



心のふれあい

社協だより

第 69 号

発行 令和8年11月

ご

か

社会福祉法人 五霞町社会福祉協議会 事務局 五霞町大字江川3201福祉センター「ひばりの里」内

☎(0280)84-0765 ホームページ <http://www.goka-syakyo.or.jp> Eメール info@goka-syakyo.or.jp

夏休み ボランティア体験教室 を開催しました!

8/8
(土)

小学生向け



8/19
(水)

中学生向け



当日の様子やご協力いただいた
ボランティア団体・施設について、
詳しくは4ページをご覧ください♪

社協の在宅福祉サービス

～住み慣れた地域で安心して暮らすために～



在宅福祉サービスとは？

高齢の方や障がいのある方が、住み慣れた我が家で安心して暮らせるよう、地域のボランティア（協力会員）が身の回りのお手伝いをする会員制の福祉サービスです。

住民同士の「お互い様」の気持ちで、「支える側」も「支えられる側」もみんなが安心して暮らせる地域づくりを目指しています。



サービス内容

※ご利用になるには、事前の会員登録が必要です。

訪問サービス

- ・ごみ捨て
- ・見守り
- ・話し相手



外出サービス

- ・病院への送迎（病院内の付き添いはできません）
- ・買い物、散髪などの送迎

協力会員募集中!!

資格不要

専門的な資格や経験は一切必要ありません。

※外出サービス希望の場合は、事前に講習会の受講が必要です。

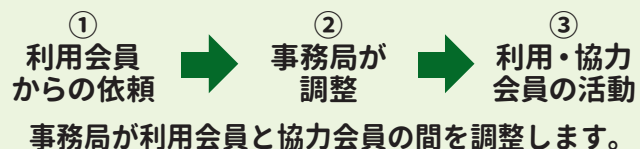
自由設計

都合のよい「曜日・時間・活動内容」で登録できます。

報酬あり

活動に応じた謝礼があります。
(1時間あたり800円)

ご利用・活動の流れ



協力会員の声



(協力会員：福島さん)

活動内容

病院・買い物などの送迎を行っています。

活動のきっかけ

勤務している職場の立ち上げ初期に、少し空き時間があり、有効に活用し少しでも地域のお役に立てればと思い、活動を始めました。

活動のやりがい

利用者さんからの「ありがとう」という感謝の言葉がとても嬉しく、日々の活動の大きな励みになっています。

<問合せ> 五霞町社会福祉協議会 在宅福祉サービス担当(坂内・宇野) 電話：84-0765



地域でつながる

子ども食堂「ごか」

子ども食堂



子ども食堂「ごか」が始まったきっかけ

～代表 関口様にお話をうかがいました～

2～3年前、テレビの特集をきっかけに、経済的な事情や孤独・孤立などにより温かい食事を十分にとることができない子どもや、高齢者がいることを知りました。

その後、近隣の子どもの食堂を訪問して活動を見学し、「自分にもできることをしたい」と思ったことが、子どもの食堂を始めるきっかけとなりました。

他県でレストランを営む娘にも相談したところ「一緒にやろう」と賛同してくれ、町や社会福祉協議会へ相談を持ちかけ、みなさまのご協力をいただきながら、子どもの食堂「ごか」の実現に至りました。



今後、子どもの食堂「ごか」で目指しているのは、ただおなかを満たすだけではありません。食事を通して「食育」も大切にしながら、街のレストランで外食を楽しむような気分も味わってもらえる、楽しく温かな食堂にしていきたいと考えています。

これからも、子どもたちや地域の皆さんに喜んでいただけるよう、取り組んでまいります。

♡ ～子どもの食堂は、地域の皆様のご理解とご協力によって成り立っています～ ♡

毎月20名を超える参加者が集まり、「次回も楽しみにしています」と足を運んでくださるご家族もいます。

食事の後は、お話や、ぬりえなどを楽しみながら、子どもたちと地域のみなさんが交流する場にもなっています。

また、アグテック飯島様・道の駅生産者様・大久保一雄様より食材の寄付をいただきました。

温かいご支援に心より感謝申し上げます。



開催日

毎月第2土曜日
11:30～

会場

五霞町福祉センター
ひばりの里 食堂

詳しくは社協
ホームページを
ご覧ください





夏休みボランティア体験教室を 開催しました！

小学生向け **7** 名
中学生向け **3** 名

合計 **10** 名に
ご参加いただき
ました！

今年度、新たな取り組みとして、小・中学生を対象に「夏休みボランティア体験教室」を開催しました。

五霞町で活動するボランティア団体や施設の皆さまにご協力いただき、参加者の皆さんは様々な体験や工作などにチャレンジ。初めてのことに一生懸命取り組みながら、新しい発見を楽しむ姿をたくさん見せてくれました。

今回の経験を通して、ボランティアについて知るとともに、人を思いやる気持ちや「誰かのためにできること」を考えるきっかけになったのではないかと思います。これからも身近なところで、その気持ちを持ち続けてもらえたら嬉しいです。

