

社協だより



令和7年度

つながりサポート講座を開催しました!



2月28日、諏訪市総合福祉センター(湯小路いきいき元気館)で「つながりサポート講座」を開催しました。今回は『「つながり」の積立、できていますか?』をテーマに、長野市社会福祉協議会ボランティアセンター運営委員の戸田千登美さんを講師に迎え、身近なつながりを振り返るワークに取り組みました。



アイスブレイクでは、周りに声を掛けてもらおうと安心することを実感できました

参加者の声

「円形になると「何をするのか」と緊張があったが、名前を言い合うだけで面白いゲーム。気軽にでき、それなのに皆が笑顔になっていくのが分かり、「安心」の心地の大切さがわかりました。2つのワークショップもとても面白く、また大切なことを再認識させてもらえる場になりました

今回の講座では、人とのつながりを“貯金”に見立て、家族以外で気軽に話せる人や誘える人、相談できる人がどのくらいいるのか、普段の暮らしの中でのつながりを確認しました。今あるつながり(財産)に気づき、少しずつ増やしていく(積立)ためには、挨拶や声掛けなど、つながりを意識した行動を心掛けることが大切です。そのような心掛けをする人が増えることで、安心して暮らせる地域になっていくと思います。



「えんたくん」を使ったグループワーク
自然と距離が近づき、会話が弾みます



令和8年度 諏訪市社会福祉協議会事業計画

諏訪市社協は、「一人ひとりが地域の一員として、安心して暮らすことができるまちづくり」を進めるため、令和8年度は以下の基本目標に基づき事業に取り組めます。

基本目標 1 地域づくり

～つながり、支え合い、
困りごとに寄り添える地域をつくる～

地域や福祉を知るための広報啓発や、思いやりの心を育む福祉教育の推進など、情報発信し、学んだり、課題を話し合ったりする機会や場所を作ると共に、人のつながりを再び結びつける取り組みを行ってまいります。さらに、ボランティアや市民活動への参画、地区社協や区や自治会などにおける小地域福祉活動など、自分たちの住む地域をよくしていく活動や、サロン活動、介護予防活動など、自ら課題に気づく「地域共生社会」への参加を進めることにより、安心して暮らすことのできる地域づくりを進めます。

- ・福祉教育の推進
- ・広報、啓発、研修等の事業
- ・地区社協や小地域の福祉活動推進
- ・ふれあいサロンなどの介護予防活動
- ・地域づくりや参加支援に向けた活動

基本目標 2 体制づくり

～複合的で困難な課題を抱えている人を
必要な支援につなげる～

総合相談や、生活福祉資金貸付等の暮らしを支える事業や、成年後見支援センター運営などの権利擁護事業、まいさぼ諏訪市による生活困窮者自立相談支援事業などの取り組みを進めます。また、地域で把握される、様々な課題を抱える世帯への対応など、課題が複合的に重なり、困難な課題を抱える住民への支援体制の充実、「身寄り」に起因する課題への対応や、閉じこもりなど新たな地域生活課題への取り組みを進めます。

- ・生活困窮者自立相談支援事業等（まいさぼ諏訪市）
- ・諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター
- ・総合的な福祉相談事業
- ・生活福祉資金貸付等相談支援体制の強化

基本目標 3 基盤づくり

～いざという時に頼れる制度やサービスがある～

介護保険事業、障がいサービス事業の充実や、介護予防、認知症予防に資する事業などを行っています。安心して暮らせる地域の実現のため、生活支援や介護、権利擁護などの各種サービスの充実強化に努めます。また、各種の相談事業や、県内社協の協働事業による保証事業や生活支援事業などを行うことで、いざという時に住民が安心できる支援体制の構築に取り組んでまいります。

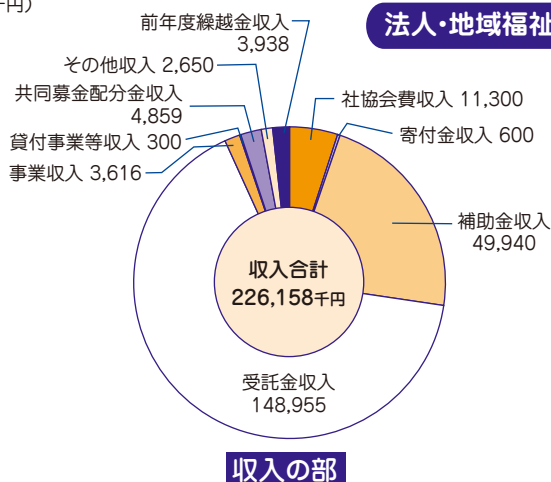
- ・介護保険事業 「湯の里」「西山の里」「アストレ」等（ホームヘルパー、デイサービス、訪問入浴、ケアマネジメント等）
- ・障がい福祉サービス事業 「障がい者デイサービス」「福祉作業所さざ波の家」
- ・各種相談事業、地域の支援体制の構築等

