

こんにちは！



社 協

です

No.151

令和8年1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

〒300-1292 茨城県牛久市中央3-15-1

牛久市役所分庁舎内

TEL 029-871-1295 FAX 029-871-1296

<http://www.ushikushakyo.jp/>

明けましておめでとうございます



ぶどう狩り

力強く 前進
午の如し



ウインドチャイム作り



さつまいも苗植え



枝豆種まき



ウインドチャイム作り

目次

表紙	シルバーウィング
2 p	会長あいさつ
3 p	介護保険事業の紹介
4 p	法人会員のご報告
5 p	法人会員のご報告

6 p	地区社協活動の紹介
7 p	地区社協活動の紹介
8 p	ボラセンニュース
9 p	ボラセンニュース
10p	寄付御礼、災害義援金募集

新年のごあいさつ

市民の課題に対応できる 体制づくりを目指す

社会福祉法人 牛久市社会福祉協議会
会長 沼田 和利



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は、当会事業運営に多大なるご支援ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、1970 年代前半の団塊ジュニア世代が 65 歳以上になる 2040 年代に向かい、少子高齢化は一層進み、介護や福祉における人材不足や社会保障費の増大など、深刻な課題が予測されています。また私たちを取り巻く生活課題、福祉ニーズも複雑化・複合化しており、このような諸課題に対応できる体制づくりが急務とされています。

牛久市社会福祉協議会は、地域の皆様をはじめ、社会福祉法人・福祉施設・事業所、関係福祉団体との連携・協力をこれまで以上に図り、これらの課題解決に積極的に取り組み、誰もが幸せに暮らせるまちづくりの実現に努めてまいります。

住民主体の支え合い・助け合い活動の基盤である地区社会福祉協議会の活動を支援し、元気で生きいきとした地域づくりを応援します。また、皆様のさまざまな困りごとや相談に対応できる、相談支援事業の強化を図ります。そして、地域や小学校と連携した保育園事業、福祉サービスの充実にも努めてまいりますので、ご支援とご協力を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

結びに、市民の皆様のご健康とご多幸を心より祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

ゆめまちネット

牛久市ボランティア市民活動ネットワーク

20 周年を迎えて

ゆめのあるまちづくりを目指し、平成 17 年 10 月の設立以来、牛久市のボランティア・市民活動のネットワークづくりを進め、今年で 20 周年を迎えました。

ゆめまちネットは、市内で活動する様々な分野のボランティア・市民活動団体等の有志で構成され、ゆるやかなネットワークをつくり、市民参画のまちづくりのため、お互いに活性化しあい、地域が元気になる協働活動を進めています。

「楽しくなるまち・ふるさと牛久」をモットーに、中心市街地の賑わいづくりを定着させるためエスカードシネマクラブの運営や、研修及び情報交換など、年間を通じて行っています。

今、ボランティアの数が減少しています。ボランティア活動は、新たな生きがいや仲間づくりにもつながります。皆さんも、ぜひ一緒にネットワークの輪を広げましょう。



【ゆめまちネット事務局】 牛久市ボランティア・市民活動センター 電話：870-1001

社協の介護保険事業を紹介します

要介護認定を受けた方が住み慣れた自宅や地域で安心して暮らし続けられるように、牛久社協では以下の事業を行っています

ケアマネジャー（居宅介護支援事業）

介護や支援を必要とする方の相談をお受けします。

連携

- 必要なサービスや支援について、ご本人やご家族と一緒に考えます。
- 安心して生活するための計画（ケアプラン）を作成します。
- 介護サービス事業所等と連絡を取り、必要なサービスができるよう調整を行います。
- 医療機関、民生委員やボランティア等、様々な機関とも連携します。

連携

ホームヘルパー （訪問介護事業）



ご自宅で自立した生活が送れるように、ご自宅を訪問して支援を行います。



（生活援助）

調理、掃除、洗濯、買い物等の日常的な生活の援助を行います。



（身体介護）

入浴、排泄、食事等の介助をします。また、ご自分で行えるよう一緒にいきます。

デイサービス （通所介護事業）

- ご自宅から通い、入浴、運動、創作活動、レクリエーション等を行っていただくことができます。
- お身体の状態に合わせて、必要な介護や支援を行います。
- ご自宅からの送迎も行います。

