



# 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

## みらい平市民センターでこども食堂 (地域食堂) 開催予定!!

みらい平地区に 8 月 24 日オープンしました、みらい平市民センターにおいて「こども食堂」が新たに始まります。地域に住む方なら誰でも集まることのできる交流の場として開設します。みんなでワイワイ、楽しく、あたたかいご飯をお腹いっぱい食べましょう!!

※当面は新型コロナウイルス感染対策のため、お弁当のテイクアウト方式で実施予定です。

**予 定 日** 10 月 23 日 (土) 12:00 ~ 13:00 【毎月第 4 土曜日】  
**会 場** みらい平市民センター 4 階 会議室  
**参 加 費** 大人 200 円 こども 無料  
**受 付** 当日分は数に限りがございますのでご了承ください。また、事前予約を一部実施します。10 月 1 日より下記問合せまでご連絡ください。  
**問 合 せ** ボランティア市民活動センター ☎ 0297-25-2101



▲みらい平市民センター

## 「みらい子ども宅食便」 利用世帯募集のお知らせ

お米やレトルト食品・缶詰などの保存可能な食品や生活用品等を、ご自宅へ無料で配達します。ぜひ、ご利用ください。

**対象世帯** 18 歳未満の子どもがいる世帯の内、次のいずれかに該当する世帯  
・就学援助費受給世帯 ・児童扶養手当受給世帯  
・生活保護費受給世帯  
**申込期間** 9 月 17 日 (金) まで  
**申込方法** 申請書を下記よりお取り寄せいただき、必要事項を記入し提出してください。事情により申請書を取りに来られない方はお申し出ください。メール又は郵送をいたします。  
**申 込 先** ボランティア市民活動センター  
土・日・祝日の申込みは、きらくやますこやか福祉館へお願いします。  
※前回、申込みをされた世帯は新たな申請は必要ありません。  
**問 合 せ** ボランティア市民活動センター ☎ 0297-25-2101



▲宅食便の一例

## 食材の寄付で応援してみませんか?

お家に眠っているお米や調味料、缶詰、レトルト食品など、ぜひ寄付をお願いします。皆様からいただいた品物は社会福祉協議会で実施するフードパントリーやこども食堂(地域食堂)の活動に役立たせていただきます!!

### 【寄付いただきたい食品】

穀類 (お米 (玄米は可だが古古米は不可)・乾麺・パスタ・小麦粉など)、乾物 (のりなど)、調味料各種 (さとう・しょうゆ・料理酒など) 食用油 (サラダ油・オリーブオイルなど)、缶詰、レトルト食品、お菓子、飲み物 (アルコール類は不可) 等

※賞味期限・消費期限が明記されており期限に余裕があるもの

また、未開封のものや破損していない保存状態が良いものをお願いいたします。

**問 合 せ** ボランティア市民活動センター ☎ 0297-25-2101



# 社会福祉協議会の役員が選任されました

理事・監事及び評議員の任期満了に伴う改選があり、新たに下記の方々が選任されました。

(順不同 敬称略)

## 理事 15名・監事 2名

|     |       |
|-----|-------|
| 会 長 | 小田川 浩 |
| 副会長 | 豊島美智子 |
| 理 事 | 古舘千恵子 |
|     | 福田 敏男 |
|     | 大好三智子 |
|     | 齊藤 實  |
|     | 野村 俊光 |
|     | 下鳥百合子 |
|     | 鈴木 邦彦 |
|     | 高木 玲子 |
|     | 松本 譲二 |
|     | 菊地 広志 |
|     | 廣瀬 有紀 |
|     | 須加尾博司 |
|     | 浅川 昭一 |
| 監 事 | 中村久美子 |
|     | 横田 勇  |

任 期 令和3年6月16日から令和4年度会計  
にかかる定時評議員会（令和5年6月予  
定）の終結の時まで

## 評議員 23名

|     |        |       |       |
|-----|--------|-------|-------|
| 評議員 | 藤平 裕美  | 小倉 均  | 宮本 節子 |
|     | 尾形 辰彦  | 森田 寛  | 熱田 節子 |
|     | 八木岡道孝  | 文倉 利己 | 細田 良政 |
|     | 海老原たい子 | 松本 稔恵 | 鈴木 利一 |
|     | 海老原 弘  | 文随 靖  | 鈴木 恭子 |
|     | 菊池 芳英  | 小松崎雄一 | 岩本美津子 |
|     | 大崎義一郎  | 飯村香代子 | 伊藤美智子 |
|     | 飯田 博   | 飯村 晴代 |       |

