

# あったかネットワーク

つながりを  
“ちから”に  
～つながりが地域を  
笑顔に変える！～

## 表紙紹介

地域活動支援センターの皆さんと豆まきならぬ、玉なげを行った様子（写真左）と、デイサービスセンターの皆さんと一緒に4m50cmの恵方巻を作った様子（写真右）です。季節のうつろいを味わう時間を利用者の皆さんと感じています。



デイサービスセンター



地域活動支援センター



## 主な内容

- 令和5年度赤い羽根共同募金報告…………… 2・3
- タクシー券申請書類の受付について／ボランティア登録・ボランティア活動保険更新のお知らせ …… 4
- ふれあいの旅／ひとり親家庭親子遠足（予告）／ファミリーサポートセンターの講座 …… 5
- 能登半島地震災害義援金／令和5年度介護職員初任者研修が修了しました …… 6

- まさちゃん家・くにちゃん家／系の紹介コーナー…………… 7
- 権利擁護講座／あったか健康掲示板…………… 8
- 弁護士法律相談・権利擁護講座・心配ごと相談／職員募集 …… 9
- 軽井沢GOGOウォーキング表彰式講演会 他 …… 10



# 令和5年度赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございました



**目標額 4,600,000 円 実績額 4,565,080 円** (令和6年2月9日現在)

【内訳】

◇戸別募金 (3,476 戸)	2,993,250 円	◇学校募金 (3 校)	8,638 円
◇法人募金 ( 229 件)	1,000,000 円	◇その他の募金 (イベント募金・募金箱他)	
◇職域募金 ( 504 名)	298,290 円		264,902 円

法人募金にご協力いただいた法人の皆様 (順不同・敬称略)

(株) 沢 屋	(有) 大坂屋家具店	(有) 軽井沢デリカテッセン	(宗) 神 宮 寺
(株) 曙 商 会	旧軽井沢ゴルフクラブ	ホ テ ル 鹿 島 ノ 森	(宗) 妙 順 寺
(株) 創 心 テ ク ノ ス	(株) 村 瀬 組	軽井沢ゴルフ倶楽部	笹 沢 建 設 (株)
(株) 佐 藤 肉 店	(宗) 寶 性 寺	(有) 軽井沢総合サービス	(有) クリ ー ン ラ イ フ
(株) 望 月 塗 装	(有) 市村水道設備	(宗) 泉 洞 寺	(株) レイクニュータウン
(株) 柳 沢 土 木	(株) イ ン テ ッ ク	(有) 軽井沢衛生企業	(宗) 密 蔵 院
(株) 栄 林	(株) 丸 山 工 務 店	(有) 山 幸	シ ン ビ 堂 薬 局
(株) 軽井沢乗馬倶楽部	つ る や 旅 館	(株) 中山のジャム	(有) マルヨシ不動産
NPO 法人スポーツコミュニティ軽井沢クラブ	渡 辺 商 会	(株) 碓 田	北野建設(株) 軽井沢営業所
ホテル音羽ノ森	(株) 白 山 商 会	や ま と 薬 局	ホテルマロウド軽井沢
アトリエ・ド・フロマージュ(株)	(有) 中 里	(株) 林 百 貨 店	(有) 森 角 工 業
(株) 井 上	(資) 旭 工 務 所	飯 田 マ ッ サ ー ジ	(福) 育 護 会
(株) 片山モータース	(株) 軽井沢IT経営センター	JA 佐久浅間 軽井沢支所	(株) 竹 内 工 務 店
(株) ネ ク サ ス	(株) マ ル ク	(株) 三 井 の 森	(株) 松 屋
(株) アドエイド	軽 井 沢 商 事 (株)	甲 田 事 務 所	(有) 高 橋 薬 局
(有) 丸山自動車整備工場	美 才 治 事 務 所	柳 沢 金 物 店	柳 沢 建 設 (株)
(同) 山下自動車整備工場	(有) セントラル自動車	(有) 軽 井 沢 観 光	(有) 軽 井 沢 ド ラ イ
(有) 甘利造園建設	(有) カ ワ ジ	(有) 土屋別荘管理事務所	ゆ う す げ 温 泉 旅 館
軽井沢マリオットホテル	(株) 軽井沢オートサービス	(有) ツ チ ヤ 企 画	(有) 渡辺自動車板金工業
丸紅南軽井沢別荘地管理組合	軽 井 沢 タ リ ア セ ン	(資) 武田モータース	寿 美 屋
かるいざわ敬老園	(福) 愛泉会 軽井沢治育園	(福) 法 延 会 静 山 荘	(株) サンファーム軽井沢
万 平 ホ テ ル	社会保険労務士行政書士麻生事務所	浅間観光タクシー(株)	(株) プ ラ ン ツ
(株) し げ た	大 日 建 設 (株)	税 理 士 法 人 ゆ い	(有) 浅 間 電 気 商 会
碓 氷 山 荘	し げ の 屋	ナ マ ス テ 軽 井 沢	ユ ー ア イ ト ラ ス ト (株)
(株) し む ら 薬 房	軽井沢彫 シバザキ	小 瀬 温 泉 ホ テ ル	(有) 一 彫 堂
(株) 浅 野 屋	フ ラ ン ス ベ ー カ リ ー	白 石 商 店	(株) つ ち や
岩崎建築設計事務所	軽 井 沢 ふ と ん 店	小 林 酒 店	軽 井 沢 コ ー ヒ ー (同)
三笠パーク管理事務所	矢野労務経営事務所	(有) 木 内 工 務 店	酒 井 化 学
(株) ヤ オ ト ク	ま す や	ス ポ ー ツ & シ ュ ー ズ カ ト リ	(有) 軽井沢エスケイ開発
ロイヤルリゾート(株)	草 軽 交 通 (株)	一 田 屋 旅 館	(有) 山 屋 商 店