事業推進体制

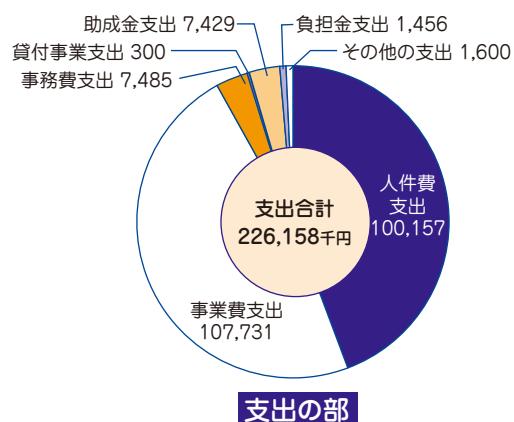
将来にわたり事業を展開するためには、赤字経営からの脱却が急務のため、運営健全化に取り組めます。また、「諏訪市地域福祉計画」「地域福祉活動計画」の実現に向けての事業を展開するとともに、将来の事業経営を見据えた「中期経営計画」の策定を行い、持続可能な事業経営と、福祉ニーズにあった事業を進めてまいります。

令和8年度 諏訪市社会福祉協議会事業予算

(単位:千円)

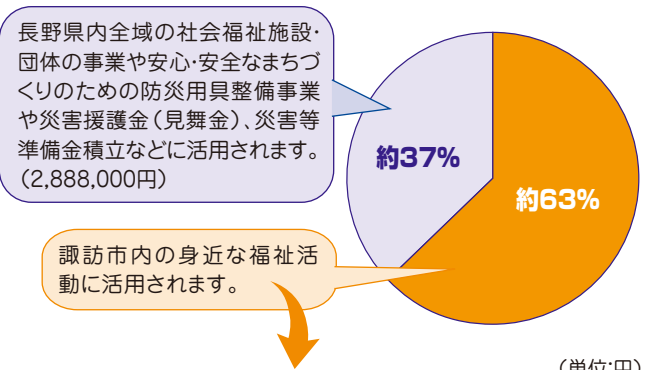


(単位:千円)



令和7年度に集まった赤い羽根共同募金の使いみちが決定しました！

今年度、10月～12月の期間中に皆さまからいただいた善意の募金は、総額 7,753,942 円でした。
このお金は、長野県共同募金会で一旦集計された後、4,865,942 円(約63%)が来年度、諏訪市に還ってきます。
3月に行われた委員会で、還ってくるお金の使いみち(配分先)が決まりました。令和8年度、以下の団体の活動を諏訪市の共同募金は応援します。



諏訪市内の団体への配分(公募配分) (単位:円)