任 期 令和3年6月16日から令和6年度会計  
にかかる定時評議員会（令和7年6月予  
定）の終結の時まで

## 随時募集中！『社会福祉協議会会員募集』のお知らせ

社会福祉協議会は、社会福祉法に基づき、各市町村に必ず設置されています。社会福祉法人という法人格をもち、地域福祉を推進する中心的な役割を担い、福祉の問題や課題に即した様々な事業を展開しております。その中には、地域の皆さまの「支え合い・助け合い」活動を促進するため、法律や諸制度にはない取り組み（活動）が行われており、会費はこれらの事業を実施するための貴重な財源となります。皆さまのご理解、ご支援をよろしくお願い申し上げます。

### 【会費の種類と会費（年額）】

普通会費・・・一世帯 300円

普通会費は、市内の各世帯からご協力いただいています。

特別会費・・・一口 1,000円

特別会費は、特に社協事業にご賛同いただける個人・団体・事業所の皆さまからご協力いただいています。

## 10月1日スタート！赤い羽根共同募金

ご協力いただきました募金は、  
地域の福祉活動に使われています。



皆さまからお寄せいただく募金の約70%は、つくばみらい市の福祉向上のために活用しております。約30%は、茨城県内の社会福祉施設整備費等に役立てられています。

今年度も戸別募金・街頭募金・学校募金・職域募金・募金箱の設置などにより運動を展開していきますので、皆さまお一人おひとりの温かいご協力をお願いいたします。

なお、本会の趣旨にご賛同いただける行政区未加入の方は、ご都合にあった方法で受け付けております。

▶社会福祉協議会の窓口で

▶希望される方のご自宅で

※行政区に加入されている方につきましては、区長さん・自治会長さんを通して加入されていると思いますので、確認のうえご協力をお願いします。

問 合 せ 総務係 ☎ 0297-57-0205

## 参加者募集 買い物ぶらり旅

社協会費・共同募金を  
財源に行なっています。

75歳以上の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）に、送迎付きの買い物ツアーを開催します。



### 実施日

① 9月24日（金）

守谷市 西友楽市 10:00～11:30

（申込日）9月7日（火）～9月10日（金）

② 10月22日（金）

つくば市 カスミ ライフガーデンみどりの店

カワチ薬局 10:00～11:30

（申込日）10月5日（火）～10月8日（金）

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 ☎ 0297-25-2101



## 地域包括支援センター権利擁護研修会開催のお知らせ

昨年に引き続き、権利擁護研修会を開催いたします。今年度は「自筆証書遺言書について」をテーマに開催します。遺言書と聞くと、“手間がかかりそう”“難しそう”という印象がありますが、ご自身が元気なうちに準備しておくことで、

- ・残された家族が相続でもめることがなくなる
- ・ご自身の意思を法的に残しておくことができる
- ・法定相続人以外にも遺産の相続ができる・・・などのメリットがあります。

是非この機会に専門の先生からお話を聞いてみませんか？



開催日時 9月16日（木）14:00～16:00

会場 きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 会議室

講師 水戸地方法務局 龍ヶ崎支局長 遺言保管官 菊地原正彦氏

対象 市内在住・在勤の方、民生委員、福祉関係従事者等

申込 電話にてお申し込みください

参加費 無料（定員30名程度）

閉切り 9月8日（水）まで

申込先 地域包括支援センター ☎ 0297-57-0203



### ～つくばみらい市在宅医療・介護連携ワーキンググループ～

## 知っ得!! 在宅医療と介護のまめ知識

### <介護保険の「福祉用具に関するサービス」と「住宅改修」制度>

「玄関の出入りが大変」「入院中は車いすだったけど、車いすでは家に上がれない」など、病気や怪我、加齢などによって今の自宅環境では生活しにくいことがあると思います。介護保険には、環境調整の補助として、車いすや介護用ベッドのレンタル、ベッド脇に置くトイレ、入浴用椅子等の購入費を助成する制度があります。また、室内の段差解消や手すりの取り付けなど住宅改修工事費を助成する制度もあります。リハビリ専門職（作業療法士や理学療法士）は、生活方法のアドバイスや福祉用具の選定が得意です。困ったときはご相談ください。



