

こんにちは！



社 協

です

No.112

平成 28 年 3 月 1 日発行

社 協 広 報 紙

編集・発行

社会福祉法人 牛久市社会福祉協議会

<https://sites.google.com/site/ushikushakyo/>

自分らしく かがやく



誰もが安心して暮らせるまちづくりを
推進する牛久市社会福祉協議会では、
障がいのある方々が

「自分らしさ」を大切にしながら
輝ける場所や時間を提供する事業を
行っています。



目 次

P 1 福祉事業グループ

P 2 - 3

障がい通所サービス紹介

P 4 地区社協活動紹介

P 5 ふれあいサロン／シニアクラブ紹介

P 6 ボランティア・市民活動センター／
ふれあいサービス紹介

P 7 出前講座紹介

P 8 福祉タクシー券お知らせ／寄付

「自分らしく」輝ける場所に

～牛久市社協の障がい通所サービス紹介～

牛久市には、さまざまな障がいのある方々が暮らしています。身体障害者手帳、療育手帳等を持っている方だけでも約 3,000 人。手帳を持っていない方も含めると、相当数の方が何らかのハンディキャップを抱えています。

誰もが安心して暮らせるまちづくりを進めている牛久市社会福祉協議会では、障がいのある方が、その人らしく輝いて生活できるよう、身近な地域の支え合い活動である地区社協の支援を始め、ボランティア・市民活動の推進、各種相談事業等を行っています。

また、総合福祉センターでは、各種デイサービス事業を行っており、生活、リハビリテーション、就労、余暇、生きがいといったさまざまな側面への支援を提供しています。

デイサービスを利用されている皆さんがいきいきと輝いている様子をほんの一部ですがご紹介します。

新たな自分に チャレンジ!

牛久市地域活動支援センター 身体障害者デイサービス

視覚、聴覚、肢体など、さまざまな障がいのある方が利用されています。中途障がいの方が多いですが、日々のリハビリテーションやいろいろな工夫をしながら、また必要な部分はサポートも受けながら、「できない」を「できる」に変えていきます。

リハビリテーション



作業療法士の指導の下、関節の可動域を広げる運動や平行棒等を使い、リハビリを行っています。

創作活動



陶芸や籐細工、木工等、利用者様同士楽しく素敵な作品作りに取り組んでいます。

書道教室



ボランティアの方に先生として来ていただき、利き手ではない手で苦戦しながらも、納得のいく字がかかるよう練習を重ねています。

外出しクリエイション



趣味や興味を広げたり、普段の自主トレーニングの成果を発揮する場として行っています。筑波山を登頂することができました。

利用者様が作成した作品は、市内のイベントなどで販売もしていますので、機会があれば是非ご覧ください。

◇サービス提供時間：平日10:00～15:00(年末年始を除く)

社協の障がい通所サービスに関するお問い合わせは 電話 871-4384 FAX 871-4360
牛久市総合福祉センター内 牛久市社会福祉協議会 福祉事業グループまで

働く喜びや 生きがいも!

牛久市知的障害者デイサービス わくわく

知的障がいのある方が、作業（就労継続支援事業B型）や生活訓練（自立訓練事業）、創作活動（生活介護事業）などを行っています。たくさんの人に触れ合い、働く喜びや生きがいを感じながら毎日楽しく過ごしています。

生活介護事業

壁面作りやマット運動・散歩・外出・調理などを毎日楽しみながら行っています。
外出は季節を感じることができてみんなとても楽しみにしています。



自立訓練事業(生活訓練)

就労に向けた作業の練習や調理・掃除などの練習を行っています。
将来の目標に向かって毎日頑張っています。



就労継続支援事業(B型)

パンの製造・販売やスポンジの袋入れなどの軽作業をみんなで協力して行っています。
もらったお給料で、好きな本や洋服を買うのが楽しみです。

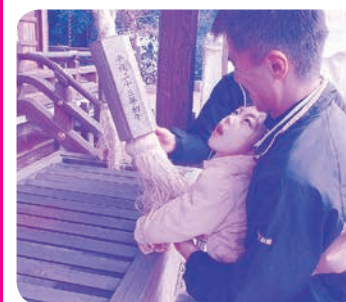


◇サービス提供時間：平日9:30～16:00(年末年始を除く)

挑戦・体験を大切に 子どもたちの可能性を

放課後等デイサービス すてっぷ

小学生から18歳までの障がいのあるお子さんたちが、放課後や学校が休みの日に楽しく過ごせる場所です。友だちと遊んだり、いろいろな体験を通して、学校や家庭とはまた違った時間を過ごしています。自ら学び挑戦する力を育て、子どもたちの可能性を伸ばしていけるよう、スタッフもさまざまな活動を提供していきたいと考えています。看護師が常駐しているので、医療的ケアが必要なお子さんにも、安心していろいろなことを体験していただきたいと思います。



