



あいさつから
始まる



北茨城物語

社協だより



第171号 / 2025.1月号



謹賀 新年

令和七年も

よろしく
お願い
致します



9月27日(金)に第46回市高齢者芸能発表会がふれあいセンターで開催されました。発表会としての開催は5年ぶりとなり、37組の方が華やかにステージを彩りました。後半は志摩幸子さんにご出演いただき、全11曲を熱唱下さいました。幸子さんの生歌唱で会場はとても盛り上がりました。ありがとうございました。



北茨城市社会福祉協議会



チャンネル登録をお願いします



北茨城市社会福祉協議会
Facebook

"いいね!"お待ちしています

<https://www.facebook.com/kitai bashakyo/>



「社協だより」の一部には、赤い羽根共同募金の配分金が使われています。

きたいばしゃきょうキッズハロウィン ふれあいフェスティバルを開催しました



令和6年10月27日にふれあいセンターにて「きたいばしゃきょうキッズハロウィンふれあいフェスティバル」を開催しました！昨年度は台風の被害で中止となり2年ぶりの開催となりました。

今年は茨城県警音楽隊による演奏、茨城大学大道芸サークルスウェット組合によるパフォーマンス&体験会、キッチンカー、ボランティアさんによるバザー、ワークショップなどの無料ブース等盛りだくさんの内容となり約1,600名の参加者がありました。

来年度はさらに充実したイベントを開催できるよう努めて参ります。皆さまのご参加を心よりお待ちしております！



今回のイベントアンケートになります。
内容は次回の参考にさせていただきます！

福祉体験学習

社会福祉協議会では毎年市内の小中学校から依頼を受け福祉体験の出前授業を行っています。出前授業では福祉体験用具の貸し出しの他に職員の派遣も行っています。また、福祉だけではなく災害に関する内容も実施しております。学校だけでなく、一般の方向けにも講座を行えますので、ご依頼の際は本会までご連絡ください。



福祉体験学習一覧

- 車椅子体験
- 白杖体験
- 高齢者疑似体験
- 福祉レクリエーション体験
- 点字体験（ボランティア）
- 災害に関する体験
- 防災・減災スタンプラリー
- 災害時マイタイムライン



～福祉体験の様子～

市内小学校にて福祉体験学習を実施しました。午後の授業にお邪魔し、車椅子体験・高齢者疑似体験を行いました。参加した児童はそれぞれ介助する側・される側の両方の立場を実際に体験しました。

お問合せ先

TEL 42-0782 地域福祉係まで

あなたの暮らしの
♥ あんしん
をお手伝いします

日常生活自立支援事業

日常生活自立支援事業は、認知症の高齢者や知的又は精神的に障がいのある方など、判断能力が不十分な方に対して、福祉サービスの利用手続きの援助や、日常生活の金銭管理及び書類預かりサービスなどを行います。

相談から、支援計画の作成、契約締結は **無料** です。

● お手伝いできる内容

- ◆ 福祉サービスを利用するためのお手伝い
- ◆ 普段使うお金の出し入れや支払いについてのお手伝い
- ◆ 大切な書類のお預かり、通帳・はんこ
(宝石や株券などお預かり出来ないものもあります)



● ご利用にあたっての料金

- ◆ 福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理サービス
1時間あたり **1,100円**
- ◆ 書類等の預かりサービス
1カ月あたり **500円**

お問合せ先

地域福祉係
担当：会川

TEL 42-0782

市高齢者クラブ連合会 活動紹介

県老人クラブ大会に出席しました



9月20日(金)に第63回茨城県老人クラブ大会が水戸で開催され、長年にわたり単位高齢者クラブ運営と発展に寄与された2名の方が表彰されました。

- 県老連会長表彰(役員功労者)
 - * 石岡第二会 菅生 松代様
 - * 重岩共栄会 佐藤 扶慈子様

大北川を清掃しました



11月10日(日)に大北川の下流付近にて、「大北川・花園川の合流点をきれいにする会」さんによる清掃活動がおこなわれました。毎年たくさんの白鳥が冬を過ごす大北川と花園川の合流点は、多くの市民が白鳥と過ごせる冬の名物詩です。市民と白鳥が快適に過ごせるようにと、寒さ厳しいなか、同会のボランティアさんによる周辺の環境整備が実施され、草刈り後の川辺は見事にきれいになりました。ボランティアの皆さん、ありがとうございました。

