

●上町太極拳桂愛好会サロン●

人と競わない健康の為の太極拳です。
運動が苦手な方でも、無理なく楽しみながら、深い呼吸と、ゆったりした動きで自然に心と体を癒し、心身共に鍛えることのできる健康法です。
相原師範を中心に、みなさんの近況や健康法の話をつづりながら、わいわい楽しみながら体を動かす(ストレッチ)ことから始まり、ゆっくり呼吸を整えて太極拳に入ります。深い呼吸は、内臓を鍛えるとともに、自律神経を整えます。ストレッチや太極拳は、普段使う筋肉とそれ以外の部位を活発に動かす事で、生活行動をより積極的にして、転倒も防ぐ効果が見られます。
人と会う・体を動かす・心を癒す・そんな場だから、楽しみながら長く続けられます。 代表 朝比奈 滋明

- 開催日時：原則毎週日曜日
午前 10 時～
- 開催場所：上町集会所



相原師範・演舞

◆ほっとサロン◆

相模湖高齢者支援センターでは、介護者の方が少しでも“ほっ”とできる場所「ほっとサロン」を開催しています。
介護の事！ひとりで悩んでいませんか？
頑張らない・抱え込まない介護のため、いきいきと生活できるように話し合い支え合う交流の場です。
また、介護方法や認知症について、学ぶ場所でもあります。
ストレス解消を兼ねてお気軽にご参加ください。
お待ちしております。

開催日時
●毎月第3金曜日
午後 1 時 30 分～
※8 月、2 月はお休み

開催場所
●さがみ湖リフレッシュセンター



手話体験教室のお知らせ

主催：手話サークル加絵手
開催日：【1日目】8月28日(土)
【2日目】9月 4日(土)
時間：午前10時～正午
会場：相模湖公民館 **初心者大歓迎!**
参加費：無料
申込み：相模原市社会福祉協議会
相模湖地域事務所
電話 042-649-0202
締切：8月20日(金)
その他：上記2回の参加を基本としますが1回でも可。



「自治会」は
●防災訓練の実施
●防災物資の備蓄
●防犯灯の設置
●登下校児童の見守り
●地域のふれあい活動
など、皆さんにとってより良い地域となるよう様々な活動をしています。

《問合せ》
相模湖地区
自治会連合会事務局
(相模湖まちづくりセンター内)
電話042-684-3213

このページの編集は、「緑第一障害者地域活動支援センター」の方が担当しました。

【編集委員】
・中河 学 ・井上 一
・岸 実 ・江藤 堅一
・榎本 直紀



さがみ湖地区社協だより

第72号 令和3年7月発行

【発行】相模湖地区社会福祉協議会 〒252-5162 相模原市緑区与瀬 896 番地 相模湖総合事務所3階
(市社協相模湖地域事務所内) 電話 042-649-0202 FAX. 042-649-0200
メール sagamikotiku@sagamiharashishakyo.or.jp ホームページ [相模湖地区社協](#)

相模湖地区社会福祉協議会は定期総会を5月28日(金)に開催し、新役員、理事、構成員及び令和3年度の事業計画と予算が承認されました。

会長あいさつ

今年度の相模湖地区社協総会で選任された、会長の石井冬樹です。地域の皆様方には日頃から、社協の福祉活動にご協力いただき有難うございます。

現在、我々の地域は少子高齢化と人口減少、一人世帯の増加や買い物困難者、空き家の増加など、暮らしやすい住みよい町にするために解決すべき課題が多くあります。克服するのに必要な地域力を高めるには、自治会、商工会、高齢者団体、各スポーツ・趣味の会、公民館、民生委員児童委員協議会など、各種団体の協力が必要です。地域コミュニティの活性化と強化はコロナ禍で今は困難ですが、ワクチン接種が進んでいくことを期待しております。社協の活動は、多岐にわたりますが、地域ふれあい活動では、介護予防の百歳体操・健康麻雀教室の取り組み拡大や、「ちょこっとボランティア相模湖」活動の担い手増員を図っていきます。皆様の支え合いで、住みよい地域づくりを目指して頑張ってお参りしましょう。

役員

後列左から
監事 大野みち代
会計 市村志乃
監事 國場弥生
前列左から
副会長 中河学
副会長 岩間肇
会長 石井冬樹
副会長 砂金富保



退任されました

《理事》江藤 堅一・石田 巨・中里 正巳
中尾 英生・滝澤 登・石井 義夫
遠藤 亮裕・榎本 他枝子
ご尽力ありがとうございました。(敬称略)

理事

(令和3年～4年度)

○印：令和3年度新任理事・監事
(敬称略・順不同)

