

ふれあいぽけっと まっはしすつき

題字

三水小学校 1年

2026

6/30

No.243

FUREAI POKETTO



長野地区障がい者スポーツ大会

「長野地区障がい者スポーツ大会」が、5月24日（日）に開催されました。この大会は、様々な障がいのある皆さんが、スポーツを通じて、体力の維持増強を図り、社会活動への参加を促進し、県民の障がい者への理解と認識を深めることを目的として開催しています。

飯綱町からは陸上競技、フライングディスク、ボッチャの各種目に20名を超える選手が参加し、熱戦を繰り広げ、皆さん楽しくスポーツに触れ合うことができました。また、秋には長野県大会があり、多くの選手が参加します。

●●●主な記事●●●

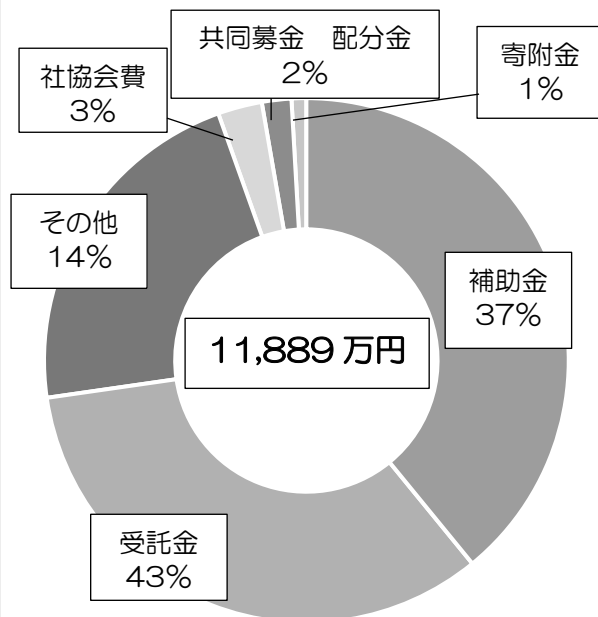
- P 2 令和7年度決算・事業報告
- P 3 令和7年度決算・事業報告
- P 4 ふまねっと教室参加者募集
- P 5 フードバンクとフードパントリー
- P 6 大切な命を守る熱中症対策
- P 7 サマーアート展 今後の予定ほか
- P 8 ボランティア通信、りんごのつぶやき
ささらばさら(4コママンガ)

令和 7 年度 飯綱町社会福祉協議会 決算・事業報告

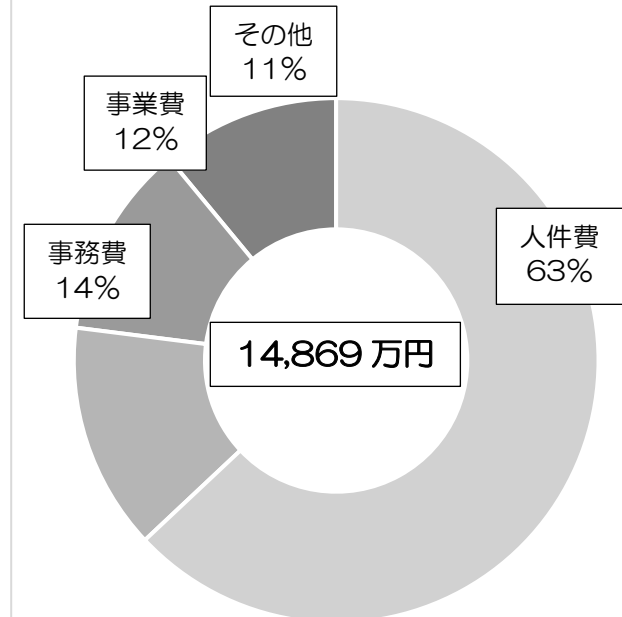
総収入額	623,992,653 円	【 前年比 52,723,388 円増】
総支出額	631,187,659 円	【 前年比 49,174,639 円増】