ねんりんスポーツ大会に出場しました

10月29日(火)に第29回茨城ねんりんスポーツ大会が笠松運動公園で開催されました。肌寒いなかでの試合となりましたが、出場された18名全員が寒さを吹き飛ばすほどの気持ちで臨まれました。

- * グラウンドゴルフ
市大会上位5名
- * ゲートボール
北茨城チーム
- * 輪投げ、パタンク
関本富楽会



花いっぱい運動を実施しました



11月6日(木)に環境美化活動の一環として、花いっぱい運動を老人福祉センター「ライト」で実施しました。

当日はあいにくの小雨となりましたが、季節の花を心を込めてプランターに植えることができました。プランターは市役所や市民病院等の公共施設にお配りしています。ぜひご覧になって下さい。

ご長寿おめでとうございます

令和6年9月16日の敬老の佳き日をむかえるにあたり、今年度に100歳以上になられる高齢者の皆さまを訪問し、ご長寿をお祝いたしました。

● 令和6年度市内
100歳以上の方々 ●

106歳	……	1名
105歳	……	3名
104歳	……	5名
103歳	……	7名
102歳	……	7名
101歳	……	13名
100歳	……	22名



計 58 名 (男性 6 名、女性 52 名)

社協支部活動

トピックス

磯原支部

10月19日(土)、社協磯原支部の会員の皆さんが市内企業のユニマテック株式会社の従業員の方々と合同の清掃活動を行いました。

昨年に引き続き2回目となるこの活動は、磯原支部とユニマテック株式会社が地域福祉・貢献活動を実施したいとの思いから始まりました。この日は50名以上の方が参加し、活動開始前にお互いの活動・業務内容について紹介を行い、交流を深めました。

清掃活動では、磯原駅西口から磯原中央公園、磯馴橋方面、磯原駅東口から図書館、ウォーキングロード方面などを歩きながら路上に落ちているゴミを拾いました。歩道の隅にタバコの吸い殻があったり、草むらの中に空き缶があったりと見えにくいところに多くのゴミが捨てられていました。参加された方は「また来年も参加したい」と話していました。参加した皆さん、ありがとうございました。

平潟支部

10月25日(金)、社協平潟支部の会員の皆さんが平潟小学校で実施した平潟わくわくフェスティバルに参加しました。

この行事は、地域の人々とのふれあいを通して、児童が地域の一員としての自覚や郷土愛を養うこと、また PTA や地域の関係団体等との連携と、学校教育への理解を深めてもらうことを目的に開催しています。平潟支部では英語のふれあい授業や、福祉レクリエーションのオーバルボールの運営サポートを担当しました。

英語のふれあい授業では、アルファベットの書き順やあいさつを学び、児童が体験するなど実演を交えて実施しました。オーバルボールでは、参加した児童にルールを確認したり、練習の補助をし、本番では支部の方も競技に参加し、児童と一緒にレクリエーションを体験しました。

児童や学校とのつながりが深まる素敵な機会となりました。



令和6年度 防災講演会開催のお知らせ

東日本大震災から10年以上が過ぎ、地震災害のほか、一昨年9月の台風13号に伴う線状降水帯による大雨災害など、近年は異常気象による災害の発生が多発しています。いつ発生するか分からない災害に備えて、改めて防災への意識を高めていかなければなりません。自然災害に対して市民が適切に対処できるようにするためには、日頃からの心がけはもとより、地域社会における防災対策やコミュニティ活動が重要となります。今回の講演会を通して、防災意識の啓発と、地域コミュニティ活動の推進を図ることを目的として開催します。

さまざまなメディアで活躍している管理栄養士の**今泉 マユ子**氏をお招きし、いざという時に役立つ防災術・防災食についてご講演いただきます。

日時 令和7年2月20日(木)
午前10時00分から午後12時00分まで
(午前9時30分受付)
会場 北茨城市民ふれあいセンター大ホール
定員 200名程度
※先着順。定員に達し次第受付終了となります
ので予めご了承ください。

申し込み先 **北茨城市社会福祉協議会**
TEL 42-0782 FAX 42-7666



令和6年度 文化講演会開催のお知らせ

社会福祉協議会では、市内在住の方を対象に文化講演会を下記の日程で開催します。苦学の末に5回目のチャレンジで司法試験に合格された、全盲の弁護士として活躍されている **おおごだ まこと** **大胡田 誠**氏をお迎えし、弁護士を目指した経緯や仕事で心掛けていることのほか、ご自身の経験を交えた子育てについてお話しいただき、決してあきらめないことの大切さについてご講演いただきます。