お正月には、書き初めをしたり、女化神社に初詣に出かけたりしました！
昨年の夏には流しそうめん、クリスマスにはみんなで役割を決めて、ケーキ作りに挑戦しました。

◇サービス提供時間：平日15:00～18:00、学校休業日・土曜日9:00～17:00

「自分らしさ」を実現する お手伝いをしています

障害者相談支援事業所エール

障がいのある方のやりたいこと、理想としている生活の実現に向けて、一緒に考えるのが障害者相談支援事業所です。自分らしく生活できるよう、福祉サービスをはじめさまざまな社会資源を活用したプランを作成します。



◇サービス提供時間：平日・土曜日8:30～17:30(年末年始を除く)

電話 871-1841 FAX 871-4360

★ 地区社協の 活動紹介 ★

～お近くの方は、ぜひご参加ください～

牛久小学区地区社協

【問合せ】牛久小学区地区社協事務所 電話：873-1961

◇ サロンとまり木 ◇

牛久小学校区内に居住する65歳以上の方で、自己通所が可能な方を対象に、「サロンとまり木」が発足しました。利用には、介護保険制度における基本チェックリストを受けてもらう必要があります。

昨年12月18日より、毎週金曜日の運営が始まりました。活動は無理せず楽しく過ごせるよう工夫されており、参加者の方も、皆さんとお話しする時間を楽しみにしているとのことでした。

スタッフの方も、始まったばかりで、手探りで戸惑いながらも、参加者の方から教えていただくことも多いと、皆さん笑顔の絶えないサロンでした。



◇ 押し花サークル ◇



事務所が旧上町保育園へ移転したのをきっかけに、交流の場にしたいと、ご縁がありサークルが発足して、まもなく一年が経とうとしています。

この日は、多くの方が今年のカレンダーを作成していました。わきあいあいとしながらも、集中している姿が印象的でした。

行政区の垣根を超え、交流できる場として毎月第1・3金曜日の13時半～15時で行っています。興味のある方は、地区社協事務所へご連絡ください。



二小学区地区社協

【問合せ】二小学区地区社協事務所 電話：801-1294

◇ 田宮子育て出張広場 ◇

牛久市こども家庭課が行っている「子育て出張広場」が、田宮地区広場会議室にてオープンしています。開設日にはアドバイザーがおり、子育ての相談も気軽にすることができます。二小地区社協事務所ということもあり、世代間交流もでき、昨年には協働でクリスマス会を実施したそうです。散歩の範囲の身近な地域で、利用がしやすく、多くの方とのつながりもでき、子どもたちにとっても保護者の方にとっても過ごしやすい空間でした。

- ・対象：就学前のお子さんとその保護者
- ・開館時間：第2/第4火曜日 10：00～12：00
- ・利用料：無料



◇ 健康マージャン教室 ◇

今年で4年目に入った健康マージャン教室。「賭けない。飲まない。吸わない」を基本とし、コミュニケーションや頭脳ゲームとして注目されています。口コミで広がり、毎回20名近くの方が参加しています。中には、教室で初めて麻雀牌に触ったという方もいました。今後はより多くの人に参加していただくために、卓数を増やしていくそうです。健康増進のために興味のある方は是非、ご連絡ください。



- ・開館日：毎週木曜日
- ・開館時間：9：30～17：30
- ・一日の流れ：体操→カードで席決定→健康マージャン（70分交代）→お昼→健康マージャン再開→終了
- ・場所：二小学区地区社協事務所

～気軽に 楽しく 仲間づくり～

地域のふれあい・交流活動に参加しませんか！！

—こんな心配ごとや不安がある方はいませんか？—

今日も一日、
誰とも話していない。
このままではいかんぞ！



実家が遠くて、
育児の悩みを
相談する人がいません。
とても不安です…

—地域では、皆さんが楽しく参加できる活動がたくさんあります。ぜひご参加ください。—

お問合せは、牛久市社会福祉協議会まで、ご連絡ください。

～ふれあいサロン～

近所にお友達がなくて、なかなか外に出る機会のない方、ぜひお近くの「ふれあいサロン」へお出かけください。

ふれあいサロンでは、体操や手芸、歌やおしゃべりなど、みんなで楽しめる活動を行っています。

また、親子で参加できる子育てサロンは、お母さん同士の情報交換や子育て相談の場になっています。

どなたでも気軽に参加できるふれあいサロンは、牛久市70カ所（主に行政区会館など）で開催されています。

いつでも、お近くのサロンをご紹介しますので、ご連絡お待ちしております。



自然と笑顔がこぼれる みなさん

～シニアクラブ～



わなげで楽しく健康ライフ！！

シニアクラブは、長い人生で得た知識と経験を活かして、自らの生活と自分たちの暮らす地域を豊かで明るいものとするを目的に、生きがい・仲間・健康づくりや様々な社会活動に取り組んでいる高齢者の自主的な集まりです。