※法人内での資金繰入金、収入・支出は除いています。

法人本部・地域福祉等事業収入



法人本部・地域福祉等事業支出



◇・・・事業報告（主な事業）・・・◇

◆相談援助対応件数 【延べ5,257件】

＊生活困窮者就労支援【年間107件・延べ参加人数258人】

＊フードバンク支援【延べ307件】

◆“食”の自立支援事業【受託・配食サービス配達件数延べ 15,475 件】

◆地域づくりの推進

＊災害時住民支えあいマップ更新【33地区】

マップを活用した避難訓練の実施【13地区】

＊地区福祉学習会の開催【19回】

◆ふれあい広場の実施 【11月1日メーラプラザにて開催、240名参加】

◆地域福祉フォーラムの実施 【7月12日飯綱中学校にて開催、120名参加】

◆いきいきサロンの推進 【33地区・延べ参加者数3,673名】

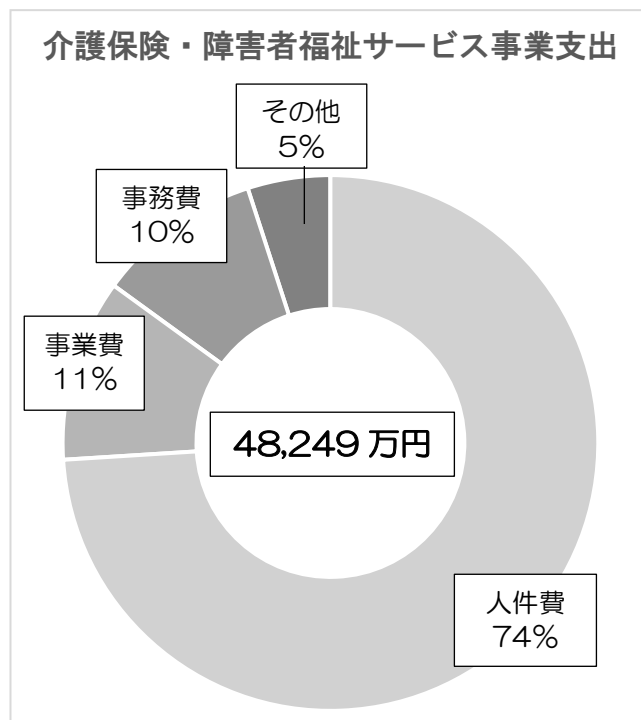
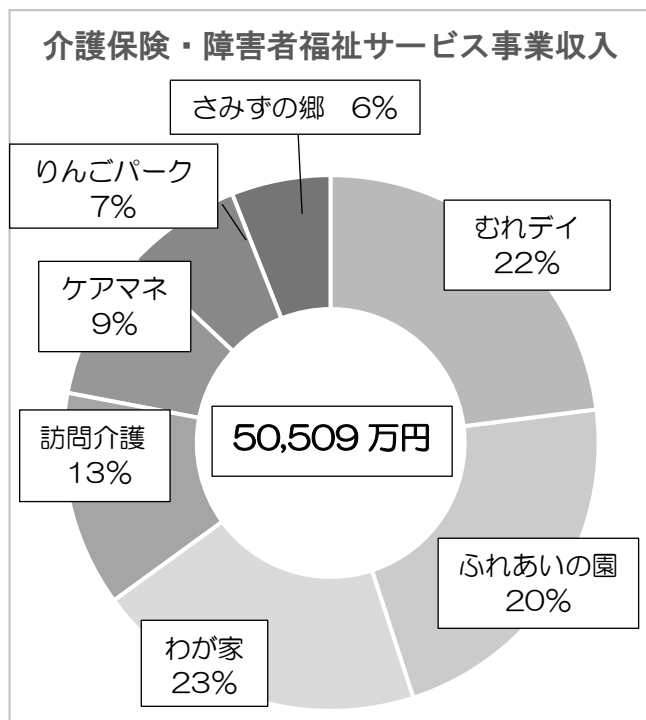
◆生活支援体制整備事業

＊住民主体型サービスの運営支援、体力測定会等、介護予防の場所づくり支援

＊有償たすけあいサービス【相談件数437件】

◆飯綱町多世代交流施設「メーラプラザ」管理運営

＊運動機能向上訓練事業【パワーリハビリテーション延べ利用者数 3,942 名】



◇・・・事業報告（主な事業と延べ年間利用者数）・・・◇

◆ケアマネ	【 2,284 名】	◆むれデイサービス	【 9,390 名】
◆訪問介護	【14,638 名】	◆りんごパーク	【 5,051 名】
◆ふれあいの園	【 8,335 名】	◆わが家	【 6,392 名】
◆さみずの郷	【 2,925 名】	◆わが家通所介護	【 1,111 名】

貸借対照表

資産の部		負債の部	
流動資産	152,599,189	流動負債	44,580,382
		固定負債	177,421,374
固定資産	393,174,947	負債の部合計	222,001,756
基本財産	77,222,674	純資産の部	
その他の固定資産	315,952,273	基本金	2,000,000
		国庫補助金等積立金	18,428,362
		その他の積立金	118,650,000
		次期繰越活動増減差額	184,694,018
		～うち当期活動増減差額～	-13,237,766
		純資産の部合計	323,772,380
資産の部 合計	545,774,136	負債及び純資産の部 合計	545,774,136