- 日時 令和7年1月22日(水) 午後2時00分から
- テーマ
「全盲の僕が弁護士になった理由～あきらめない心の鍛え方～」
- 場所 市民ふれあいセンター
- 講師 弁護士 **おおごだ まこと** **大胡田 誠**氏
- 対象者 市内在住の方
- 参加費 無 料

※定員に限りがありますので、先着順とさせていただきます。

お問合せ先

TEL 42-0782 地域福祉係まで



第50回北茨城市社会福祉大会・地域福祉を考える集い



＊ 講師 ＊

女優 松島 トモ子 さん

＊ 演題 ＊

「多くの人たちとの出会いの中で」

- 開催日 令和7年1月18日(土)
- 日程 「北茨城市社会福祉大会」
13:00 開会 式典(顕彰)
「地域福祉を考える集い」
14:00 講演
15:30 閉会
- 場 所 北茨城市民ふれあいセンター
- 参加費 無 料
(参加申し込みは不要ですので、お誘いあわせの上是非ご来場ください)

◆ 講師プロフィール ◆

旧満州(現中国東北部)生まれ。母とともに日本に引き揚げる。4歳の時に【豆パレリーナ】と報じられたのがきっかけで映画界入り。以来、人気子役として三益愛子との母ものや嵐寛寿郎の【鞍馬天狗】など約80本の映画に出演。また、雑誌「少女」の表紙を10年間一人で務める。他に、童謡、ポピュラー、歌謡曲のレコードを出すなど歌手としても活躍する。

お問合せ先

北茨城市社会福祉協議会

〒319-1542

北茨城市磯原町本町 2-4-16

TEL 42-0782

担当：黒澤、布川

生きがい講座

男子カアップ講座 ～セカンドライフを楽しみましょう～

男性限定のヨガ講座となっております。

ほとんどの男性が未経験です！

レッスン中は「うわっ！きついな～あ」という声も聞こえますが、お互い励まし合って、ヨガ講座を楽しんでいます。

また、講師の小田島由美子先生の話術に引き込まれ、皆さん真剣そのもの！！

人混みが苦手な男性でも参加しやすい内容になっています。

講座を通して豊かな人間関係を築き、心身ともに健康でリラックスした生活を送りましょう。



※ 7ページに令和7年度の受講生募集案内を掲載しております。

是非、ご覧ください。

令和7年度 生きがい講座受講生募集

受講資格 市内に在住する60歳以上の方で、1年間受講可能な方

目的 高齢者を対象に「老化の防止」、「趣味の向上」、「高齢者同士の交流を図る」こと

エコクラフト (北部)

実施日 第2木曜日
場所 生涯学習センター
時間 13:30~15:30
講師 鈴木照子氏
募集 15名

ビーズ製作 (木曜コース)

実施日 第4木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 小川カツ子氏
募集 15名

ビーズ製作 (金曜コース)

実施日 第4金曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 小川カツ子氏
募集 15名

パッチワーク (初級)

実施日 第1木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 遊佐みどり氏
募集 15名

パッチワーク (中級)

実施日 第2木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 遊佐みどり氏
募集 15名

はじめての ハイアンキルト

実施日 第4火曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 長沼仁子氏
募集 15名

介護予防体操

実施日 第2・4金曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 13:30~15:00
講師 シルバーリハビリ体操指導士
募集 30名

姿勢スッキリ貯筋体操 (月曜コース)

実施日 第2・4月曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 福地直美氏
募集 30名
※月・水のどちらかを受講

姿勢スッキリ貯筋体操 (水曜コース)

実施日 第2・4水曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:30
講師 福地直美氏
募集 30名
※月・水のどちらかを受講

スタイリッシュ エイジング ヨガ

実施日 第3月曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:00
講師 小田島由美子氏
募集 30名

3B体操

実施日 第1月曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 10:00~11:30
講師 鈴木和子氏
募集 25名

男子カアプ ～メンズヨガ～

実施日 第3金曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~11:00
講師 小田島由美子氏
募集 20名
※男性のみ受講

筆文字アート

実施日 第2火曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 10:00~11:30
講師 渡邊智香子氏
募集 10名

カラオケ(火) (午前コース)

実施日 第3火曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~12:00
講師 講師なし
募集 15名

カラオケ(火) (午後コース)

実施日 第3火曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 13:30~16:00
講師 講師なし
募集 15名

カラオケ(木) (午前コース)

実施日 第3木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~12:00
講師 講師なし
募集 15名