現在牛久市では、45の地域にシニアクラブがあり、皆さんスポーツや研修旅行など、日々楽しくいきいきと活動されています。

ぜひ、興味のある方は、シニアクラブで仲間づくりに参加してみませんか？

お住まいの地区のクラブが分からない方は、お気軽にお問い合わせください。

さあ、あなたも今日から “いきいきライフ！！”

ボランティア

ボランティア・市民活動センターではコーディネーターが常駐しており、皆様に合った活動をご紹介します、いつでも相談に応じています。ボランティア活動をはじめてみませんか！

▶ 231 団体、6,930 名が登録しています

センターには、さまざまなボランティア・市民活動を進める団体が登録しており、各活動を紹介しています。

主な活動分野は、次のとおりです。

- ・福祉関係 福祉施設での活動や障がい者支援など
- ・地域福祉 住民交流や防犯活動など
- ・子育て等 読み聞かせや親子交流など
- ・趣味芸能 趣味を生かした施設訪問など
- ・環境関係 公園等の環境保全やゴミ対策など



個人でできるボランティア活動もたくさんあります。自分の時間を、ボランティアで有効活用しましょう。

ボランティア・市民活動センター

当センターへ、お気軽にお越しください。

◆場 所

市役所分庁舎 1 階
(本庁舎側入口すぐ)

◆開館日・時間

月～土曜日 9:00～20:00
*17:30～20:00は予約
日 曜 日 9:00～17:00

*** 4 月より、
日曜日は休館となります。**

皆様のご理解とご協力を
お願いいたします。

ふれあいサービス

ふれあいサービスの協力会員になりませんか！
このサービスは、地域の皆様の協力による支え合い・助け合いの在宅福祉サービスです。
皆様ぜひご協力ください。

▶ ふれあいサービスとは？

高齢者や障がいのある方、またその家族の日常生活の負担を少しでも軽減するため、福祉に理解と熱意のある地域の方々の協力により行う、会員方式の有償の在宅福祉サービスです。

▶ 協力会員の活動内容

住居等の掃除や整理整頓、生活必需品の買い物など家事援助を中心とした活動です。

週に 1 日でも、1 日 1～2 時間でも、ご自分の生活に合わせて、無理のない範囲でご協力をお願いします。

* 活動中の事故に備えて、保険に加入していますので、安心して活動いただけます。

▶ お問合せ・お申込み

在宅福祉サービスセンター（社会福祉協議会内）
電話：871-1295 FAX：871-1296

活動の日を楽しみにしてくれて
おり、活動にも力が入ります。



ふれあいサービスを利用されたい方もお気軽に、お問い合わせください。

出前講座

福祉をもっと身近に学んでみませんか？
牛久市行政情報出前講座「知って学んで！おしえ隊」より福祉に関する「出前講座」を紹介します。
地域活動やサークル活動など、皆様ぜひご利用ください。

▶福祉について

- ・ボランティアに参加しませんか（社会福祉協議会）

活動内容や参加方法など、ボランティア全般について紹介します。また、車いす体験や高齢者疑似体験など、福祉体験講座も行います。



- ・在宅福祉サービス紹介講座（社会福祉協議会）

子育てサポートや高齢者、障がい者への在宅における福祉サービスについて紹介します。
(子育てサポート・移送サービス・有償在宅福祉サービスなど)



その他にも、次のような講座があります。

- ・ゲートキーパー養成講座
～自殺の予防と対応～（社会福祉課）

▶高齢者について

- ・認知症サポーター養成講座（社会福祉協議会）
認知症の基礎知識や認知症の方とその家族への関わり方についての講座です。
- ・高齢者のみなさんの生活を支援します（社会福祉協議会）
地域包括支援センターの取り組み内容について説明します。

その他にも、次のような講座があります。

- ・みんなのあんしん介護保険（高齢福祉課）
- ・高齢者福祉サービスについて（高齢福祉課）
- ・虐待について（高齢福祉課）



▶子育て支援について

- ・子どもの放課後（児童クラブ課）
- ・虐待について（こども家庭課）
- ・児童手当について（こども家庭課）
- ・児童扶養手当について（こども家庭課）
- ・保育園ってどんなところ（保育課）

▶障がい者について

- ・福祉のあれこれ（社会福祉課）
- ・障がい者総合支援法について（社会福祉課）
- ・障がい者通所事業の紹介講座（社会福祉協議会）
- ・権利擁護に関する制度や事業について（社会福祉協議会）