旧軽井沢菊池動物病院	軽井沢地産(株)	第一交通(株) 軽井沢営業所	木戸内科医院
(有)リゾートライフ	はやしや	カフェ コンヴェルサ	(有)ジェントリィ
(株)村瀬工業	(株)エクセル軽井沢	(株)白樺堂	(株)あかつき
(株)ホーネッツ	ペンションあいあい	軽井沢書店	協和ビジョン(株)
トラットリアイルプリモパツ	おらが製菓	あさま医院	織田醫院中軽井沢診療所
らけっとくらぶ	美容室ステラ	軽井沢ガス(株)	軽井沢産業(株)
(有)アネスト企画	(有)清水板金	佐藤テレビ店	(株)シティープラン
大河建設(株)	太陽プラント(株)	(株)スター商会	第一建設(株)
(有)大和屋商店	(株)トキワ防災電設	千曲電業(株) 軽井沢支店	(有)宮沢水道
桐万薬局	広栄ホームサービス	(株)軽井沢テレビサービス	川島鋸店
(有)関モーターズ	相馬商事(株)セルフ中軽井沢営業所	興望館沓掛学荘	サトー衣料品店
福幸亭	(株)ますや交通	土屋歯科医院	美容室ルナ
パティスリーイロドリ	一品香	(有)ユキ電化	ろぐ亭
(財)セゾン現代美術館	ほぐし処 愉楽	(有)あらき	西武観光バス(株)
(有)エムエス工業	(有)軽井沢ガーデン	ヤマ犬猫病院	(医)團康会軽井沢團クリニック
(有)岩下建築	(有)共栄電気工事	(株)ユニマットプレシヤス中軽井沢カントリークラブ	竹花工業(株)
弥栄	塩沢建設	軽井沢ロンギングハウス	長野サイコン商事(株)
土屋電気工業	ゆとりろ軽井沢	NPO法人四季	(有)美鈴園
(有)東城印刷	ささくら	軽井沢クレーン(株)	長岡鉄工(株)
高沢産業(株) 軽井沢営業所	(株)松井	(福)法延会 軽井沢学園	エクシブ軽井沢
(株)巴組	(有)アーデン軽井沢	(有)佐藤造園	谷川建設(株)
オリオン(有)	(株)大進 軽井沢給油所	(有)アーデンホームズ	東急リゾート&ステイ(株)
(有)古越電気工業所	(有)青木工務店	カミーユ高原社労士事務所	軽井沢倶楽部 有明邸
(有)軽井沢コンサル	和	志な乃	軽井沢印刷(株)
(株)ツルヤ 軽井沢店	上田信用金庫 軽井沢支店	(株)エス・ケイ花企画	関所茶屋
軽井沢ロータリークラブ	ささざわ理容室	十二屋商店	軽井沢トヨタ自動車(株)
(有)マルサ商会	菊水	松葉タクシー(有)	長野県信用組合 軽井沢支店

## 令和5年度共同募金への御礼

今年度も共同募金運動にご支援くださいました皆様方に心より御礼を申し上げます。  
共同募金は「じぶんの町を良くするしくみ。」として、募金にご協力をいただいた地域の様々な福祉活動をはじめ、災害発生時には、災害支援のボランティアセンターやボランティア団体に資金面から支援することなどに役立てられています。