カラオケ(木) (午後コース)

実施日 第3木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 13:30~16:00
講師 講師なし
募集 15名

囲碁・将棋

実施日 毎週木曜日
場所 老人福祉センター「ライト」
時間 9:30~15:30
講師 講師なし

※希望者は随時見学

※ 祝日はお休みとなります

令和7年
1月31日(金)
必着

● 応募多数時抽選 ●



申し込み方法

- 希望講座1つに対し、1枚の**往復はがき**での申し込みになります
- **往信面**に ①希望講座名、②氏名(ふりがな)、③住所、④電話番号(連絡の取れる番号)、⑤生年月日、⑥緊急連絡先を記入します
- **復信面**に自分の住所・氏名を記入し、下記まで郵送してください(記入もれのないようにお願いします)

※ 受講申し込みに記載された個人情報は、当該講座のみに使用いたします

お問合せ先

北茨城市老人福祉センター
「ライト」生きがい講座
〒319-1535
北茨城市華川町白場187-74
TEL 43-5361 担当:篠原
(平日8:30~17:15)

社協に寄せられた市民の善意

次の方々より温かいご寄付がありました。寄付されました皆様のご趣旨に添うよう、各種の福祉事業費として使わせていただいております。ここに紹介して厚くお礼申し上げます。

(令和6年9月1日～令和6年10月31日)

物品寄付者芳名簿 (敬称略)

切手(使用済み)・磁気カード・ハガキなど		プ ル タ ブ	
笹 沼 節 子 井 坂 英 敏 馬 上 ちよ子 菅 勝 子 滑 川 ゆう子 齊 木 清 美 (2回)	山下長寿会 しゃくなげグループ 永柳工業(株) 堀江千枝 匿名 (2名)	根 本 千 代 (2回) 笹 沼 節 子 大津町 (光) 退職公務員連盟 に ん べ ん (2回) 菅 勝 子 山 形 秋 彦 (3回) 鎌 田 昌 子 千 葉 キイ子 しゃくなげグループ 齊 木 清 美 (2回) 神岡団地3号棟 シオン・メリッサ美容室 駒木根 孝 雄 計 良 仁・計 良 一 颯 高 須 英 雄 (株)高山建設社員一同 (2回) 山 縣 力	遠 藤 博 山下長寿会 重 岩 共 栄 会 辰 巳 孝 一 永柳工業(株) 神 谷 真 理 子・す み れ・セ ー ラ 汐見ヶ丘ボランティアグループ 中郷町公民会 石岡なかよしクラブ 竹 内 克 直 上相田昭友会 堀 江 千 枝 ともしびグループ チャレンジいばらき 下相田ひまわりサロン 高齢者クラブ 石岡第二会 匿名 (2名)
そ の 他 (日用品・タオルなど)			
安 倍 和 子 退職公務員連盟 井 坂 英 敏 菅 勝 子	高 橋 賢 次 ともしびグループ (2回) 匿名 (1名)		

寄付者芳名簿 (敬称略)

氏 名	金 額	氏 名	金 額
匿名 名	2,500円	高萩地区安全運転管理者協議会 会長 細 貝 利 明	30,000円
井 坂 英 敏	14,836円	高萩・北茨城地区交通安全事業主会 会長 渡 辺 悦 夫	
鉄 美香子	2,400円	匿名 名	5,000円
匿名 名	5,000円	北茨城桜ライオンズクラブ	50,000円
常陽磯原北陽会	11,785円	道路里親H273の会	2,388円
(株)サンユーストアー大津店	34,136円	辰 巳 孝 一	100,000円
(株)サンユーストアー中郷店	20,311円	昭和45年度関本中学校同窓会一同	32,678円
(株)サンユーストアー磯原中央店	48,553円	菅 生 松 代	30,000円



10月18日(金)、茨城パシフィックカントリー倶楽部にて、北茨城桜ライオンズクラブ様よりチャリティーゴルフ大会での募金をご寄付いただきました。

お預かりした募金は、ご趣旨に沿って地域福祉活動の推進に活用させていただきます。ありがとうございました。



皆様の善意、ありがとうございます!

Thank You

10月20日(日)、高萩カントリークラブにて、高萩地区安全運転管理者協議会様、高萩・北茨城地区交通安全事業主会様よりチャリティーゴルフ大会での募金をご寄付いただきました。



個人情報の取扱いについては、社会福祉法人北茨城市社会福祉協議会個人情報保護規程(平成17年、規程1号。)に基づき適正に管理するものとします。

