

# ほほえみ

発行：社会福祉法人  
東御市社会福祉協議会  
〒389-0502 東御市鞍掛197  
☎0268-62-4455 (代表)  
<http://www.tomisyakyo.or.jp>  
印刷：グリーン美術出版

～人とひとが福祉でつながる街づくり～



## 男性の料理サロン

### 「アボカドチーズ丼」おいしい！

写真は講師の説明を一生懸命聞いている参加者の様子です。これくらいよいよ「料理づくり」でワクワクしています。

## 🔑 内容 🌸

- ★社協会費へのご協力ありがとうございました
- ★赤い羽根共同募金が始まります！
- ★まいさぼ東御だより 月間スナップ

## 🔑 特集 🌸

- ★ 8050 問題を探る～引きこもり問題の常識が変化～



# 社会福祉協議会会費

## ご協力ありがとうございました

会費総額 9,139,000 円  
 戸別会費 7,669,000 円  
 法人会費 1,470,000 円

今年9月3日までに、市民の皆さんや会社等からいただいた会費は下記のようになりました。本会の福祉活動の自主財源として有効に使わせていただきます。

### ～法人会員 153 社～ (五十音順・敬称略)

(株)アイエスパイピング	(有)共栄製畳	高沢産業(株)東部工場	(有)フジ工業
I P D ロジスティクス(株)	近物レックス(株)上田支店	竹内工業(株)	藤田金属(株)長野コイルセンター
秋山商事	草軽観光東御支店	(株)竹重自動車	ブロンズ工業(株)
浅間高原カントリー(株)	(有)グリーン美術出版	(株)竹花組東御支店	医療法人碧水会信濃病院
アスザック(株)	高周波科学工業(株)	竹花工業(株)田中支店	法善寺
(株)アヅマ	興善寺	(株)タック	医療法人ほしやま内科
(株)アヅマセラミテック	幸祐寺	(有)田中鉄工所	丸協運輸(株)
(株)アトリエ・ド・フロマージュ	(株)ココネット	社会福祉法人ちいさがた福祉会	(有)丸信産業
(株)アメニティーズ	(有)コスモ電機システムズ	千曲建設工業(株)	(株)マルセイ
(株)荒井設備	コトヒラ工業(株)	(有)ちもと	マルト東部青果(株)
アルファーデザイン(株)	(株)斎喜屋商店	長江寺	(株)ミクニ
学校法人都文館夢学園奈良原研修センター	酒井医院	長命寺	(有)三井金属
衣料センター たなか	佐久浅間農業協同組合	塚田自動車商会	(株)御牧
(株)岩崎製作所	医療法人ささき医院	東海西濃運輸(株)	(株)ミマキエンジニアリング
(株)ヴィラデストワイナリー	(有)真田化成製作所	(株)東建工業	ミマキ電子部品(株)
上田信用金庫とうみ支店	(有)三峰工業	東部開発(株)	社会福祉法人みまき福祉会
上田第三木材合資会社	(株)塩沢産業	東部金属(株)	(有)宮坂住建
上田農機(株)	(株)シャトーC P	東部サッシ工業(株)	税理士法人宮澤会計事務所
(有)上野設備事務所	定津院	東部自動車整備協業組合	宮原酸素(株)
(株)A B C 建設	聖天寺	(株)東部設備	武舎煙火工業(株)
(株)えびす住宅設備	(株)食品流通システム	東御市商工会	(株)メカニカル
エボシ山急送(株)	(株)信越精密	(株)東和プラスチック	(有)森澤建業
(株)オーツカ	(有)進光商事	トヨタ部品長野共販(株)上田営業所	森田建材(株)
(有)御菓子処花岡	信州うえだ農業協同組合	直富商事(株)	(株)やおふく
医療法人萩原眼科医院	(株)信州ガーデン	(株)永井農場	柳田金物店
オリエクス(株)	信州電気(株)	(有)ながこしカメラ	(有)柳橋建設
恩田金属工業(株)	(株)信州東御市振興公社	長門運輸(有)	湯の丸観光開発(株)
カクイチ建材工業(株)	医療法人春原整形外科クリニック	長野県環境開発(株)	横浜幸銀信用組合上田支店
(有)カクマハイヤー	(株)スワトク	協同組合長野県中古自動車リサイクルセンター	(株)吉沢技研
(株)カスミ	(有)生体エネルギー研究所	(株)長野三洋化成	(有)雷電くるみの里
(有)加藤建設	(有)関自動車整備工場	新潟運輸(株)上田支店	(株)楽月園
かなもと青果(株)	せき内科クリニック	(有)日東塗装工業	リーフケア(株)
和木材(株)	(株)相和	(株)八十二銀行田中支店	医療法人緑風会
(有)ガレージハットリ	第一防災工業(株)	(株)馬場音一商店	(株)レクスト・アイ
(株)カワダ長野事業所	(株)大地	浜田屋	(有)和興開発
カンノ・トレーディング(株)	太陽リビング(株)	ヒカリ素材工業(株)	渡辺電業(株)
北澤土建(株)東御支店	(株)タイヨーエンジニア	飛知和興業(株)	
(株)吉祥	大和化工(株)長野工場	(株)ファスコナガノ	
(株)共栄建設	(株)高木屋	(株)ファンケル美健長野工場	