選出団体等	氏名	役職
自治会連合会	岩間 肇 ○新井 芳男 森久保 高弘	副会長
民生委員児童委員協議会	石井 冬樹 中河 学 清水 正光	会長 副会長
相模湖公民館	藤井 行雄	
老人クラブ連合会	瀧本 和紀 ○井上 一	
障がい者福祉施設・団体	勝又 優 小山 創	
高齢者福祉施設・団体	石井 孝之 ○佐々木 玉代	
児童関連施設・団体	○田村 聖子	
ボランティア団体	○奥村 芳江	
商工会	小野沢 健二	
有識者	澤塚 正史 大谷 妙子 原 佳子 市村 志乃 清水 ふみ子 砂金 富保 熊本 成子 ○甘利 ミツ子 ○三樹 秀文 ○岸 実 ○朝比奈 滋明	会計 副会長

監事

○大野 みち代 ・ ○國場 弥生



相模湖地区社会協基本理念「支えあい 心ふれあう まちづくり」を目指して いつまでも、住民のふれあいと、支えあいのあるまちを!!

5月の総会にて、事業計画と予算が決定しました。
今年度も、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事業の中止または縮小など変更になる場合があります。

令和3年度の主な予算

<単位：円>

令和3年度の主な事業

地域支えあい活動の推進

【高齢者や障がいのある方のために】

- とっさの時のあんしんケースの配布・更新
- みまもりネットさがみこの実施
- ちょこっとボランティア相模湖の運営
～困りごとに対する住民相互の助け合い活動～
- 地域交流支援事業



あんしんケースの配布

ちょこっとボランティアによる草刈りの様子

【子育て支援】

- こんにちは赤ちゃん！さがみこ“ぬくもり”支援事業の実施
- ぬくもりボランティアによる手作りプレゼントの製作と配布
- 子育てサロン夢♡民への協力、支援
・第2、3木曜日(原則)・千木良公民館大会議室



ぬくもりプレゼント
300人目の赤ちゃん訪問



子育てサロン夢♡民の様子

【地域ふれあい】

- 介護予防ふれあいサロンの立ち上げ支援
- ・百歳体操、健康麻雀教室等の立ち上げを支援
- 相模湖交流ゴルフ大会事務局

福祉の情報提供・啓発活動

- 地区社協だよりの発行(年4回発行)
- SNSを活用した情報提供(HP、ツイッターなど)
- 福祉バザー(11月予定)
- 福祉のつどい(3月予定)
- 暮らしに役立つ交流会
- ふくし絵手紙コンクール
- 福祉に関する啓発講座
- 地区社協情報コーナー