リフト浴

一般浴



おやつ作りレクリエーション



創作活動
（レジン液キーホルダー作り）



牛久社協フェイスブックで活動を紹介しています！

理学療法士による機能訓練



お食事＆
ティータイム



外出レクリエーション
（りんご狩り）

介護保険だけでなく、障害福祉サービスの居宅介護として上記のサービスをご利用いただけます。また、障害福祉サービスの以下の事業も行っています。



（同行援護）

視覚障がいによって移動に困難がある方の外出に同行します。



（移動支援）

障がいによって外出が困難な方に対して、外出した際に必要なサポートをします。

【ご相談・お問い合わせ先】 社会福祉法人 牛久市社会福祉協議会 介護保険事業

住所：牛久市女化町 859-3 牛久市総合福祉センター内 電話：029-871-0547 FAX：029-874-3969

牛久小学区地区社協

上町、下町、刈谷、城中、新地、秋住団地、
牛久駅西ニュータウン



『いよしの郷カフェ』

地区社協事務所で毎月第三火曜日の午後 1 時から 3 時までオープンしています。8 月で 1 年になりました。来所された皆様にポイントカードを始めました。いっぱいになると飲み物が一回無料になります。地域の皆様どなたでも気軽にご利用いただけます。皆様のお越しお待ちしております。

『自転車安全運転講習会』

令和 8 年 4 月から自転車運転は、車と同様に反則金制度が導入されます。そこで地区社協では 7 月 24 日に牛久警察署交通課企画安全係長の富田広大警部補に講師を依頼し、自転車を利用する時のルールや自転車の点検方法を「ぶたはしゃべる」を合言葉に教えていただきました。

【連絡先】 牛久小学区地区社協事務所

住所：牛久市牛久町 2601 - 1

電話：029-873-1961



二小学区地区社協

本町、田宮、つつじが丘、第 2 つつじが丘、
エスカードビル、神谷二区



二小学区地区社協では、「飲まない」「吸わない」「賭けない」をモットーに、健康的で楽しい健康麻雀を開催しています。

この教室では、麻雀を通じて脳の活性化（計算や戦略を考えることで脳を刺激し老化防止や認知症予防に役立ちます）、交流の場（麻雀しながら会話をすることで地域コミュニティの活性化や孤立防止が期待されます）また、健康維持（指先を使いながら脳を働かせることで、心身の健康づくりに役立ちます）を図りながら、地域の仲間との交流の場を提供します。

初心者から経験者まで、どなたでも安心して参加いただけます。

●活動日時：毎週木曜日 9：15～16：00

●場 所：二小学区地区社協事務所

●参加費用：300 円 / 日 または、1,000 円 / 月

【連絡先】 二小学区地区社協事務所（担当：和泉勝）

電話 029-801-1294



おくの地区社協

小坂、小坂団地、向原、奥原、中央、大和田、
久野、報徳、島田、正直、井ノ岡、桂



今年度も、75 歳以上の独居者の交流の場「お楽しみ会」、奥野地区全体の交流の場「おくのふれあい祭り」を開催。

高齢化により「お楽しみ会」の参加者も増え、みんなで懐メロを元気よく歌い、楽しい集いとなりました。

「おくのふれあい祭り」も奥野地区以外の方々にも訪れていただき、奥野地区の活性化とともに、奥野地区を知ってもらう良い機会となっています。

祭りでは、牛久警察署に詐欺や忍び込み等の防犯講話もしていただきました。

人が集うことがなかなか大変な地区ですが、前記のような場も有効に利用し、一層地区社協の活動を進めていきたいと思っています。



神谷小学校区地区社協

栄東、神谷、かわはら台、柏田台、女化、
さくら台



神谷小学校区地区社協は、従来から実施してきたふれあい訪問や小中学校の環境整備草刈り作業の協力の他、11 月 8 日、牛久ウォーキングクラブの皆さんに協力いただき、歩け歩け大会を開催しました。中央生涯学習センターのロータリーに家族連れを含む 80 人が集合、栄町運動公園経由牛久市役所近隣公園、牛久シャトー前から、JR 牛久駅までの往復コースに汗を流しました。ゴールではお楽しみ抽選会。参加者は賞品を抱え家路に、楽しいひと時を過ごしました。