※現在までに納入いただいていない企業等については、次号で掲載させていただきます。

## ～区別会費結果～

9月3日現在

区名	収納金額	区名	収納金額	区名	収納金額	区名	収納金額
田中地区		王子平	39,000	田 沢	200,000	切久保	64,000
加 沢	304,000	小 計	1,377,000	大 川	127,000	八反田	46,000
常 田	497,000	祢津地区		栗 林	152,000	本下之城	38,000
田 中	364,000	新 張	223,000	海善寺	178,000	田之尻	30,000
県	226,500	出 場	86,000	曾 根	178,000	畔 田	59,000
本海野	289,000	金 井	139,000	東深井	117,000	宮	52,000
西海野	115,000	新 屋	155,000	西深井	30,000	御牧原南部	86,000
白鳥台	97,000	東 町	185,000	西 入	23,000	御牧原北部	93,000
城ノ前	116,000	西 宮	226,000	東 入	13,000	布 下	77,000
小 計	2,008,500	姫子沢	33,000	日向が丘	91,000	常 満	20,000
滋野地区		湯の丸	7,000	海善寺北	155,000	島川原	74,000
赤 岩	92,000	滝の沢	14,000	寺 坂	22,000	大日向	48,000
片 羽	166,000	祢津南	59,000	睦	18,500	光ヶ丘	21,000
桜 井	254,000	伊勢原	46,000	小 計	1,685,500	羽毛山	96,000
大 石	243,000	奈良原	51,000	北御牧地区		牧ヶ原	14,000
中屋敷	147,000	鞍掛自治区	20,000	上八重原	97,000	羽毛山	96,000
別 府	64,000	リードリーくらかけ	32,000	中八重原	85,000	小 計	1,322,000
原 口	157,000	小 計	1,276,000	下八重原	224,000	合 計	7,669,000
聖	19,000	和地区		芸術むら	49,000		
乙女平	196,000	東上田	381,000	白 樺	49,000		

## まいさぽ便り

「まいさぽ東御」は、生活や就労に困難を抱えている方の  
総合相談窓口です

「保証人がいない」ことを理由に、就労の機会を逃してしまう…

そのような方は「身元保証・就労支援事業」の利用の検討をしませんか

## ◆該当する方は？（被保証者は？）

- ①安定した職に就きたいが、身元保証人が見つからない人。
- ②まいさぽの就労支援を受け、自立した生活の見通しを立てられる人。
- ③この事業を受けることについて、雇用主への情報開示に同意する人。

## ◆契約期間は？ 身元保証契約の締結日から最長1年間

## ◆支援内容は？ 下記のようなトラブルがあった場合、見舞金を支給します。

被保証者が雇用主に損害を与えた場合、就業規則・労働契約等に違反し、雇用主に損害を与えた場合等…



どなたの  
相談も  
お受けします。

\*一人ひとりの状況をお聞きし、事業を利用いただけるか考えます。まずはご相談ください。

## 生活就労支援センター まいさぽ東御

受付日時 月～金曜日（祝日及び年末年始を除く）午前9時～午後5時  
場 所 〒389-0502 東御市鞍掛197 総合福祉センター内 東御市社会福祉協議会  
電 話 0268-75-0222（直通） メール maisapo@tomisyakyo.or.jp



# 赤い羽根共同募金は、東御市の福祉に役立てられています。

10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動がはじまります。共同募金は、地域の皆さまにご協力をいただき、70年の歴史を歩んできました。ご協力いただいた募金は、地域子ども達や高齢者、障がいのある方々を支援する活動に役立てられています。



街頭募金活動  
(火のアートフェスティバル)

## 【募金の方法】

企業・団体の皆さまの募金 街頭募金他

区を通じて、個別募金（封筒募金）として、1世帯あたり1,000円を目安にご協力をお願いしております。

東御市目標額  
**650万円**

《長野県内の広域事業への配分》  
176万2,000円  
(災害に強い街づくり支援活動等)



《東御市社会福祉協議会の配分》  
473万8,000円

高齢者福祉事業 (102万5,000円)  
障がい者福祉事業 (23万円)  
児童・青少年活動 (64万5,000円)  
住民援助・広報活動 (283万8,000円)