社会福祉協議会の財産合計額

基本財産特定預金	2,000,000 円	【社会福祉協議会の資本金】
基本財産固定資金	75,222,674 円	【さみずの郷・わが家建物】
積立資産	118,650,000 円	【施設整備等を目的とした積立金及び有価証券】
固定資産物品	25,577,708 円	【10 万円以上の固定資産物品 前年比 902 万円増】
繰越金	108,018,807 円	【運転資金 前年比-719 万円減】

今年で3年目。飯綱町で広がるふまねっと # 転倒予防と認知症予防『ふまねっと教室』 参加者募集

みなさん、日頃からサッサカと歩けていますか？ 国立理化学研究所によると日頃から歩く速度が速めの方は健康寿命が長く、ゆっくりの方は健康寿命が短くなることが分かってきています。

“ふまねっと”は身体と脳を同時に使う「デュアルタスク（ながら）運動」で、認知機能や歩行機能の改善に「効果が実感できる」と過去の参加者からも好評をいただいています。初めての方を対象としたプログラムとなっていますので、ぜひこの機会にお問い合わせください。

日 時 : 令和8年7月15日（水）から10月中旬まで
（毎週水または木曜に実施計12回） 午前10時30分から1時間

会 場 : 町民会館 教養娯楽室

講 師 : 作業療法士 飯田安彦 氏（ふまねっとインストラクター）

持ち物 : 動きやすい服装・水筒

対 象 : 町内に在住する概ね60歳以上の方

定 員 : 10名（先着）

参加費 : 12回分で3,000円（初回利用時にお持ちください）

参加希望される方は 飯綱町社会福祉協議会 ☎253-1001 まで

※新規の方向けのプログラムです。昨年までご参加されていた方はメーラプラザで月2回行われる「ふまねっとの会」へぜひご参加ください。



「ふまねっと」とは・・・

大きな“あみ”の上を様々なステップをしながらゆっくりと歩く運動です。身体と頭の運動を同時に行うことで認知機能の向上だけでなく転倒予防の効果が期待されています。

他市町村でも介護給付費が大きく減った事例があり、効果が期待されます。

飯綱町（介護保険事業特別会計）受託事業

『フードバンク』にご協力をお願いします！

『フードパントリー』をご活用ください！

食品ロスの削減と、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＆フードパントリーを実施しています。物価高騰などで困っている方へ食料品を届けませんか？



○フードバンク・・・食料品を寄付したい方

ご家庭や企業で眠っている食料品がありましたら、メーラプラザまでお持ちください。食料品は以下の条件を満たすものをお受けしております。

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

※野菜、果物等の生鮮食品はこの限りではありません。また、賞味期限が 1 カ月未満であってもお受けできる場合があります。事前にご連絡をお願いします。

○フードパントリー・・・食料品の支援を受けたい方

食料品の支援をご希望の方はお気軽にご相談ください。ご事情をお伺いのうえ、食料品（米、レトルト食品、缶詰、カップ麺、調味料など）をご提供いたします。

【連絡先】 飯綱町普光寺 920 メーラプラザ内

飯綱町社会福祉協議会 地域福祉課 電話 026-253-1001

フードバンク担当：中井 フードパントリー担当：川原田

生活就労支援センター『まいさぼ信州長野』をご利用ください！

生活就労支援センター“まいさぼ信州長野”は、生活困窮者自立支援法に基づき、設置された「生活全般にわたる困りごとの相談窓口」です。ご相談の費用は無料です。家計のこと、仕事のこと、家族のことなど、お困りのことがあれば、一人で悩まず、まずはご相談ください。日常生活品・食料支援の緊急支援も実施しています。詳しくはお問い合わせください。

【連絡先】

○生活就労支援センターまいさぼ信州長野 電話 026-267-7088

長野市中御所岡田 98-1 長野保健福祉事務所庁舎内

相談受付時間 月曜日～金曜日 9：30～17：00（休日を除く）

○まいさぼ出張相談所 電話 026-253-1001

飯綱町普光寺 920 メーラプラザ内 飯綱町社会福祉協議会（担当 川原田）

相談受付時間 月曜日～金曜日 9：00～17：30

「まだ大丈夫」が一番あぶない！ 大切な命を守る「熱中症」対策！

ご高齢になると暑さセンサーが鈍りがち！
室温30度を超えても暑さを自覚しにくく、「もったいない」「冷えすぎるから」とエアコンを我慢し熱中症を発症する方が後を絶ちません！



