



No.149

# Let's go つくばみらい

ふれあいネットワーク  
つくばみらい市社会福祉協議会

## 新春のごあいさつ



つくばみらい市社会福祉協議会  
会長 小田川 浩

新年あけましておめでとうございます。謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は、皆様の温かいご支援とご協力により、地域福祉の発展に努めることができました。心より感謝申し上げます。今年も引き続き、地域の皆様と共に地域社会の福祉向上に取り組んで参りたいと存じます。

本年も、高齢者支援や子育て支援、障がい者支援の充実を図り、誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指した活動を進めるとともに、地域の声を大切に、一人ひとりの生活が豊かになるよう、職員一同全力を尽くしてまいります。

また、昨年度に制定しました地域福祉活動計画に基づき、地域の多様なニーズに対応した支援活動、特に、子ども食堂や子ども宅食便事業、全世代型の地域交流サロン、地域の担い手などの強化を目指し、地域全体で支え合う環境づくりを進めてまいります。

さらに、地域福祉のために尽力して下さる地域の皆様、ボランティア団体、民生委員児童委員、関係機関の皆様の活動が、地域社会の絆を深め、支え合う力の強化に繋がっていることに心から感謝申し上げます。今後もそのご支援を賜りながら、より良い地域づくりに努めてまいります。

どうぞ、今年も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。

## サロンスタートアップ講座 参加者募集

ボランティア活動に興味がある方、サロン活動を始めたいけどきっかけが見つからない方、サロンについて講座を受講して、サロンの立ち上げ方など学んでみませんか？



**日時・場所** 2月19日(水) 10:00~12:00  
世代ふれあいの館 会議室 1.2.3

**定員** 20名  
**申込方法** 応募フォームまたはお電話にてお申し込みください。

**内容** 講話(講師:はんどちゃん運動推進委員長 小松崎登美子氏)

**申込期限** 1月24日(金)

**対象** 市内在住の18~70歳で、地域の活動に興味のある方

**問合せ** ボランティア市民活動センター  
☎ 0297-21-3240



▲応募フォーム

## 参加者募集！ 障がい者スポーツ体験会③

障がいのある方もない方も、一緒に楽しめるスポーツ体験会の第3弾！  
参加者同士の交流を深めながら、体を動かす喜びを感じられる機会です。ぜひご参加ください。



**日時** 2月1日(土) 13:00～15:00  
**会場** 谷和原公民館 大会議室  
**参加費** 無料  
**持ち物** 動きやすい服装、室内履き、飲み物

**申込方法** 応募フォーム  
またはお電話にてお申し込みください。  
**募集定員** 30名ほど  
**問合せ** ボランティア市民活動センター  
☎ 0297-21-3240

▲応募フォーム

## ★ 通訳ボランティア大募集 ★

市内の小・中学校に通う日本語でのコミュニケーションが難しい外国人の児童への支援として、授業中の日本語通訳活動をする新しいボランティア団体立ち上げに向けて通訳ボランティアを募集します。英語や中国語などの外国語の日常会話ができる方はもちろんですが、全く外国語ができないが興味がある方も大歓迎です。お気軽にお問合せください。



**問合せ先** ボランティア市民活動センター ☎ 0297-21-3240

## 調理ボランティア講座参加者募集

「料理が好き」「地域に貢献したい」「新しい仲間と出たい」という方、ぜひこの機会にご参加ください。

**日時** 全3回コース  
1/23(木)、1/29(水)、2/12(水)  
各日とも10:00～13:00  
**場所** きらくやま すこやか福祉館 調理室  
**講師** 堀 祐子 氏  
(調理師、NPO 日本食育インストラクター)  
**内容** 実習を通して、料理を提供する際の基本について学びます。



**対象** 市内在住で、地域のために何かを始めようとお考えの方  
**定員** 12名  
**参加費** 1,000円  
**申込方法** 応募フォームまたはお電話にてお申し込みください。  
**募集期間** 1月6日(月)～1月10日(金)  
**申込先** ボランティア市民活動センター  
☎ 0297-21-3240



