2021 **7/31** 

No.184

# **FUREAI POKETTO**



### 台風 19 号災害復興支援活動

北部高校2学年地域貢献実習の授業で豊野リバーサイドパーク(長野市豊野)へ行きました。ここは2年前の台風19号災害で水没した場所です。豊野地区の皆さんが整備を続け、復興野菜を作っています。

今回は、大根や白菜など冬野菜の栽培に向けて草を取ったり、堆肥を蒔く作業をしました。 今後も北部高校生と様々な形で復興支援に携わっていきたいと思います。

#### •●●主な記事●●•

- P2 特例貸付受付期間延長のご案内 北部高校書道部作品展開催について
- P3 夏休み親子自由研究開催のお知らせ
- P4 健康づくりの取り組み紹介
- P5 就労準備支援事業について
- P6 事業所紹介
- P7 今後の予定ほか
- P8 クイズコーナー、りんごのつぶやき 、 新ささらばさら(**④**コママンガ)

### 一時的な資金の特例貸付 受付期間延長のご案内

新型コロナウイルスの感染拡大の影響による休業、失業、収入減少等で生活資金にお悩みの世帯を対象に『特例貸付(無利子・保証人不要)』のご相談をお受けしております。この貸付は後日返済していただく制度です。

#### ★受付期間が令和3年8月末までに延長されました。

【緊急小口資金特例貸付】緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に貸付を行います。貸付上限額:10万円(世帯の条件によっては20万円)

【総合支援資金特例貸付】失業者等、日常生活全般に困難を抱えており、継続的な生活費を必要とする場合に貸付を行います。貸付上限額:単身世帯45万円(15万×3か月)、複数世帯60万円(20万×3か月)

※総合支援資金特例は、条件によって3か月目以降【延長】【再貸付】のご相談も受け付けています。

○<u>申し込み方法</u>:窓口での申請は予約制としておりますので、事前に電話にてご連絡ください。飯綱町社協ホームページでも申請方法を案内しています。

○予約受付時間:月曜日~金曜日(平日のみ)/9:00~16:00

【お問合せ】飯綱町社会福祉協議会 電話253-1001 担当 佐藤

メーラプラザ特別企画事業

### 北部高校書道部作品展を開催します/

メーラプラザで昨年開催して好評でした 「北部高校書道部」の作品展を今年も開催 します。

部活動にも新型コロナウイルスの影響が 広がる中、一生懸命に活動を続けています。 この機会にぜひ高校生の力強い作品をご覧 ください。



なお、展示期間初日には書道パフォーマンスも行います。 躍動感あふれるパフォーマンスは必見! 是非お出かけください。

#### 【作品展示】

期間:令和3年8月28日(土)から9月5日(日)

展示会場:メーラプラザ ホール

【書道パフォーマンス】

日時: 令和3年8月28日(土) 午前11時00分~

場所:メーラプラザ 駐車場

#### メーラプラザ夏休み特別企画事業

### 『夏休み親子自由研究教室』開催のお知らせ



メーラプラザでは、夏休み特別企画事業として、 飯綱町内の小学生を対象に「夏休み親子自由研究 教室」を計画しました。アプリを使ってプログラ ミングを組み、「embot」というロボットを動か します。親子で一緒にプログラミングについて学 習しませんか。

開催日:令和3年8月7日(土)

時 間:午前の部 10時30分から11時30分まで

午後の部 13時から14時まで

会 場:メーラプラザ ホール

講 師:ドコモショップ長野長池店 専門スタッフ

対 象:小学1~3年生の親子(町内在住に限る)

定 員: 各親子8組

内容:「embot」という「プログラミング教育ロボット」を、実際にアプリを使ったプログラミングで動かします。使用するタブレット端末はこちらで用意します。なお、参加される方にはNTTドコモの会員登録をお願いします。(他社からの乗り換えをお願いするものではありません。)

申込み:参加を希望される親子は、8月3日(火)までにメーラプラザ(電話) 217-0345 へご連絡ください。(先着順)

その他: 新型コロナウイルス感染拡大状況によって、中止となる場合があります。 あらかじめご了承ください。なお、メーラプラザ駐車場が満車の場合は、 ながの農協飯綱支所東側駐車場をご利用ください。



社協ってなんだ? 気になる方は右記より簡単に アクセスできます。ぜひご覧ください。



飯綱町社協 HP



お問合せ:飯綱町社会福祉協議会 ☎253-1001

### 日々の運動が「健康維持」の秘訣!健康づくりの取組み紹介

健康維持・増進のためには、継続的な運動を行うことが重要です。「1人では続か ないな…」という方も仲間がいれば継続性が高まります。今回は、メーラプラザを拠 点に行われる運動の取り組みを紹介します。