### ☆ポイント☆

介護保険制度には高齢者や病気の方の生活環境を整えるサービスもあります。ご自宅の環境で困っている方はリハビリ専門職やケアマネジャーに相談してみましょう。

問合せ 地域包括支援センター ☎ 0297-57-0203

### サービス付き高齢者向け住宅「風のすみかつくばみらい」

入居対象:60歳以上 （老人ホーム待機者も入居可能!）



“サービス付き高齢者向け住宅”とはご高齢の方が介護や医療が必要になっても、住み慣れた地域で暮らしていただけるように制度化された高齢者専用の住まいです。24時間、介護職員が在中し、入居者様の心身の状態に合わせた介護を提供します。また、介護保険事業所のリハビリ特化型デイサービスや訪問介護事業所もご利用が可能です。

まずはお気軽にお問い合わせください！

随時見学受付中！

風のすみか つくばみらい 0297-38-6511 （平日8:30～17:30）  
〒300-2416 茨城県つくばみらい市東櫛戸872-7



※新型コロナウイルスの状況によっては、各募集事業について変更・中止の可能性もありますのでご了承ください。

## 運転ボランティア養成講座 参加者募集!!

社協会費・共同募金を  
財源に行なっています。

社会福祉協議会で実施している子ども達の学習支援や地域にある高齢者向けのサロンへの送迎をお手伝いして下さる方を募集します。運転に関する講座を受講して、地域の子供達や高齢者のためにあなたの運転でちょっとした役に立ってみませんか？

**開催日時** 9月30日(木) 13:00～16:30  
**内 容** 安全運転講座及び高齢者支援について(体験含む)  
**開催場所** きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 会議室3  
**募集人数** 15名程度  
**申込期限** 9月22日まで  
**申 込 先** ボランティア市民活動センター ☎0297-25-2101



## みんなで楽しむサロン始めませんか？

サロンとは身近なところで誰もが気軽に集える地域の場の総称です。縁側でお茶飲み、健康体操、趣味活動などさまざまな活動を行っています。仲間づくり・生きがいづくり・介護予防に最適な、みんなで楽しみながら参加できるサロンを始めてみませんか。

新規サロンも続々開催中！

**問 合 せ** ボランティア市民活動センター ☎0297-25-2101



## 子育て応援ボランティア募集

子育てイベントのお手伝いや託児付き講演会・講座開催中の子どもの見守りボランティアを募集しています。子ども達の笑顔や寝顔に癒されてみませんか！

**活動場所** 市内公共施設(公民館・コミュニティセンター等)  
**活動日時** 月2回程度 活動日はボランティア市民活動センターから事前にご連絡します。  
**対 象** 子ども達と元気に遊んだり過ごせる方  
**問 合 せ** ボランティア市民活動センター ☎0297-25-2101



## 法律相談・心配ごと相談のご案内

※新型コロナウイルスの状況により変更または中止となる場合があります。

社協会費・共同  
募金の財源で  
行っています

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 支所 ☎0297-25-2101) **開催場所** きらくやま すこやか福祉館

◎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

|           |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 9月 7日(火)  | 9月14日(火)  | 9月21日(火)  | 9月28日(火)  |
| 10月 5日(火) | 10月12日(火) | 10月19日(火) | 10月26日(火) |

◀予約は、当日の  
正午まで

|           |
|-----------|
| 9月 8日(水)  |
| 10月13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3年6月から7月末までに善意銀行に寄付を寄せられた方は次のとおりです。(順不同・敬称略)

・松本譲二 5,530円  
・大木銀子 タオル・その他 ・高津金吾 車イス1台

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

本 所 〒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 FAX0297-57-0206 HP <https://www2.tm-shakyo.jp> メール [mail@tm-shakyo.jp](mailto:mail@tm-shakyo.jp)  
支 所 (ボランティア市民活動センター) 〒300-2422 茨城県つくばみらい市古川1015-1 保健福祉センター内  
☎0297-25-2101 FAX0297-52-0730  
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