■家族だけで抱え込まず、ケアマネと一緒に備えましょう！

「まだ介護申請をしていないけれど・・・」という方も大丈夫！
介護保険は、寝たきりになってから使うものではありません。
「住み慣れた家で、地域で、元気に自分らしく暮らす」ためのものです。
夏の対策から介護認定の手続きまで、どんな小さなことでも丁寧にお答えします。
ご相談は無料です。

飯綱町社協ケアマネ事業所

☎ 253-2680

営業時間 月～金（祝日も営業してます） 8：30～17：30
（お電話でのご相談はいつでもOK）

SUMMER ART EXHIBITION サマーアート展

飯綱町内の障がい者福祉施設・デイサービス・フリースクールなどで活動する皆さんが制作した絵画や書道、工芸品などの作品を展示いたします。



令和8年7月22(水)～26(日)
9:00～18:00
メーラプラザホール

【指定管理者】 飯綱町社会福祉協議会
TEL:026-253-1001

寄付欄

匿名様 タオル類

地域福祉の推進に活用いたします。
ありがとうございました。

あげますください

◆電子ピアノ
ローランド HP1077L



詳しくは、地域福祉課（電話）253-1001
までお問い合わせください。

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。

飯綱町社協 HP



今後の予定

7月	1日(水)	スロージョギング
	3日(金)	健康麻雀
	5日(日)	歩いて行こうてんぐカフェ in 福井団地 (福井団地コミュニティーセンター)
	6日(月)	スポーツ吹矢
	7日(火)	ナイトウォーキング
	9日(木)	スロージョギング
	10日(金)	リフレッシュ事業温泉 A プラン 健康麻雀
	13日(月)	男笑室 オレンジカフェ
	14日(火)	ナイトウォーキング
	15日(水)	スロージョギング
	17日(金)	健康麻雀
	20日(月)	スポーツ吹矢
	21日(火)	ナイトウォーキング
	23日(木)	スロージョギング
	24日(金)	健康麻雀
	28日(火)	ナイトウォーキング
	31日(金)	健康麻雀

ボランティア情報

こどもたちがつなぐ人と町

IIZUNA MOUNTAIN CAR FESTA

日時: 10月4日(日) 10:00~15:00

雨天決行(荒天中止)

会場: 飯綱高原スキー場第二駐車場

(長野市上ヶ屋 2471-1)

入場料: 無料

※駐車場は台数に限りがございます。

なるべく乗り合わせでのご来場、または公共交通機関をご利用ください。

【イベントボランティア大募集】

日時: 10月4日(日) 7:00~17:00 予定

会場: 上記と同様

待遇: お昼代補助

応募方法: インスタ DM (お名前、年齢、ご住所、電話番号をご記入ください)

iizuna_mountain_car_festa(インスタ)

募集内容: 会場設営、駐車場誘導、イベント運営サポート

受付: 実行委員会 080-1274-0813

又は飯綱町社会福祉協議会 253-1001

さどはさど(96)
こはやしひろみち



りんごのつぶやき



会社で女性社員同士が「みつどん」で盛り上がっていたので、私が「そういえば、みつどんのぶくぶくシールが出たらいいよ」と話したら、ある女性社員に「それ欲しい、ぜひ買ってきて」とせがまれた。彼女は幼い娘さんと一緒にみつどんぶくぶくシールで癒され盛り上がりたいうた。帰り掛けにいいづなコネクトWESTに立ち寄り、ぶくぶくシールを3種類買って翌日彼女に渡したら殊の外喜ばれ感謝された。親子で「かわいいね」と話しながらみつどんに癒されている姿が想像できた。

休日にいづなコネクトEASTに行ったところ、偶然別の女性社員に会った。私が「いいづなコネクトに行けばみつどんぶくぶくシールが買えるよ」と言ったのを覚えていて訪ねてきたとのこと。やはり彼女も「娘と一緒に楽しみたい」と、シールを買い求めていた。みつどんがこんなに人気者だとは知らなかった。インターネット上にはみつどんの動画チャンネルが開設され、みつどん音頭も流れている。みつどんのLINEスタンプも販売されている。飯綱町を知る人も知らない人も、みつどんに癒されながらいつの間にか飯綱町を口にし、みつどんの招きで飯綱町に足を運ぶ。そして飯綱町の良さを感じる。みつどんは凄い。

いづなコネクトEASTで会った彼女が「ここはとても素敵な場所ですね」と話したが、社交辞令であっても嬉しかった。