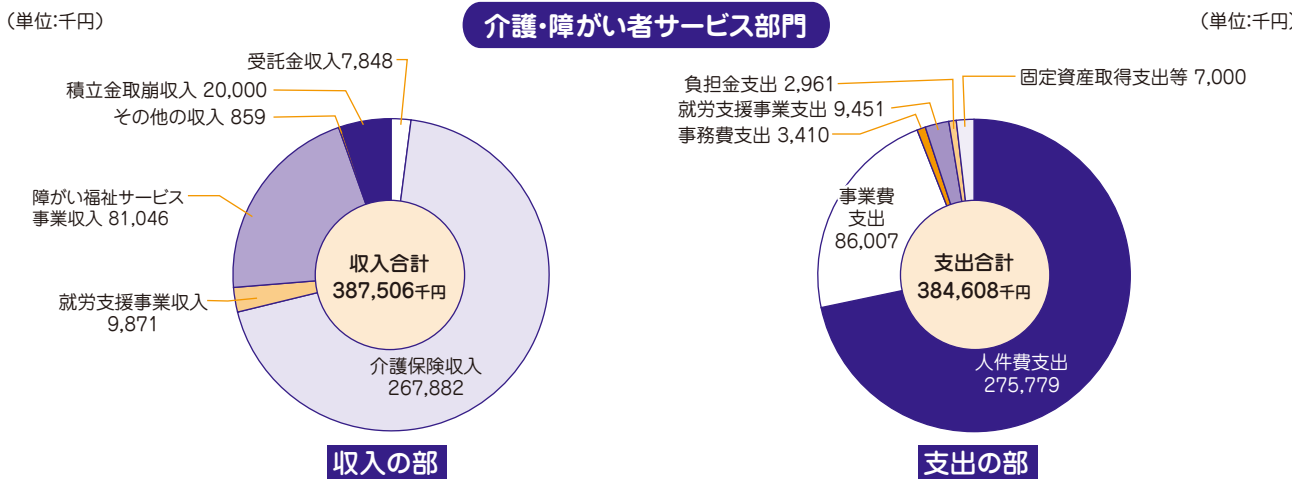
配分団体名	事業内容	配分額
諏訪市老人クラブ連合会	機関誌による健康増進と介護予防の推進活動	45,000
	諏訪湖畔 花いっぱい美化運動	45,000
ひとり親すわっこ会	ひとり親家庭等親子遠足	60,750
	地区交流会	56,700
諏訪市こども育成会連合会	諏訪市・秦野市交流事業	135,000
	家庭の子育て講座	54,000
	地域活性化子ども育成事業	54,000
諏訪市更生保護女性会	住民対象の更生保護普及研修会	40,500
諏訪市民生児童委員協議会	民生児童委員全員協議会・研修会	90,000
諏訪市少年警察ボランティア協会	啓発物品購入及び製作	12,150
	広報紙発行	8,100
世界自閉症啓発デーブルーライトアップ委員会	世界自閉症啓発デー「高島城ブルーライトアップ」	90,000
ひなどり保育園	保育所備品購入事業	90,000
この街きずく学園	(発達障害児) 子育て支援事業	45,000
湖南地区防災連合協議会	広報誌「防災湖南」の発行及び配布	54,000
	防寒用具備品の購入	36,000
合計		916,200

社会福祉協議会への配分 (単位:円)

事業区分	事業名	配分額
社会福祉啓発事業	ボランティアフェスタ・社会福祉大会開催、社協だより発行	1,060,000
地域福祉推進事業	地区社協助成事業、地域福祉活動推進事業、児童生徒ボランティア体験事業、福祉普及校事業、地域福祉権利擁護理解促進事業	1,159,742
ボランティア育成事業	ボランティアグループ助成事業、ボランティア活動支援講習会等	1,130,000
相談援助事業	総合相談事業	600,000
合計		3,949,742

令和8年度 諏訪市社会福祉協議会事業予算

(単位:千円) (単位:千円)



人口の1割
を突破！

市民向け認知症サポーター 養成講座を開催しました！



2月14日に市民向け認知症サポーター養成講座を開催しました。今回はライフドアすわが実施する「認知症カフェ」とコラボして、こだわりのコーヒーを片手にリラックスしながら講座を受講いただきました。今回の講座で令和7年度の受講者数は300名を超え、これまでの累計も諏訪市の人口の1割を突破しました。「認知症になっても安心して暮らせるまち」を一緒に作っていきましょう。



淹れたてのコーヒーに大行列



視野が狭くなるのを疑似体験



安心くらしの 総合相談所



●生活や就労等の相談

「仕事をしなくても見つからない」「病気があり仕事や生活が不安」などのお困りごとをお気軽にご相談ください。

相談日 月～金（祝祭日除く）

午前8時30分～午後5時15分

お問い合わせ

諏訪市役所2階

諏訪市生活就労支援センター

「まいさぼ諏訪市」

電話 52-4141（諏訪市役所代表）



●心配ごと相談

「どこに相談したらいいのか」「話を聞いてもらいたい」など、お気軽にご相談下さい。

●成年後見制度相談 **要予約**

お問い合わせ

諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター
54-2155

●権利擁護相談 **要予約**

●弁護士・司法書士 の法律相談 **要予約**

相談日 第2・4水曜日

4月 8日 午後1時～午後3時

4月22日 午後1時～午後3時

●結婚相談 **要予約**

相談日 4月4日（土）、4月18日（土）

午後1時～午後4時

4月8日（水）、4月22日（水）

午後6時～午後8時

お問い合わせ

諏訪市社会福祉協議会

☎ 52-2508

月曜～金曜 午前9時～午後5時
（祝祭日と毎月第3月曜日除く）

●介護相談 **24時間**

■在宅介護支援センター湯の里

電話 57-1000 FAX 57-3800

■在宅介護支援センター西山の里

電話 56-1000 FAX 57-1711



物品の寄付

〈2/16～3/15〉

ご 芳 名	寄付物品	寄 付 先
(株)ダイワ様	使用済み切手	ボランティア・ 市民活動センター
諏訪トラック協同組合様	使用済み切手	

花の輪



今月の花:わださん

諏訪市ボランティア・市民活動
キャラクター



ここびい

今年度も

ボランティア・市民活動センターをご利用ください!