令和2年度ふくし絵手紙コンクール受賞作品

ボランティア活動の推進支援

- ボランティア育成講座
- ボランティア体験セミナー
- ふれあい・いきいきサロン交流会
- ボランティアグループ交流会

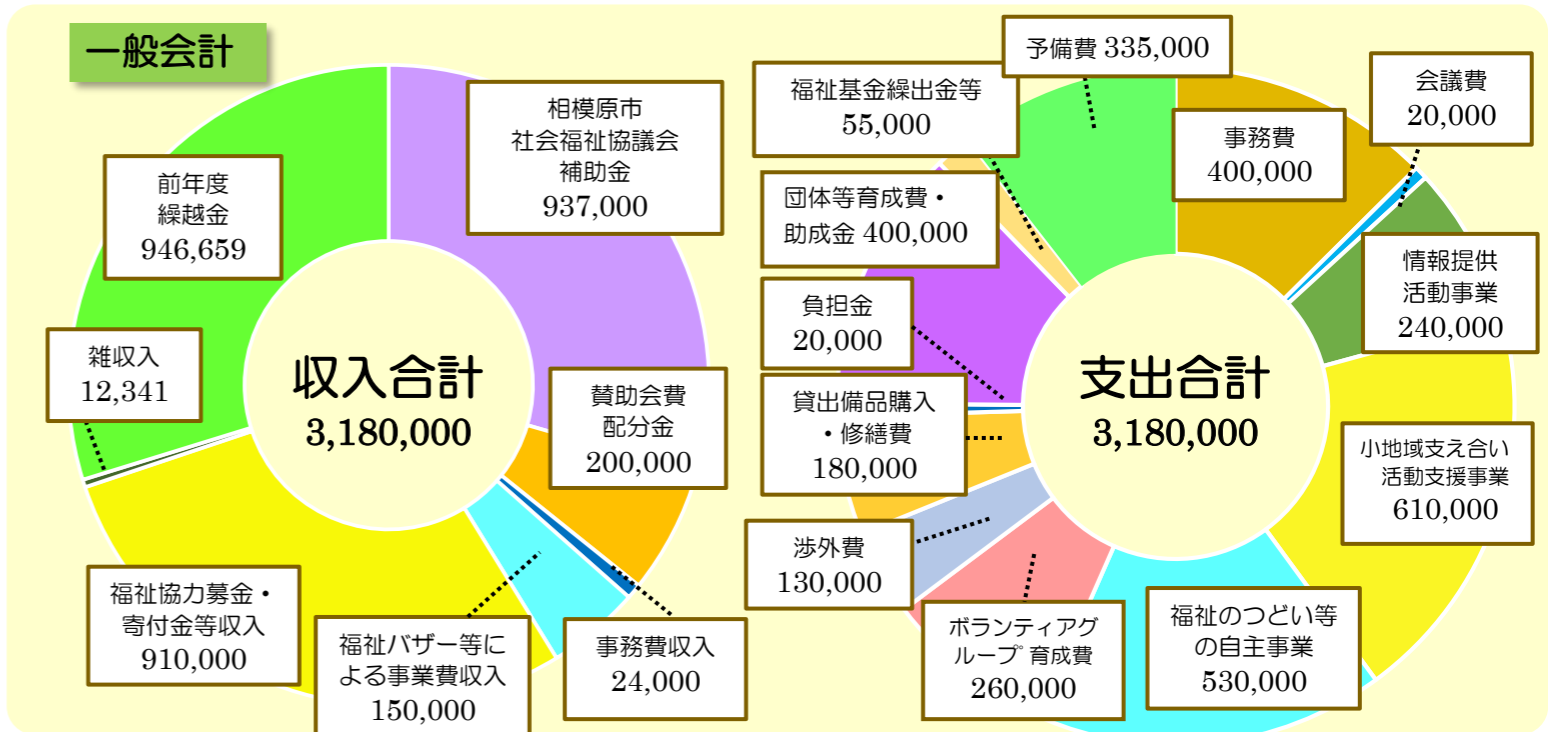
その他

- 福祉団体、当事者団体への活動助成
- 地域活動支援備品の貸出
- 災害時及び防災訓練に対する支援
- 共同募金運動の協力
- 自主財源の確保

- ・福祉協力募金の募集
- ・協力寄付金の募集
- ・地域貢献型自動販売機の設置
- ・募金箱の設置 ・寄付金、寄付物品の受入れ



愛の募金箱

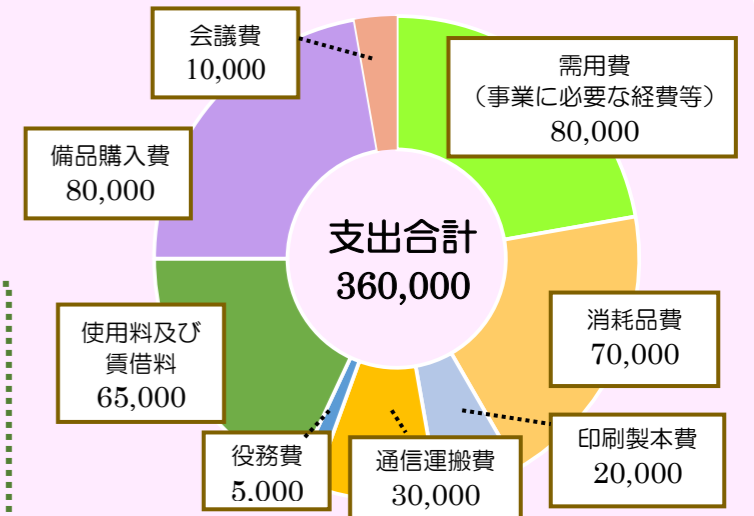


福祉コミュニティ形成事業特別会計

収入	市社協補助金	325,000
	市補助金	30,000
	繰入金	5,000
	(一般会計より繰入)	
合計		360,000

福祉コミュニティ形成事業内容

- ・とっさの時のあんしんケース・みまもりネットさがみこ
- ・こんにちは赤ちゃん！さがみこ“ぬくもり”支援事業
- ・ちょこっとボランティア相模湖
- ・介護予防ふれあいサロン活動支援など



相模湖地区社会協の事業は、地域の皆様にご協力いただいた寄付金(地区社協福祉協力募金、協力寄付金、一般寄付金等)及び市社協賛助会費の配分金等を財源に運営させて頂いています。地域福祉のため、今年度も引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

【募集期間】
賛助会費・福祉協力募金・協力寄付金
4月～12月

ふくし絵手紙コンクール

テーマ「わたしの楽しみ」

あなたが感じる、いろいろな「楽しいこと」を絵や言葉で描いてみませんか？

応募希望者は、事務局までご連絡ください。
TEL：042-649-0202

応募作品募集!

令和2年度入賞作品
「テーマ：ありがとう(感謝の気持ち)」



地区社協ではSNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)を活用した情報提供としてHP(ホームページ)とツイッターを開設しています。「相模湖地区社会協」で検索、または右のQRコードをスマートフォン等で読み込んでアクセスできます。ぜひ、ご利用ください。



【ホームページ】 【ツイッター】