#### 《スポーツ吹矢教室》

内容

5~10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢 を放ち、その得点を競うスポーツです。

- 健康効果 動脈硬化予防、冷え性改善、脳の老化防止 ストレス解消等
- 実施日時 第1・3月曜日午後2時~午後4時まで
- 参加方法 初めて参加する方は飯綱町社会福祉協議会(Tel253-1001)にご連絡ください。



#### 《スロージョギング》

● 内容

ジョギングよりもさらにゆっくり、隣を走る人と 会話できる程度のペースで走るのが、スロージョ ギングです。体に優しいランニング方法として、 注目を集めています。

- 健康効果 筋力アップ、ストレス発散、リフレッシュ効果等
- 実施日時 第 1 3 水曜日/第 2 4 水曜日 午前 9 時~午前 10 時(1 時間)
- 参加方法 参加自由。事前申込不要。運動したい方は会場にお集まりください。

#### 《ナイトウォーキング》

内容

日中は畑や仕事など予定があって歩けないという方が集ま り町内を 1 時間程度歩きます。

- 健康効果 脂肪減少、血圧改善、心肺機能の維持改善等。
- 実施日時 毎週火曜日 18時~19時
- 参加方法 参加自由。事前申込不要。(雨天中止)





### 『生活困窮者等の就労準備支援』を行っています!

仕事の悩みのある方を対象に、生活リズムを整えたり、一般就労にむけたステップアップの場として就労準備支援事業を行っています。

「なかなか仕事が見つからない」

「長い間引きこもりだったので、仕事ができるか不安」

「職場になじめず、すぐに辞めてしまう」

など、仕事に関する悩みがある方はご相談ください。ご家族からのご相談も受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

-------

#### 【就労準備支援事業でしていること】

- ・ 就労体験の場を提供します。 2人から 5人位のグループで作業しています。
- 仕事に関する悩みに合わせた支援や求職活動の支援などを行います。

#### 【グループ作業の主な内容】

- 農作業、ごみ拾い、草刈り・草取り、洗車など。
- ・職員が一緒に作業しますので、初めての方でもご安心ください。

5月にじゃがいもを植えました! 収穫したじゃがいもはメーラプラザで 販売予定です。お楽しみに!!



定期的に町内のごみ拾い 作業を行う予定です。



#### 【お問合せ】飯綱町社会福祉協議会地域福祉課

(総合相談・まいさぽ信州長野出張窓口) 電話253-1001 担当:佐藤 月曜日~金曜日 午前8時30分から午後5時30分まで



## 🍅 🍅 ಠ い<u>いづな、いいまち、ボランティア通信</u> 🖠



現在、新型コロナウイルスの影響で昼食会わらび会の開催の中止が続いています。そ のような中、ずっと待ってくださっている方のために何かできないかとボランティアグ ループわらび会の皆さんと事務局とで協議を重ね、年に数回手作りお弁当の配達を実施 しています。

6月中旬には、感染予防対策のため6名で126食のお弁当を配達しました。熟練の 技と知識を持つボランティアの方々でも 126 食のお弁当を数時間で完成させることは 簡単なことではありません。しかし、「喜んでくださる方のために」という気持ちで一生 懸命調理してくださっています。その姿には本当に胸を打たれます。

お弁当を受け取った方から「何日も前から楽しみにしていた」「美味しかった」等、あ りがたいお言葉をたくさんいただきました。そういった声が何にも代えられないボラン ティア活動の「やりがい」へと繋がるのだと今回のわらび会を通じて教えていただきま した。

#### 【わらび会とは…?】

70歳以上の独居世帯の方、75歳以上の高齢者世帯の方を対象に年6回開催される事業 です。ボランティアの方々が調理した手作りの昼食を参加者全員でいただいたり、温泉など へ出かけたりします。出欠の確認は、民生児童委員の皆さまにご協力いただいています。

- ※同一敷地内にご家族がいる場合は、対象外となります。
- ※新型コロナウイルスの影響で今年度は予定を変更し実施しております。

### NPO 法人さみず さんばだより

さんばの5月、6月の昼食食材は、山菜のオンパレードでした。ふきったま、こごみ、 コシアブラ、ワラビ、タラの芽、ウド、セリ、ふき…。さんばのお客様は(もちろん職員) も)、山の山菜が大好きで(経済的にも)、そういえば開所当時の何かと不自由(?)な時期、 庭にある柿の葉、ユキノシタも天ぷらにしてよく食べましたっけ。

さんばの建物北西、大家さんが作っている立派なウドがありまして、大家さんからは 「遠慮しないで採って食べて」と言っていただいているのですが…十数年前、さんばの 玄関戸の隙間から入ってこようとした、アナコンダなみの大蛇が(みんなそう言ってい る!)必死の形相の職員に追われて、あの日陰に逃げ込んでいるに違いなし(絶対!)、さ んばⅡを造ってくれていた大工さんも「すきを見て、こっちに入ろうとしていた!」と 証言(?)しているので…。ウドは、今年も大家さんが採って届けてくださり、ありがた くいただきました。可憐なユキノシタは、絶えてしまいました。

