そ・ら・ら

だれの上にも広がる空
歌声をひびかせよう！
空（そ・ら）はみんなのもの。

No.146 令和５年７月18日
発行：白馬村社会福祉協議会
TEL 0261-72-7230
FAX 0261-72-7003

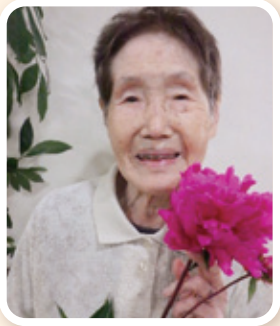
第48回 大北地区障がい者運動会

４年ぶりに大北地区障がい者運動会が開催されました。今年の運動会は、ボッチャやフライングディスクの体験、参加者全員での市町村対抗玉入れなど、勝負よりも運動を楽しむことがメインでした。

久しぶりの運動会で、参加者の皆さんも笑顔がたくさん見られ、大いに盛り上がりました。来年も皆さんで参加できるといいですね！

今回の題字

三田村（みたむら）　ハルミ さん
（91 歳）



～ひとこと～

歌が好きです。演歌専門です！
昔、長野から先生を呼んでカラオケ教室を開いていました。
７～８人で集まってお茶を飲みながら楽しかったよ！

Instagram
更新中
@HAKUBA.SHAKYO

「そ・ら・ら」の題字を書いてみませんか？　白馬村社会福祉協議会までご連絡ください！

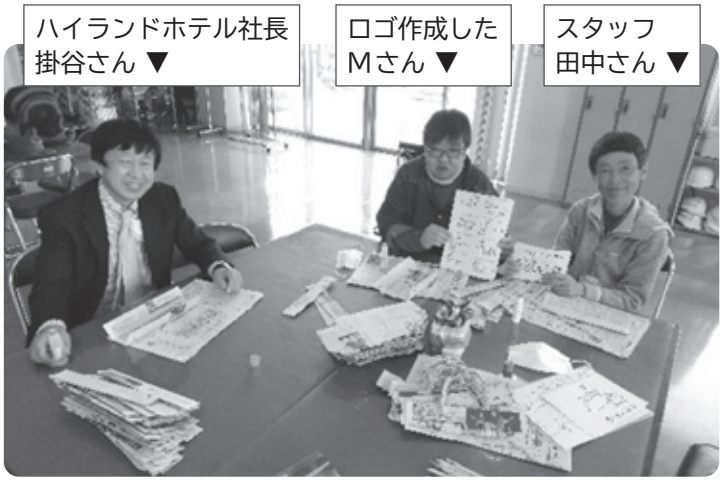
地域活動支援センター せみとんぼ

「つなぐバッグ」

せみとんぼでは、今年に入ってからコツコツと新聞を再利用したエコバッグの制作をしていました。しかし、そのバッグの活用法が決まっておらず、何かいい活用法が無いか悩んでいました。そこでスタッフの田中さんが、せみとんぼの他に働いている白馬ハイランドホテルの社長さんにそのことを相談すると、社長さんは「うちのホテルで活用しよう！」とおっしゃって下さったそうです。

社長さんとバッグ作り

４月、ハイランドホテルの社長さんは、実際にバッグ作りをしているところを見てみたいと、せみとんぼの活動時間にふれあいセンターを訪ねてくださいました。その時、ただ見学をするのではなく、お話しながら一緒にバッグ作りをしてくれ、せみとんぼの仲間も「次回はお昼ご飯を一緒に食べましょう!」という約束をするくらい楽しんだ様子でした。



そして納品「つなぐバッグ」

５月中旬に、ある程度数がそろったので、ハイランドホテルへ納品に行きました。

ハイランドホテルでは、ホテルのレストランで使用した割りばしを、洗浄・乾燥させて焚火やBBQ、暖炉などの焚きつけ材として活用しているそうです。

その割り箸をせみとんぼの作った新聞エコバッグに入れて、販売しようと検討してくださっているそうです。社長さんはせみとんぼの作った新聞エコバッグに「つなぐバッグ」と名前を付けてくれました。

納品時に、様々なイラストのエコバッグを見て社長さんは喜んで下さり、さらに、一回り大きなエコバッグの制作も依頼されました。大きなサイズのバッグはホテルの売店で、お客様が購入品を入れるために活用したいとのこと。

そして、6月になり社長さんは約束通りせみとんぼにお昼ご飯を食べに来てくださいました。Mさんの切った野菜の乗った「サラダそうめん」を、会話を弾ませながら食べ、みんなで楽しいひと時を過ごしました。社長さんはその日Mさんの描いたミツバチのイラストが気に入り、「このミツバチ、いいなぁ。表情がすごくいいよ。」と何度も言っていました。