諏訪市ボランティア・市民活動センターはいきいき元気館の3階にあるボランティア・市民活動の拠点です。ボランティアの方をはじめ多くの方にご利用いただければと思います。

■場 所：諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館3階（諏訪市小和田19-3）

■利用時間：毎日（年末年始、第3月曜日を除く）午前9時～午後9時30分まで

■電 話：54-7715 ■ファックス：57-1231

ボランティア・市民活動相談

「ボランティア活動をしたい!」「ボランティアをしてほしい」「ボランティアを探している」等のご相談を受け付けています。

また、団体の立ち上げに関することや、運営資金に関する悩み等もご相談ください。

印刷機、紙折り機等の使用

印刷機や紙折り機、コピー機、ペーパーカッター等の物品も使用できます。

※印刷機のみ、利用時間午前9時～午後5時まで



ミーティングスペースの利用

どなたでも無料で利用できるフリースペースがあります。打ち合わせや作業などにご活用ください。フリースペースですが、事前に使用することがわかっている場合は人数把握表にご記入いただくと他団体との調整ができます。

あくまでも人数把握ですのでゆずりあつての利用をお願いします。

※貸し切りの利用はできません。



ボランティア
センター
使ってね♪



情報掲示板、チラシの設置

ボランティア募集や、イベントのお知らせなど、情報を掲示しております。情報の掲示・チラシの設置をしたい方は、ボラセン職員までご相談ください。



令和8年度「ボランティア・市民活動 活動助成金」申請団体募集

今年度もボランティア・市民活動 活動助成金の申請団体を募集します。相談は随時受け付けていますので、検討段階でもお気軽にお問い合わせください。

詳細については4月7日(火)よりホームページにて公開いたします。



募集期間：4月7日(火)～5月7日(木)



ボランティア団体の紹介

世界自閉症啓発デー ライトアップ委員会



2013年4月2日に実施した「ブルーライトアップ高島城」をきっかけに発足しました。自閉症をはじめとする発達障害について、一人でも多くの方に知っていただき、まちの中で応援や見守りの輪が広がることを願いながら活動しています。

活動内容

●世界自閉症啓発デーブルーライトアップ高島城

国連の定めた世界自閉症啓発デー（毎年4月2日）に地域のランドマークを青で照らすライトアップブルー活動への参加。

●自閉症をはじめとする

障害者アート展ぶるーぶるー

長野県信用組合諏訪支店のご協力のもと、毎年実施しています。

●まちの中での交流

アイスキャンドル・こどもまつり

●学習会

自閉症について学ぶ。具体的対応や視覚的支援の有効性について考えます。



青い光で世界がつながる日

ライトアップ委員会では、「ライトアップブルー」の活動を推進しています。

国連が定めた4月2日の世界自閉症啓発デーに、次のような形でどなたでも参加できます。●**ブルーの洋服を着る**●**ブルーの小物を身につける**●**ブルーのものを飾る**皆さまの参加は、世界中の人々とつながるアクションです。その様子をぜひライトアップ委員会までお寄せください。世界へ向けて発信するとともに、ボランティアフェスタでもご紹介します。

Email : light.up.committee@gmail.com

ボランティアフェスタ2026 実行委員大募集！

年に1度、ボランティア活動の啓発を目的に開催している「ボランティアフェスタ」。
ボランティアフェスタ2026と一緒に作り上げてくださる実行委員を募集します。
ボランティア経験がない方大歓迎！学生さんも大歓迎！楽しいことが好きな方大歓迎です！
皆さんの得意なこと、好きなことを活かしながらボランティアフェスタ2026を作り上げましょう！

第1回実行委員会

■日時：5月20日(水)午後7時～8時30分

■場所：いきいき元気館3階 会議室にて

ボランティアフェスタ実行委員ってどんなことするの？



実行委員会では月に1回の会議を行い、ボランティアフェスタのテーマや内容を検討していきます。地域の皆さん、学生さんなど多くの方に関わっていただき、多くの人が楽しみ、ボランティア・市民活動に参加する機会を作っていきます。



会議をしたり



当日までの打ち合わせ



当日の運営も！

ボランティアフェスタ2025の様子



興味がある方はボランティア・市民活動センター(54-7715)までお問い合わせください。

参加者募集

はじめてのボランティア説明会

(ボランティア・市民活動センター)
「ボランティアをしてみたい!でも、はじめてだからちょっと不安」というあなたへ、はじめてのボランティア説明会を開催します。自分にあった活動を一緒に探しましょう。