▲応募フォーム

## 防災 ボランティア大募集!!



### 医療的ケア児者を地域で支える 防災プロジェクトを実施します!

自然災害などの緊急時に、避難を手伝ってくださる方、車(EV/ハイブリッド)や蓄電池・発電機等をお持ちの方と呼吸器や在宅酸素などの医療的ケアを必要とするご家庭をつなぐ事業です。

この事業を通して、医療的ケアに限らず、支援を必要とする方との日頃から顔の見える関係、そして共に支え合う地域づくりを目指します。

**医療的ケアが分からなくても大丈夫！  
事前に説明会を実施いたします。  
皆で地域の災害対策を考えませんか？  
QRコードよりお申込みいただけます。**



▲応募フォーム

**対象者** 医療的ケアを必要とする方・重症心身障がい児者やご家族  
ボランティアや地域づくりにご興味がある方など、どなたでもOK!  
**実施日** 事前に説明会を実施します。  
2月15日(土) 10:00～12:00  
場所: 伊奈庁舎3階会議室  
3月1日(土) 10:00～12:00  
場所: 小絹児童館  
3月16日(日) 10:00～12:00  
場所: みらい平市民センター4階会議室  
**参加費** 無料  
**問合せ** 小児在宅医療サポートボランティア  
はぴこねくと  
mirai.hapiconnect@gmail.com

## 参加者募集 買い物ぶらり旅

社協会費・共同募金の  
財源で行っています。

75歳以上のお一人暮らし及び高齢者世帯で、買い物に行くことが困難な方（免許証を返納された方、自宅に車がない方など）を対象に、買い物の送迎支援を行います。

A地区：小張・みらい平・福岡・十和・谷原・小絹

B地区：板橋・東・三島・谷井田・豊



### 実施内容

①行き先：アクロスモール守谷

実施日：A地区) 1月24日(金)

B地区) 1月31日(金)

申込期間：1月7日(火)～9日(木)

②行き先：ジョイフル本田・ジャパンミート

実施日：A地区) 2月21日(金)

B地区) 2月28日(金)

申込期間：2月4日(火)～6日(木)

参加費 無料(購入品については自己負担)

申込先 ボランティア市民活動センター  
☎ 0297-21-3240

## 「みらい研ぎクラブ」ボランティア包丁研ぎ開催

調理中に、包丁が切れなくて困ったことはありませんか。「みらい研ぎクラブ」では、そんな悩みを解決します。ボランティアによる包丁研ぎ会を開催します。



### 開催日

①1月16日(木)

きらくやま すこやか福祉館

②2月20日(木)

板橋コミュニティーセンター

受付時間 10:00～11:30 受取時間 12:00まで 問合せ ボランティア市民活動センター

その他 包丁は1人2丁まで、先着50丁で終了します。 ☎ 0297-21-3240

## 「男塾」講座開催 受講者募集！！

地域に住む男性を対象とした、男のための居場所探し(地域福祉デビュー)を応援する楽しい体験プログラムを実施します。「何かやりたいが何をしたら良いか分からない」「一緒に活動できる仲間が欲しい」「地域に貢献したい」などお考えの方ぜひこのプログラムにご参加ください。

**1コマ目** 講話「生活を楽しむことで認知症を予防しよう!!」

講師 社会医学技術学院 作業療法士 木下 輝 氏

3月7日(金) 10:00～12:00 きらくやま すこやか福祉館 介護教育室

**2コマ目** 講話・体験「地域活動を通じた心と身体の健康づくり!!」

講師 首都医校 作業療法士 高橋 章郎 氏

3月7日(金) 13:30～15:30 きらくやま すこやか福祉館 介護教育室他

**3コマ目** 体験「簡単にちょっとオシャレなおつまみ☆」

講師 aozola café 小平 一成 シェフ

3月14日(金) 10:00～12:00 きらくやま すこやか福祉館 調理室

**4コマ目** 講話・体験「実際に造って、飲んでクラフトビールの世界を知る」

講師 (株)木内酒造 1823

3月14日(金) 13:30～15:00 きらくやま すこやか福祉館 介護教育室

※体験(試飲)があります。交通手段の無い方は要相談



対象者 ボランティア活動に興味がある男性(活動を始められていない方優先します)

定員 12名

受講料 無料

締切り 2月14日(金)