環境に優しく、Mさんの可愛らしいイラストのロゴ入り「つなぐバッグ」が白馬村にあふれる日は近いかもしれません。

公共施設修繕ボランティア事業

第46回 住宅デー

▲大北建設労働組合白馬支部の皆さん

「住宅デー」は、毎年6月25日頃に、建設関係の職人の仕事や技能を地域の人たちに理解してもらう日として、全国建設労働組合総連合が主催しています。1978年から始まり、今年で46年目となるそうです。

全国各地でその地域の職人さんが、保育園や小中学校の修繕ボランティアや包丁研ぎ、まな板削り、木工教室、住宅相談受付など、ボランティア活動や地域の方向けにイベントを開催しました。

白馬村では、毎年、大北建設労働組合白馬地区の皆さんが公共施設の修繕ボランティアをしてくださっています。今年も6月25日（日）に、村内の大工・内装・建具・塗装・設備の職人の方々が20名程集まり、小中学校や保育園、子育て支援ルーム、デイサービスセンター岳の湯の不具合箇所の修繕や、施設が希望する建具の作製を無償（材料費は実費）で行ってくれました。

岳の湯では、防災用のヘルメットの置き場に困っていたので、ヘルメット置き場を整備していただきました。職人の技で、見栄えも安全性も格段に上がりました。岳の湯の職員もご利用者の皆さんも「さすがだね。良いふうにしてもらって、助かるね。」ととても喜んでいました。

岳の湯以外の施設でもそれぞれ事前に希望の作業を確認して、保育園ではくまちゃんボードの修理や非常用持出リュックのフックの設置、北小では床の傷んだ部分の張替え、南小ではトイレの便座と換気扇の交換、中学校では作品展示用の棚の作製、支援ルームでは三角ハウスの塗装など、ここには書ききれないほど多岐にわたり、修繕・製作をしてくださいました。どの施設も子ども達や職員がより過ごしやすく、安全に使用できるようになり、とても喜んでいました。

白馬地区長　服部さん

大北建設労働組合白馬地区長の服部さんは、「自分たちの技で地域の人たちが喜んでくれるなら、それ以上嬉しいことはない。これからも地域のために続けたい。」と話してくださいました。作業して下さった皆さん、ありがとうございました。

白馬駅周辺
おすすめ散歩コース

今回は白馬の自然を感じられる編集委員おすすめのお散歩コースをご紹介します。

田舎の人は都会の人より歩かない。どこへ行くにも車に乗ってしまう。そんなことはないですか？東京都健康長寿医療センター研究所によれば健康維持には「1日8000歩／20分速歩き」がベストだそうです。

気持ち良い自然の中を歩いて、健康寿命を延ばしましょう。

また、白馬の自然を肌で感じて大切にしていきたいですね。

木流川は、江戸時代後期に開削された農業用水路で、山麓で切り出した薪を流し、下流の集落まで運んだことからその名が付けられたと伝えられています。長い年月とともに水辺や周辺水田・林にはいろいろな動植物が生息するようになりました。

この木流川周辺は、ボランティア団体「木流川と親しむ会」の皆さんによって保全・維持されています。

今回ご紹介したルートは約1時間で歩けます。木流川散策路は夏でも木陰で涼しく、川のせせらぎや小鳥のさえずりが心地よいです。また、コースの後半は農道で車通りも少ないので、ゆっくり景色を見ながら歩くことができます。周辺には温泉や足湯、カフェなどがあるので疲れたときは途中で立ち寄って疲れを癒してくださいね。歩くことで普段見過ごしている景色やお店などが発見できるかもしれません。

八方口地区にある足湯「薬師の湯」は、10年以上前から八方口シニアクラブの皆さんによって、浴槽の掃除や修繕、花壇やプランターの花の管理などが行われているそうです。

＝カフェ

ボラチャレ 2023

参加者募集!!

夏休み、新しい事に挑戦してみよう！

【日　時】 8月3日（木）
9時30分～15時30分
【場　所】 白馬村保健福祉ふれあいセンター
【内　容】 せみとんぼの新聞エコバッグ作り体験をしたり、クロスロード白馬の人たちと一緒に前田千恵先生の体操教室で体を動かします。
【対　象】 小学1年生～小学6年生
【定　員】 10名
【参加費】 無料　（昼食付き！）

【申し込み締め切り】　7月28日（金）
【その他】
昼食付きです。アレルギーのある方は事前にご相談ください。
【申し込み・問合わせ】
白馬村社会福祉協議会
TEL 0261-72-7230 ／FAX 0261-72-7003
ホームページからもお申込みいただけます。
『白馬村社協』で検索！