さらに、牛久市社協と共催で、全 3 回の「人生 100 年楽しく元気な自分づくり勉強会」を開催、1 回目は「100 歳まで歩けるために今できること」、2 回目は「おひとり様応援講座」を開催しました。転倒予防の要素を取り入れたエクササイズやシニアライフの悩み解決について、6 行政区の区民の皆さんと地区社協運営委員が参加して行いました。



お問い合わせは、牛久市社会福祉協議会まで 電話 029-870-1001

みなさん、地区社協の活動にご参加ください！

ボラセン NEWS

牛久市ボランティア・市民活動センター
(牛久市役所分庁舎 1 階)
電話 870-1001 E-mail:u-vc@ushikushakyo.jp
*ボランティア・市民活動センターは、市民の皆様の社協会費で運営しています

～住民相互の助け合い活動～ふれあいサービス協力会員養成研修開催

ふれあいサービスは、在宅で生活する高齢者や障がいのある方、またそのご家族の日常生活上の負担を少しでも軽くするため、家事援助などを行う活動です。

ふれあいサービスの活動に協力してくださる方を募集します。また、協力会員には活動費をお渡しします。

月に 1 回 30 分から無理のない範囲で始めてみませんか。ご協力をお願いします。

日 時：1 月 29 日 (木) 13:30～14:30
場 所：ボランティア・市民活動センター
対 象：市内在住で活動に関心のある方
内 容：事業説明及び講義
参加費：無料
申込み：1 月 23 日 (金) までに電話・直接お申込みください

重度身体障害者移送サービス事業協力会員養成のための説明会開催

重度身体障害者移送サービスは、重度身体障がいのある方に対して、病院受診など外出時の送迎をサポートする活動です。送迎車両は、社会福祉協議会の公用車を使用し、介護技術は不要です。また、協力会員には、活動費をお渡しします。

重度身体障害者移送サービスの協力会員養成に向けた説明会を行います。

興味関心のある方、ぜひ説明会にご参加ください。

日 時：2 月 5 日 (木) 13:30～14:30
場 所：ボランティア・市民活動センター
対 象：市内在住で次の要件に該当する方
①過去 3 年以上無事故無違反であること
②概ね 70 歳までの方
内 容：事業説明
参加費：無料
申込み：1 月 30 日 (金) までに電話・直接お申込みください

ボランティア・市民活動団体紹介コーナー

*当センターの登録団体

ペットロス・ハートケアインフォ

ペットロスの方を対象にした傾聴・お話会による自助サポートグループです。

核家族・単家族化が進む現代では、ペットは家族同然の存在ともいえます。

その反面、「ペット／動物」に対する価値観の違いから、ペットとの死別・生別による悲観（グリーフ）は、社会的に軽視されがちなのも事実です。そのため、深い悲しみや心労があっても他人や家族にさえ本音を話せず、心身の不調に陥っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

このような体験をされている方にご参加いただき、参加者同士、抱え込んだ本音を話すこと・聞くことにより、自己・他者理解を経て、心の整理につながればと思っております。癒しの場となるよう、活動を始めてまいります。ご興味ある方はぜひ Web サイトをご覧ください。

Webサイト
はこちら



広告掲載企業募集中

問合せ・申込みは
総務担当 電話：029-871-1295

しゃれ床 SUN 西口店 ☎029-874-4483
しゃれ床 SUN II 東口店 ☎029-871-3082
牛久駅近くの床屋です(年中無休)
カット+シェーブ+シャンプーセット
65歳以上シニア割 2,200円(平日のみ 税込)
冬の乾燥肌に男性保湿パック プラス100円でできます!
頭皮クレンジングのお客様には保湿パックサービス!
この広告 100円割引 有効期限 2026.2.28
ご持参の方

防災はお片付けから始めよう！

10 月 3 日、お片付け防災芸人赤プルさんをお招きし、生活支援体制整備事業とボランティア・市民活動センターの共催による研修会及びボランティア相談会を開催しました。

当日は 135 名の皆様にご参加いただき、日々の片付けがいざという時に自分の命を守ると、笑いを交えながら分かりやすく教えていただきました。ボランティア相談会にも多くの方にお立ち寄りいただき、関心のあるボランティア活動など紹介することができました。