## 赤い羽根共同募金はこんな事業に使われます

▶ 福祉の森ふれあいフェスティバル



◀ ひとり暮らし高齢者の会食会



▶ 福祉体験学習 (北御牧小学校)



◀ 多世代交流サロン



▶ 東御市障がい者福祉のつどい



◀ 「ボッチャ交流大会」支援



地域の身近な  
ボランティア

## 赤い羽根サポーターを募集します



今年も10月から社会福祉法に基づき「赤い羽根共同募金」がはじまります。集められた募金は東御市などの福祉活動・災害支援活動に活用されます。東御市内では、地域の皆さんへの啓発活動として多くのサポーターさんに協力いただいています。今年度もサポーターとして活動いただける方を募集します。多くの皆さまのご協力をよろしくお願いたします。

## どんなことをするの??

サポーターさんには、共同募金の周知・啓発を目的とした街頭募金への協力をお願いしています。場所は公共施設や商業施設などです。住民への声かけなどを職員や他のサポーターとともにいきます。



## いつ活動するの??

街頭募金は10月中に約10日前後行います。調整させていただき、ご都合の範囲内で協力をお願いしています。

【ご協力いただける場合】… 下記までご連絡下さい

○実施場所・実施日を調整させていただきます。

※必ず職員と一緒に活動します。

【長野県共同募金会東御市支会（事務局：社会福祉協議会）】 ☎：62-4455



## 第16回 福祉の森ふれあいフェスティバル

ふれあいフェスティバルは、ボランティアが中心となって開催するもので、誰でも参加できる福祉・ボランティアの啓発イベントです。毎年1,300人以上が来場し、ボランティア活動のやりがいや大切さを広く伝えています。

日時：10月26日（土）午前9時30分～午後2時

会場：東御市総合福祉センター

内容：各種体験、販売、喫茶コーナー ほか

その他：詳しくは10月1日発行の市報とうみ「お知らせ版」をご覧ください。

## みんなでフェスティバルを盛り上げませんか？

## ～ボランティア大募集～

前日準備 10月25日（金）午後1時30分～午後4時

テント・パネル設営、装飾等の会場準備

当日 10月26日（土）午前8時30分～午後4時

イベント会場や体験コーナーの手伝い等

申し込み 東御市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎0268-62-4455



✿
✿
 こんなサロン  
 あんなサロン

# おらほのサロン

各区のサロン紹介 ✿

## 中屋敷区 脳いきいき教室で認知症予防

8月21日、中屋敷区公民館でいきいきサロンが行われ、約30人が参加しました。地域包括支援センターの出前講座「脳いきいき教室」を利用し、認知症予防の講話や頭の体操を行いました。過去を振り返りながら語り合う回想法では、ベーゴマやめんこなど昔の写真を見ながら盛り上がりました。また元保健指導員が講師となり、円になって手遊びを行いました。参加者は、「みんなで一緒になって体操や手遊びができ、とても楽しい時間でした」と話していました。



▲「円」になって「手遊び」をしました

## 田中区 音楽に合わせて交流

7月11日、田中コミュニティーセンターでいきいきサロンが行われ、約50人が参加しました。始めに中村玲子さんの民話の語りがあり、参加者は真剣に耳を傾けていました。その後は、キーボードの音楽に合わせて手拍子、足踏みなどの体操やピアノ演奏で歌をうたいました。当日は七夕にちなみ、皆さん思い思いの願い事を短冊に書いて飾りました。

参加者は「毎回いろんなことを考えてくれて、参加するのが楽しみです」と話していました。



▲笑顔で楽しい時間を過ごしました

## 男性の料理サロン

8月17日、総合福祉センターで第1回男性の料理サロンが開催されました。今年度は16人の申し込みがあり、この日は8人が参加。メニューは「アボカドチーズ丼、鶏ごぼうのあっさり煮、冷製オニオンスープ」で、グループごとに協力しながら食材を調理し、料理を完成させました。参加者は「家ではあまり料理をしないが、楽しく参加できた。家に帰ってもやってみよう」と話し、講師からは「皆さん手際が良くて、驚きました」と声がありました。次回は10月に「フライパングラタン、手作りパン」など作ります。



## 月間スナック

## マレットゴルフいきいきシニア杯

8月23日、海野マレットゴルフ場で、東御市マレットゴルフ協会が主催し、社会福祉協議会が高齢者の皆さんにいきいきと健康で生活していただくことを目的として提供している「いきいきシニア杯」が開催されました。大会には40人を超える男女がエントリーし、熱戦を繰り広げました。社協の小林峯雄会長は「これからもマレットゴルフなどで地域への参加を継続していただき、健康な身体を維持してほしい」と話しました。