ご参加いただいた皆さま、そして貴重な体験の場をつくってくださった団体・施設の皆さまに、心より感謝申し上げます。

★ 小学生向け ★

夏休みボランティア大探検！

～まちのヒーローをさがして、隊員証を
ゲットしよう！～

【開催日】 令和8年8月8日（土）
【場 所】 福祉センター「ひばりの里」

- 体験内容 -

保護犬って知ってる？



聞き上手チャレンジ！



車椅子体験



紙コップで作る小物入れ



元気に身体を動かそう！



- 参加者の声 -



楽しかったのでまた来たいです。

車椅子がちょっと大変だったけど、楽しかったです。



いろいろな体験ができて大人も楽しめました。

「傾聴」という言葉を初めて聞いたので、子どもの話をもっとゆっくり聞こうと思いました。



★ 中学生向け ★

夏休み保育ボランティア体験

～保育の楽しさを知ろう～

【開催日】 令和8年8月19日（水）
【場 所】 五霞幼稚園・保育園

- 体験内容 -

園児とのふれあいや身の回りのお手伝い



- 参加者の声 -

将来、保育士を目指しているため、とても良い機会となりました。



知っている先生に会えて楽しかったです。



ご協力いただいた皆さま

本教室の開催にあたり、以下の団体・施設の皆さまにご協力いただきました。ありがとうございました！

- 犬ボラがTNRも頑張り隊(アグリドッグレスキュー)
- 特別養護老人ホームきららの杜
- 五霞傾聴ボランティアれんげ草
- 五霞町商工会女性部
- 五霞シルバーリハビリ体操指導士会
- 五霞幼稚園・保育園

(順不同・敬称略)

こんにちは！五霞町地域包括支援センターです

地域包括支援センターとは、65歳以上の方の介護・福祉に関する総合相談窓口です。

誰もが安心して地域で暮らせる地域包括ケアシステムの実現に向けて介護予防の推進、認知症の方を支える体制づくり、ネットワークづくり等にも取り組んでいます。今回は、地域包括支援センターで実施している事業の一部をご紹介します。

【楽しく予防を！介護予防教室】



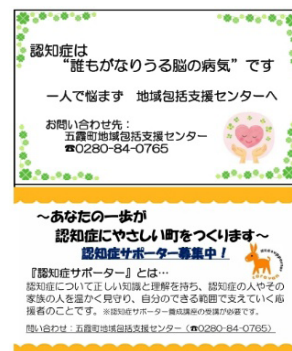
7/16(木)、介護予防教室「お口の健康教室～おくちの健康からはじめる からだ元気アップセミナー～」を開催しました。

健康増進支援センター保険医療学博士・歯科衛生士の稲垣貴恵先生、および保健師の増田ひとみ先生を講師にお迎えし、むし歯や歯周病を放置することで心臓病や脳血管疾患などの重大な二次障害につながる危険性について分かりやすく解説いただきました。参加された皆さまからは驚きの声が上がっていました。終了後には日頃の疑問やケア方法について活発な質問が飛び交い、ご自身の健康に対する意識の高さが伝わる充実した教室となりました。

【認知症について知る月間】

茨城県では、認知症への正しい理解を深め、高齢者や介護家族が安心して暮らせる地域を作るため、毎年9月を「茨城県認知症を知る月間」と定めています。誰にとっても、認知症は身近になってきています。誰もが認知症を自分事としてとらえ、認知症を知り、備え、人とつながることが大切です。

その一環として、ひばりフィットネスや元気はつらつ倶楽部等にて認知症啓発用ポケットティッシュやパンフレットを配布し啓発や広報活動を実施しました。



【役に立つ知識を！家族介護教室】

8/28(金)第1回家族介護教室「薬の正しい使い方講座」を開講しました。かりん薬局薬剤師の石原顕明先生から、正しい目薬のさし方や薬の飲み合わせ、水で服薬しなければいけない理由など、普段は見落としとしてしまいがちな薬の基礎知識を学びました。

当日は参加者の皆さんから「目薬は1滴で十分？」「飲み忘れてしまったらどうしたらいい？」といった身近な疑問や質問が数多く寄せられ、活気あるやり取りを通じて薬への理解を深める貴重な機会となりました。



10年後も 自分で歩こう

ひばりフィットネス大好評!!

【7月の利用状況】

- ・ 1日平均利用人数：20.9人
- ・ 平均利用年齢：74.0歳
- ・ 平均滞在時間：72.9分



自分のペースで無理なく楽しく 体を動かす習慣を始めませんか？ 筋力をつけると足腰が安定し、転倒を防ぐ効果もバツグンです。いつまでも好きな場所へ歩ける 元気な体を一緒に目指しましょう！

初めてご利用の方へ（初回オリエンテーションの予約）

注目!

- 📌 初めて利用する方は、「オリエンテーション」の予約が必要です。
- 📌 **身分証明書**をお持ちの上お越しください。
緊急時の連絡先を確認させていただきます。
- 📌 事前にお電話か窓口でご予約ください。

ご利用案内

- 【対象者】 五霞町内にお住まいの65歳以上の方
- 【場所】 福祉センター「ひばりの里」機能訓練室（五霞町江川3201）
- 【利用時間】 月・火・木・金（毎週水土日曜 祝日、年末年始は休み）
《午前》9:30～11:30 《午後》13:30～16:00
- 【利用料金】 1回利用200円（午前・午後どちらか1回のみ）
- 【持ち物】
 - ☐ 身分証明書 又はいきいき活動ポイント手帳
 - ☐ 飲み物（衛生上フタの付いたボトルでお持ちください）
 - ☐ 運動しやすい服装
 - ☐ 運動靴
 - ☐ タオル



五霞町地域包括支援センター 0280-84-0765