令和 7 年度赤い羽根 地域福祉活動助成事業報告

助成団体から ありがとうメッセージ



牛久市社会福祉協議会では、社会福祉活動の増進を図るため、赤い羽根共同募金を活用し、地域福祉の向上につながるボランティア・市民活動に対して、その経費の一部を助成する事業を行っています。今回は、この事業を活用して取り組んだ団体の活動をご紹介します。

団体名 牛久朗読ボランティアの会

助成事業名 朗読・音訳を学ぶ講習会

牛久朗読ボランティアの会は、視覚障害者の方々に対する朗読・音訳活動を行っています。牛久市視覚障害者福祉協会や個人依頼の音訳、オリジナル CD 製作、対面朗読などを行っています。

今年度も講師をお招きし、「伝わる・伝える朗読」をテーマに講習会を開催しました。今回は、小説、落語、俳句など様々なジャンルの朗読を通して、より伝わる読み方を学ぶことができました。今後の活動に生かしていきたいと思ひます。

市民の皆様には、赤い羽根共同募金を通じ活動を支援していただいたことに深く感謝申し上げます。引き続き、視覚障害者の皆様とともに住みよいまちづくりに協力してまいります。ありがとうございました。



一級畳製作技能士の店

河合 畳 店

ハートフルクーポン券・各種クレジットカード
うれしくてカード取り扱いできます。
詳しくはホームページ『河合畳店』検索

牛久市南 ☎029-873-0199

土地・建物 現況のまま 即買い取ります！

＼地元で 30 年の実績／＼相談・査定無料／＼従業員全員が宅建士／
有限会社 ☎029-874-7000
マツザカハウス 県知事免許 (7) 5505 号
〒800-1222 牛久市南 1-15-6

心のこもった善意をありがとうございました

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。
(令和7年7月～9月末) ※敬称略

寄付金

- 藤田忠（7月・8月・9月分）・・・30,000 円
- やどかり介護・歩む（7月・8月・9月分）・・・3,000 円
- 牛久大仏・牛久浄苑・・・100,000 円
- ダンスサークル萌・・・20,000 円

寄贈

- 有限会社ティー・エヌ・ピー・・・文具 他
- 牛久市シニアクラブ連合会女性部・・・タオル 1,700 枚
- 小佐野ひわ子・・・未使用切手
- 高嶋学・・・タオル 10 枚
- 匿名・・・ホッカイロ 40 個



有限会社ティー・エヌ・ピー

災害義援金を募集しています

- ①令和6年能登半島地震災害義援金（石川県・新潟県・富山県）
- ②令和6年能登豪雨災害義援金（石川県）
- ③トカラ列島近海を震源とする地震災害義援金（鹿児島県）
- ④令和7年台風第8号に伴う災害義援金（沖縄県）
- ⑤台風第12号災害義援金（鹿児島県）
- ⑥令和7年8月豪雨災害義援金（鹿児島県）
- ⑦令和7年8月豪雨義援金（熊本県）

※災害義援金の最新情報は本会ホームページをご確認ください

皆様からお預かりしました義援金は、全額が被災された方々に届けられます。

■寄付方法：市社協にお持ちいただくか、市内に設置中の募金箱へご協力をお願いいたします。

■募金箱設置：市保健センター、市社協、牛久シャトーレストラン・SHOP、ヤマイチ味噌、パンの店パヌトン、ポケットファームどきどきつくば牛久店、サワムラヤ靴店、不二家牛久店

自動販売機で気軽にできる“社会貢献活動”始めませんか？

寄付つき赤い羽根自動販売機のご提案

自動販売機のドリンクが購入されるたびに、一定額（または一定割合）が赤い羽根共同募金に寄付されます。自販機を設置する人、飲料メーカー、購入者の誰もが寄付者となる新しい寄付のかたちです。



- ①導入コスト不要！管理もお任せ！
- ②設置者の負担は変わりません！
- ③取扱商品や条件が選べます！
- ④社会貢献活動でイメージアップ！

【問合せ】 牛久市共同募金委員会（市社会福祉協議会内） 電話：029-871-1295



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。

牛久市社協 HP・facebook・X を
随時更新しています。ぜひご覧ください。