ファミサポ　サポーター会員 養成講座

ファミリーサポート、通称ファミサポは、地域の力になりたい人と子育て支援や高齢者の生活支援などをして欲しい人がそれぞれ会員となって支え合う仕組みです。あなたもファミサポ会員になりませんか？

●**全4回連続講座（可能な限り全講座にご参加ください）**

	日　時	内　容
① 子育て支援	令和5年8月7日(月) 9時30分～11時30分	・ファミリー・サポート・センターについて ・子どもの発達と事故防止について
② 実習	令和5年8月21日～8月31日 （いずれか1日） 9時00分～12時00分	・子育て支援ルームの一時預かり事業に参加 （参加人数によって日程調整します。）
③ 高齢者支援	令和5年9月4日(月) 9時30分～11時30分	・認知症の方の理解と対応について
④ 救命講習	令和5年9月11日(月) 13時30分～16時00分	・救急時の対応と応急処置について

場　所　ふれあいセンター　学習室
参加費　無料
定　員　20名
申込み　白馬村社会福祉協議会
締切り　7月31日（月）

空いている時間にあなたの力を少しだけ貸してください。
大勢のご参加お待ちしています！

【お問合せ】社会福祉法人 白馬村社会福祉協議会　TEL 0261-72-7230 ／FAX 0261-72-7003

ワンポイント手話

テーマ『 待つ 』

右手の４指を付け根から曲げて指の背側をあごに当てる。

ありがとうございます

ご寄付をいただきました。
大切に使わせていただきます。

小谷稲子 様 ・・・・・・・・・・・・・・・・18,765円
信州継美隊 様 ・・・・バスタオル4枚、シーツ5枚
山岸速人 様 ・・・・・・・・ 米10㎏、タオル10枚
匿名 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・タオル80枚
匿名 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・タオル32枚
（順不同）

社協スタッフ紹介

～新規職員～

ヘルパーステーション
サービス提供責任者

高橋 政幸（たかはし まさゆき）

気持ちを込めた介護サービスを提供できるよう頑張ります!!

令和5年度　大北地域心配ごと相談日程表

7月

市町村	開設日	相談内容	時　間	場　所	問い合わせ先
大町市	7月24日(月)	心配ごと相談 司法書士相談	13:00～16:00 13:00～15:00	大町市総合福祉センター	大町市社協 ☎0261-22-1501

8月

市町村	開設日	相談内容	時　間	場　所	問い合わせ先
白馬村	8月8日(火)	司法書士相談	13:00～16:00	白馬村保健福祉ふれあいセンター	白馬村社協 ☎0261-72-7230
大町市	8月14日(月) 8月28日(月)	心配ごと相談 司法書士相談	13:00～16:00 13:00～15:00	大町市総合福祉センター	大町市社協 ☎0261-22-1501

9月

市町村	開設日	相談内容	時　間	場　所	問い合わせ先
白馬村	9月12日(火)	人権・心配ごと相談	13:00～16:00	白馬村保健福祉ふれあいセンター	白馬村社協 ☎0261-72-7230
大町市	9月11日(月) 9月25日(月)	心配ごと相談 司法書士相談	13:00～16:00 13:00～15:00	大町市総合福祉センター	大町市社協 ☎0261-22-1501

※池田町社協（☎0261-62-9544）、松川村社協（☎0261-62-9000）でも相談所を開設しています。

◆相談は全て無料です
◆相談内容は全て守られます
◆他の地域でも相談できます
◆お問合せは各社会福祉協議会へ

白馬村社協デイサービスセンター

岳の湯だより

玄関の張り絵は「アヤメ」、ホールは「紫陽花」で華やかになりました。

季節の行事「端午の節句」

菖蒲の色と香りで、皆さんいつにも増して気持ちよさそうでした。菖蒲湯効果で、暑い夏も元気に乗り越えられますね！季節の行事は、子どもの頃や若かりし頃の思い出話に花が咲き、ご利用者さんもスタッフも自然と笑顔があふれます。

「鯉のぼりどら焼き」はスタッフの手作りで、1匹ずつ焼いて顔と模様を描いています。

季節のおやつは「鯉のぼりどら焼き」でした。
可愛い見た目に皆さんの顔もほころびます。

午後のレク時間

午後のレクは週単位で変わります。レクと言っても、皆さん勝負ごとになると本気です。ナイスプレーには拍手が出るなど、盛り上がります。

様々なレクで楽しく頭や腕、脚、時には指先などを使えるように工夫しています。また、真剣勝負でドーパミンやアドレナリンなどのホルモン分泌にも期待しています！

白馬村社協デイサービスセンター「岳の湯」
〒399-9301 白馬村大字北城 265 番地 38　TEL 0261-85-0201 / FAX 0261-85-0333

この機関誌発行には、赤い羽根共同募金の配分金が使われています。　印刷：有限会社 北辰印刷