※入賞者は8ページに掲載してあります



**特集**

— 引きこもり問題の常識が変化 —  
**8050問題を探る**

皆さんがご存知のこと、今の常識と比べてみませんか

**“8050問題”って??**

「80代の親」が引きこもりの「50代の子」を支えるという社会問題です。これまでの引きこもり問題は、若者を中心として考えられてきました。しかし、引きこもり状態のまま年齢を重ね、長期化することで、これまでに問題視されなかった様々な問題が浮き彫りになってきたのです。

これまでの問題の中心



10～20代の子どもを  
30代～50代の親が支える

新たに問題視

**変化**



50代の子どもを  
80代の親が支える

**ここがポイント!** POINT

厚生労働省は引きこもりを「自宅でほとんどの時間を過ごし、家族以外との交流を持たず社会参加しない状態が6カ月以上続く場合」などとしています。その基準と比較しても、現在の長期化が深刻なことが伺えます。

**引きこもり問題の実態って??**

国の推計によると、全国で引きこもりとされる人数は約115万人おり、そのうち40歳以上の人は64万人、半分以上を占めているという結果が出ています。性別では、7割程度が男性だという結果です。また期間も長期化する傾向にあり、5年以上の引きこもり期間がある人が全体の半数を占めているという調査結果もあります。長期化する引きこもり問題は、「親」が高齢化した際の介護問題・孤立死問題、親が死亡し、親の年金が途絶えた際の生活資金問題など、様々な問題が複合しています。



**引きこもりの問題  
どんな人が悩んでいるのか  
Check !!**



約7割が

**男性 !!**

半分以上は

**40歳以上 !!**

半分以上は

**5年以上の期間**

**解決に向けた取り組みを !!**

問題の解決には、地域全体で取り組むことが大切です。引きこもり問題を抱える世帯は、相談先がわからなかったり、問題の深刻さに気づけていない場合もあります。そこで地域の皆さんが問題に気づき、相談先を提案いただくことも大切な支援です。

悩んだら  
まずは相談



**相談の連絡先**

まいさぽ東御 (東御市社会福祉協議会)  
**☎ 0268-75-0222**  
 Mail : maisapo@tomisyakyo.or.jp  
 東御市役所 健康保健課  
**☎ 0268-64-8882**

# 社協のケアマネージャーよりみなさまへ あったかいごだより

No.36

今年の夏は暑さが厳しく、特に水分補給や扇風機・エアコンの利用など気にかけて過ごされたことと思います。

さて、10月からの消費税引き上げに伴い、介護保険も報酬単価や支給限度額の変更が行われます。利用料は多少上がりますが、支給限度額も引き上げられることから、サービス利用の幅が広がる利用者さんもうらっしゃると思います。



今後も、制度に沿いながら利用者さんの生活をサポートするため、対応していきたく思いますのでよろしくお願ひします。

## 善意をありがとうございます

(7月、8月受け付け分)

- 協同組合 長野県中古自動車リサイクルセンター 様  
..... 160,000円
- 傘寿老人 様 ..... 100,000円
- 匿名 様 ..... ポータブルトイレ
- 匿名 様 ..... オムツ (未開封)

## ウエスをありがとうございます

(7月、8月受け付け分)

- 花づなの会 様
- 六日会 様
- 匿名 様



## 多世代交流サロン - おいよサンサン -

誰でも参加できるサロンです。お話をしながらお茶を飲んだり身体を動かしたり、自由に参加していただけます。



開催日 毎月第2水曜日

時間 10:00 ~ 15:00

(開催時間内なら自由に参加できます)

場所 総合福祉センター2階 大広間

参加費 無料 (材料費のみ負担の場合あり)

問い合わせ・申し込み

東御市社会福祉協議会 地域福祉係

☎62-4455

## マレットゴルフいきいきシニア杯入賞者の皆さん



▲男性の部



▲女性の部

## いきいきサロンの料理講習会から

### 「キャベツの焼き春巻き」

- 材料：キャベツ…300g 長ネギ…50g  
桜えび…20g スライスチーズ…6枚  
春巻きの皮…12枚 塩…小さじ1/2  
サラダ油…適量

- ①キャベツは千切り、ネギはみじん切り、共に塩でもみ30分ほどおいてしんなりさせ、水気をしぼる。
  - ②桜えびはフライパンでさっとから煎りする。
  - ③チーズは半分に切る。
  - ④春巻きの皮に、③、①、②を順において巻く。
  - ⑤薄く油をひいたフライパンで両面をパリッと焼く。
- (メモ) …お好みで酢をつけて食べる。



## ●編集後記

6ページで紹介した「おらほのサロン」取材しました。公民館に集まり、顔を会わすすぐに話しが膨らむところを見ると、地域の中で心地いい場になっていると感じました。主催されている福祉運営委員長の皆さんも工夫を凝らして開催され、参加者のいきいきとした姿を見ることができました。今後も地域の憩いの場が続いていけばいいなと思いました。

原澤 寛和