業募金(順不同)	
鉢盛自動車整備工場 様	10,000円
カンロ株式会社朝日工場 様	5,000円

県から助成を頂き、  
車両を新しくすることが  
できました。



## ～募金の使いみち～ (令和6年度事業予定)

- ①長野県内(広域)での福祉事業に **214,000円**
- ②朝日村内での福祉事業に **518,921円**

**高齢者への支援** …………… **220,921円**

- ・ひとり暮らし高齢者等へのふれあい料理配食事業

**子どもたちのために** …………… **80,000円**

- ・保育園の防犯備品整備・小学校PTA講演会

**障がいのある方々への支援** …………… **267,000円**

- ・当事者団体、グループへの活動助成
- ・障がい者社会参加(希望の旅)事業

**その他地域での活動に** …………… **65,000円**

- ・地域で活動するグループ、団体への活動助成

※差額は前年度の繰越を使わせて頂きます。

## 福祉貯金箱へのご協力 ありがとうございました

総額 **349,123円**

令和5年度の福祉貯金箱は、総額**349,123円**をお寄せいただきました。村民の皆様をはじめ、取りまとめをいただいた社協支部長さん、また貯金箱の開封作業や硬貨の集計していただいたボランティアグループ福寿会、JA松本ハイランド朝日支所の皆さんなど、ご協力いただいたすべての方々に心からお礼を申し上げます。



お寄せいただいた寄付は、  
全額を福祉基金に積み立て  
させていただきます。

## フードドライブ 食糧支援 ありがとうございました

実施期間 令和5年4月～令和6年3月

▲食糧支援の窓口を  
社協の玄関に設置

食糧支援 延べ46軒から総重量**1,435kg**のお米、調味料、お菓子、レトルト食品や飲料などが集まり、カレー大作戦や緊急食糧支援等の事業において、延べ**136世帯**、子育て世帯や高齢世帯など多くの方へお渡しすることができました。



社協は、こうした事業を通じて、生活の困りごとや心配事などを気軽に相談できる福祉の窓口として、支援が必要な人へ情報が届くよう、これからも居場所づくりや様々な地域福祉活動を行ってまいります。

◀ファミリーマート朝日村店に設置されている食糧支援BOXに寄せられた食品もこの事業に活用しています。

## 令和6年 能登半島地震災害義援金

2024(令和6)年1月1日、石川県能登地方を震源とするマグニチュード7.6の地震が発生し、能登半島周辺から被害の報告が寄せられています。被災地の復興支援を目的として義援金の募集をしたところ、多くの方のご協力してくださいました。ありがとうございました。

令和6年2月29日  
現在の義援金合計額 **433,663円**

赤い羽根共同募金を通じ定期的に送金を行い皆様の思いが1日も早い復興のお手伝いとなればと願っております。

## 皆様からのご寄付

令和5年10月1日から令和6年3月4日まで(受付順)

古川寺ゴルフコンペ 様 15,000円  
よつてきましょつぷ 様 10,000円  
古川寺観音奉賛会 様 50,000円

塩原啓介 様 ……100,000円  
高橋宗治 様 …… 野菜  
清沢文登 様 …… 菓子

皆様からのあたたかいご寄付に、  
心からお礼申し上げます。

**ありがとうございました。**