- 日時：4月7日(火)午後2時より
4月16日(木)午前10時より
※各回30分程度。上記日時以外も相談を受け付けています。
- 場所：いきいき元気館 3階
- 申込：不要
- 問合せ：ボランティア・市民活動センター

参加者募集

みんなで食堂 駄菓子屋さん・食材配布

(末広プロジェクト)

大人も子どももお年寄りも親子連れも若者も誰でもみんなで集まって、みんなで食べて、食を仲立ちとした楽しいひと時を過ごしてみませんか。あわせて駄菓子屋さんと食材配布も行います。

- 日時：4月26日(日)
準備：午前10時から
食事：正午から
駄菓子屋さん：午後1時から
食材配布：午後1時から
終了：午後2時
- 場所：みんなの居場所 ゆめひろ
- 対象：どなたでも
- 参加費：大人 300円
子ども何でもワンコイン
- 食数に限りがありますので事前に予約をお願いします。
- 駐車場は市営駐車場・近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 可能な方は準備から片付けまでの参加をお願いします。
- 問合せ：みんなの居場所 ゆめひろ (55-8734)



ボランティア募集

ワンちゃんのお散歩代行

(SWANS VOLUNTEER(スワンスボランティア))
犬のお散歩代行をお手伝いくださるボランティアさんを募集しています。お散歩時間1回約30分。お散歩日程は応相談です。若干名の方を募集します。

- 問合せ：SWANS VOLUNTEER
岡田(53-7685)

参加者募集

がん患者遺族の集いの場

(花水木の会)

愛しい家族を亡くされ、深い悲しみと辛いお気持ちなど様々な想いを抱いて、日常生活を送られているのではございませんか?ご自身のお気持ちの流れに逆らわず、無理をしないで少し先を見てほんの少しだけ一歩を踏み出してみませんか?“集いの場”で語り合い、悲しみを分かち合い、心の痛みを緩和し支え合う場とし、悲嘆からの回復のために集う会にすることを目的にしたいと考えております。

- 日時：4月18日(土)
午後1時30分から3時30分
- 場所：いきいき元気館 会議室2
- 参加費：300円(茶菓子代)
- 申込：不要
- 問合せ：長谷部(090-9357-1890)
打田(090-8234-4392)

ボランティア募集

「花の輪」編集委員会

(花の輪編集委員会)

ボランティア・市民活動センターでは毎月1日に全戸配布される「ボランティア・市民活動情報誌『花の輪』」の編集委員を募集しています。記事のアイデア出しやボランティア団体等の取材、写真撮影など、自分の得意を活かしてご活躍いただけます。興味がある方はぜひご連絡ください。見学も大歓迎です!

- 4月の花の輪編集委員会
4月14日(火)午後1時30分から
ボランティア・市民活動センターにて
- 問合せ：ボランティア・市民活動センター

ゆずります

ポータブルトイレ

市民の方よりポータブルトイレ(使用済み)の寄付がありました。ご希望の方はボランティア・市民活動センターまでお問い合わせください。

- 問合せ：諏訪市ボランティア・市民活動センター(54-7715)

参加者募集

ボランティア・市民活動助成金 公開報告会

(ボランティア・市民活動センター)

令和7年度にボランティア・市民活動助成金の助成を受けた団体の公開報告会を開催します。どのような団体がどんな活動に助成金を活用しているのか、報告を聞いてみませんか?今年度、助成金の申請を検討されている方やボランティア活動に興味のある方など、どなたでも大歓迎です。

- 日時：4月11日(土)
午前10時00分から正午
- 場所：いきいき元気館3階
交流ひろば
- 内容：令和7年度助成金申請団体による活用報告(20団体)・質疑応答・参加者同士の情報交換
- 申込：以下のQRより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



お知らせ

ボランティア・市民活動相談

「ボランティア活動について知りたい」「ボランティアの相談をしたい」といった際にご利用ください。

- 相談日：月～金(祝祭日除く)
午前9時～午後5時

花の輪掲載

ボランティア募集や講座の参加者募集、イベントの案内を「花の輪」に掲載しませんか?掲載を希望される場合は発行前月の10日までに記事をお寄せください。

- 問合せ：ボランティア・市民活動センター
住所：諏訪市小和田19-3
電話：54-7715 FAX：57-1231
E-mail：suwawc@suwacity-shakyo.or.jp