牛久市行政情報出前講座「知って学んで！おしえ隊」

◆利用できるかた

市内に在住、在勤、在学する 10 名以上で構成された団体、グループ

◆開催日時

平日は午前 10 時から午後 9 時まで。土曜、日曜日は午後 5 時まで。
但し、祝日並びに年末年始（12 月 29 日から翌年 1 月 3 日）は除く。

◆申込方法

開催予定日の 20 日前までに、**市民活動課**へ所定の申込書でお申し込みください。
(電話での申し込みも受け付けますが、後日所定の申込書を提出していただくようになります。)
電話 873-2111 内線 1634～1635（市民活動課）



平成 28 年度 福祉タクシー利用券の交付が始まります

重度の身体障がい者・知的障がい者・精神障がい者が通院等で利用するタクシーの「初乗り運賃」を助成する「福祉タクシー利用券」を交付します。

●対象者

市内に住所があり、次の①～③のいずれかの手帳をお持ちの方

- ①身体障害者手帳 1・2 級の方
- ②療育手帳 A、A の方
- ③精神障害者保健福祉手帳 1 級の方

※ただし、本人若しくは家族が、自動車税の減免を受けている方は対象外となります。

●交付開始日

平成 28 年 3 月 22 日（火）から交付開始
（現在交付されている方には事前に通知いたします）

●交付時間

午前 9 時～午後 5 時
月曜日～土曜日（祝日除く）

●交付場所 *問合せも同じ

社会福祉協議会事務所（市役所分庁舎 1 階）
電話：871-1295 FAX：871-1296

●申請に必要なもの

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかと印鑑（シャチハタ可）
※現在発行されている券の残部がある方は、ご持参ください。



心のこもった善意ありがとうございました （平成 27 年 12 月～平成 28 年 2 月）

皆様から心のこもったご寄付をいただき、心より感謝申し上げます。
この善意は、地域福祉充実のため、有効に使わせていただきます

（敬称略）

12 月	1 月
NPO 法人月曜クラブ ナショナルジオグラフィック日本版 1 年分 20,000 円、古切手	牛久市レクリエーション協会 20,000 円
(株)ヒュリカ 山田奈穂 ジャングルジム・コンビカー 5,000 円	やどかり介護・歩む 1,000 円
土浦友の会 梨本優 28,184 円、食器 5 セット	2 月 居酒屋すずらん 16,931 円
やどかり介護・歩む 1,000 円	(株)筑波クリーン 10,000 円
	染野良幸 2,702 円
	匿名 タオル 28 本

赤い羽根共同募金・歳末たすけあい募金のご報告

皆様の善意に感謝いたします。ありがとうございました。

（平成 28 年 2 月）

赤い羽根共同募金 上田雅代様 12,000 円 歳末たすけあい募金 山崎武治様 70,000 円



社会福祉法人 牛久市社会福祉協議会

「社協」は
社会福祉協議会の略称です。

〒300-1292 茨城県牛久市中央 3 丁目 15 番地 1
牛久市役所分庁舎内

総務 地域福祉
ボランティア・市民活動センター
電話 (029) 871-1295
FAX (029) 871-1296

地域包括支援センター
電話 (029) 878-5050
FAX (029) 871-0540

〒300-1214 茨城県牛久市女化町 859 番地 3
牛久市総合福祉センター内

介護保険
電話 (029) 871-0547
FAX (029) 874-3969
障害者通所 電話 (029) 871-4384
FAX (029) 871-4360
障害者相談 電話 (029) 871-1841
FAX (029) 871-1841

〒300-1221 茨城県牛久市牛久町 1606 番地
牛久市立向台小学校内

牛久ふれあい保育園
電話 (029) 873-9560
FAX (029) 873-9561

〒300-1207 茨城県牛久市ひたち野東 1 丁目 33 番地 6
ひたち野リフレ 1F

牛久ふれあい保育園ひたち野うつくし駅前分園
電話 (029) 873-2013
FAX (029) 873-2032

〒300-1211 茨城県牛久市柏田町 3047 番地 19
牛久市こども発達支援センターのぞみ園

電話 (029) 870-4320
FAX (029) 870-4350

〒300-1221 茨城県牛久市牛久町 2619 番地
牛久市立牛久小学校内

上町ふれあい保育園
電話 (029) 872-0358
FAX (029) 871-1713

〒300-1221 茨城県牛久市牛久町 280 番地
エスカード牛久 1F

上町ふれあい保育園牛久駅前分園
電話 (029) 871-6115
FAX (029) 871-6118

〒300-1288 茨城県牛久市久野町 725 番地
牛久市立奥野小学校内

奥野さくらふれあい保育園
電話 (029) 875-0056
FAX (029) 875-0630