申込み 応募フォームまたはお電話にてお申し込みください。

問合せ ボランティア市民活動センター ☎ 0297-21-3240



▲応募フォーム

## 「成年後見制度に関する個別相談会」のお知らせ

認知症、知的障がい、精神障がいなどで判断能力が不十分な方を支援する『成年後見制度』ですが、「分かりづらい」などの声をよく聞き、利用に至っていないケースが多くみられます。また、「親族後見人になったが、どのように支援していくか悩んでいる」などの声も聞かれます。法律問題があると、さらに難しくなり弁護士に相談というケースもあります。



そのため、成年後見制度を中心に社協法律アドバイザーの弁護士と職員（高齢、障がい、成年後見の担当者）による個別相談会を開催します。

**日 時** 2月7日（金）13：00～17：00  
相談時間（約40分、要予約）

① 13：00 ② 13：45  
③ 14：30 ④ 15：15  
⑤ 16：00

※相談内容によって時間は前後します。  
予めご了承ください。

**場 所** つくばみらい市役所伊奈庁舎1階小会議室  
**費 用** 無料

**対 象 者** 成年後見制度の利用を検討しているもしくは利用中の方、親族後見人の方 など

**受付期間** 1月6日（月）～1月31日（金）  
平日8：30～17：15 ※先着順

**申込方法** 下記問合せ先まで  
※申込の際に相談内容の概要をお伺いします。個人情報厳守します。

**問 合 せ** 成年後見支援センター  
☎ 0297-57-0203

### 法律相談・心配ごと相談のご案内

日頃困っていること、悩んでいることなどお気軽にご相談ください。事前の電話予約が必要です。  
（本所 ☎ 0297-57-0205） **開催場所** きらくやま すこやか福祉館

社協会費・共同  
募金の財源で  
行っています。

◎法律相談：午後1時から4時

◎心配ごと相談：午後1時から3時

1月 7日(火)	1月14日(火)	1月21日(火)	1月28日(火)
2月 4日(火)	2月12日(水)	2月18日(火)	2月25日(火)

◀予約は、当日の  
正午まで

1月8日(水)
2月5日(水)

◀予約は、前日の  
午後5時まで

### 大切にします！あなたの善意

令和6年10月から令和6年11月末までに善意銀行に寄付を寄せられた方々は次のとおりです。（順不同・敬称略）

【善意銀行】・つくばみらい市文化協会舞踊部 76,000円 ・糸賀孝之 50,000円 ・古河ヤクルト販売株式会社 41,000円 ・JA 葬祭みなみ小絹ホール 30,000円 ・地域活動支援センターひまわり園 2,000円 ・つくばみらい市退職公務員連盟 タオル、石鹸、歯ブラシ、その他 ・安相智生 スケッチブック 81冊 ・匿名希望（計2名） 30,000円 お米 60kg

【フードパントリー】・れんこんのなかむら れんこん ・横田漬物店 漬物（大）40袋 ・大森和子 食料品一式×2 ・匿名希望（計5名）米 210kg 米 90kg 米 30kg 米 5kg 食料品一式

ありがとうございました

### 〈編集・発行〉 社会福祉法人 つくばみらい市社会福祉協議会

社会福祉協議会 事務局 〒300-2312 茨城県つくばみらい市神生 530 きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館内  
☎ 0297-57-0205 FAX 0297-57-0206 HP <https://www2.tm-shakyo.jp>  
メール mail@tm-shakyo.jp

地域包括支援センター 〒300-2395 茨城県つくばみらい市福田 195 市役所伊奈庁舎内 ☎ 0297-57-0203

成年後見支援センター 〒300-2395 茨城県つくばみらい市福田 195 市役所伊奈庁舎内 ☎ 0297-57-0203

ボランティア市民活動センター 〒300-2341 茨城県つくばみらい市福田 195 市役所伊奈庁舎敷地内  
☎ 0297-21-3240 FAX 0297-21-3250

ふれあい第1保育園 〒300-2344 つくばみらい市長渡呂新田 715 ☎ 0297-58-1597

ふれあい第2保育園 〒300-2302 つくばみらい市狸穴 1072-45 ☎ 0297-58-6002