### 飯綱町社会福祉協議会新役員(理事・監事)

****		
役 職	氏 名	選任区分
会 長	荒井 和己	識見を有する者
副会長	池内 武久	行政関係者
理事	石坂 明子	社会福祉事業を経営する団体の役職員
理事	伊藤まゆみ	町議会議員
理事	小田切菊代	ボランティア団体の代表
理事	小林 辰雄	区長会推薦者
理事	近藤 邦彦	識見を有する者 お願い致します
理事	田中 曻一	民生児童委員
理事	永野 光昭	行政関係者
監事	小林 仁司	識見を有する者。
監事	鶴田ひろみ	識見を有する者

◆任期は令和5年6月までとなります

### 寄付欄

伊 藤様 りんごジャム

永 野様 鍬3本

匿 名様 お米 60kg

匿 名様 食品多数

匿 名様 紙オムツ、電気ケトル

タオル、ウォータージャグ



### 今後の予定

8月	3日(火)	ナイトウォーキング
	4日(水)	スロージョギング
	7日(土)	てんぐカフェ
		夏休み自由研究教室
	10日(火)	ナイトウォーキング
	12日(木)	スロージョギング
	16日(月)	オレンジカフェ
	17日(火)	ナイトウォーキング
	18日(水)	スロージョギング
	24日(火)	ナイトウォーキング
	26日(木)	スロージョギング
	28日(土)	てんぐカフェ
	31日(火)	ナイトウォーキング

飯綱町社会福祉協議会では、食品ロスの削減と食料を必要としている方に食品を届けることを目的にフードバンクを実施しております。ご家庭で保存している食料で利用されずに眠っている食品がございましたら、メーラプラザ(普光寺 920)までご持参ください。なお、食材支援をご利用の方は飯綱町社会福祉協議会(電話) 253-1001 までご連絡ください。

※次の条件を満たすものとさせていただきます。

賞味期限が明記され 1 か月以上あるもの、未開封のもの、包装や外装が破損していないもの、常温保存できるもの、日本語標記されているもの

### クイズコーナー

#### <u>ふれあいぽけっと 7月号を読んで答えを</u>見つけよう!

正解者の中から最大5名様に素敵なお楽しみプレゼント♪

- ① 北部高校書道部による書道パフォーマンスの開催日はいつ? ヒント:2ページを読んでみよう!
- ② 夏休み親子自由研究教室で使用するロボットの名前は? ヒント: 3ページを読んでみよう!

#### 品

当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。 景品は菊寿しと Coco Café で使えるメーラプラザ共通 500 円券 です。

#### 応募方法

ハガキ素 389-1206

飯綱町普光寺920 いいづなまちしゃかいふくしきょうぎかい 飯綱町社会福祉協議会

「クイズコーナー」

#### ハガキ裏

- 住 所 答え
- をまえ 名前 でんわばんごう • 電話番号
- ・今月号の感想など



成

社協ホームページクイズ応募フォーム又は社協来所による応 募も受け付けております。(町内在住の方に限ります)締切りは、 8月17日(火)【消印有効】です。皆様からのご応募お待ちし ております。









ŋ

好きな曲だ。 切だよな 湯?車の中?大切な人といる時?他 処?職場?趣味の場?草ぼうぼうの 葉をよく聞くよなぁ、 もなお探し続け、 れに終わったり、 分が自分らしく振舞える場所だっ の干渉もなく羽を伸ばせる場所だっ く「居場所」 は大人になってゆく そういえば最近「居場所づくり」 地だ ながら20年後の8月、 なところが も居場 行き着いたかと思えば て幼少期 居場所なんだろう?居 密の基地 所に気付くのもどっ 時には裏切られ、 所 新たな秘密基地 の原風景は  $\mathcal{O}$ か 秘 し様々な 密基 は、 秘密基地 またこの 0 居 、な思 地 幼 か  $\mathcal{O}$ 場所 ば を巡

性4人の哀調溢れるボー かつて女優の井上真央が出演してい たもの~」 「キッズウォ ZONEの が、 この8月で発表からも Secret base 0 カルで歌 「秘密基地 を舞

≪発行≫ふれあいぽけっと編集委員会(事務局:飯綱町社会福祉協議会) 〒389-1201 長野県上水内郡飯綱町大字芋川 181 電話: 026-253-8456 FAX: 026-253-2907 Eメール iishakyo@ii-shakyo,or.jp HP http://ii-shakyo,or.jp