ご協力いただきました法人の皆様方にも、あったかネットワークでのご紹介にて御礼と代えさせていただきます。たくさんのご支援をありがとうございました。

今後も、共同募金運動に多くの皆様方のご理解ご協力をよろしくお願いいたします



皆様にご協力いただいた募金は下記事業に活用されます

**約7割が軽井沢町のために。**

♡高齢者事業♡

♡児童・青少年事業♡

♡障がい者事業♡

♡住民全般♡

**約3割が長野県の事業のために。**

♡安心・安全なまちづくり活動支援公募配分 ♡民間福祉施設整備配分 ♡災害支援ボランティア活動 等



令和6年度

# タクシー券（軽井沢町移送サービス利用券） 申請書類の受け付けについて

受付期間	令和6年3月21日（木）から令和7年3月末日	
対象者要件	世帯構成	○ 軽井沢町内に住所を有する ・ 一人暮らしの高齢者世帯 ・ 高齢者のみの世帯 等
	対象要件	○ 家庭において移送することが困難であること（交通手段がないこと） ○ 身体的な障がい等により通常の行動に支障があること（車いす利用者・視聴覚障がい者・歩行困難者） ○ 一般の公共交通機関の利用に支障があること
	利用範囲	<input type="checkbox"/> 病気等の治療のための外出 <input type="checkbox"/> 公共機関等での諸手続きのための外出 <input type="checkbox"/> 福祉施設利用のための外出 <input type="checkbox"/> 日常生活用品の買い物のための外出
備考	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 対象者要件にあるすべての○印に該当する必要があり、書類の審査により発券の可否が決まります。なお、詳細については問い合わせてください。</li> <li>・ 関係書類については、担当職員が自宅までお届けします。</li> <li>・ お申し込みの受付の順番で、利用券を発券するものではありません。</li> <li>・ この事業は、対象者の生活圏の拡大と外出の機会を確保するために実施しています。</li> <li>・ タクシーに乗車し、降車時の支払いの際にタクシー券を使用できます。</li> </ul>	
申し込み 問い合わせ	軽井沢町大字長倉 4844 番地 1 「木もれ陽の里内」 在宅生活支援係 ☎ 45-8508 ※平日9時～17時（土・日・祝日を除く）	



## 『ボランティア活動保険』『ボランティア登録』の更新時期です

ボランティアセンターに登録している団体・個人が加入できる『ボランティア活動保険』は年度更新です。新年度の活動に向け、ボランティア登録と併せボランティア活動保険の加入をお願いします。

### 《ボランティア登録》

登録形態により  
提出書類が異なります

#### ★ボランティア団体の皆さま

- ▼以下の2点を提出してください
- 『ボランティア団体 登録票』
- 『ボランティア団体 会員名簿』  
(団体作成の名簿で可)

#### ★個人ボランティアの皆さま

##### 町内社会福祉施設で活動している方

- ▷各施設のボランティア担当者に更新する旨を伝えてください。担当者を通じて登録手続きを行います。

##### 社会福祉施設以外で活動している方

- ▷『ボランティア登録票』を提出してください。



### 《ボランティア活動保険》

ボランティア活動中の様々な事故  
「ケガ」「損害賠償責任」を補償します。

- \* 補償期間 令和6年4月1日から令和7年3月31日
- \* 保険料（掛金） 一人 350円

#### 加入手続き

##### ★ボランティア団体

- ▷『ボランティア団体登録票』  
『保険加入者名簿』（団体独自のものでも可）  
以上2点の書類に**保険料**を添えてボランティアセンターまでお持ちください。なお、ボランティア団体の場合は加入人数15名までは社会福祉協議会で保険料を負担します。

##### ★個人ボランティア

- ▷『ボランティア登録票』の提出で加入となります。  
※手続き及び保険料負担は社会福祉協議会でを行います。  
※3月15日までに手続きを完了すれば、4月1日からの保険適応となりますが、それ以降は手続き申請時となりますので、ご了承ください。



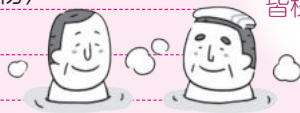
【問い合わせ】 ボランティアセンター ☎ 45-8113

# ひとり暮らし高齢者ふれあいの旅 参加者募集!

ひとり暮らし高齢者の皆様が、  
交流と親睦を深めるため、ふれあいの旅を実施します。

- 日 時** 3月13日(水)  
出発 8時00分 帰着 17時00分(予定)
- 行き先** 磯部温泉恵みの湯 こんにやくパーク(買物)
- 参加費** 1,000円(食事代込)
- 申込期間** 2月9日(金)～3月4日(月)

ゆっくり温泉に  
つきりながら交流の  
時間を楽しみましょう!  
皆様のご参加をお待ち  
しております。



【申し込み・問い合わせ】地域福祉係 ☎ 45-8113

## 令和6年度 ひとり親家庭 親子遠足(予告)

開催予定日 令和6年5月

- 行き先** 東京ディズニーランド
- 対象** 町内在住のひとり親家庭の親子
- 定員** 未定
- 参加費** 交通費無料(大型バス)  
入園料はご負担いただく予定です。



ひとり親家庭の会に入会していただくと、すぐにお知らせを受け取ることができます。  
まだ入会されていない方は、下記問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。  
なお、今回のお知らせは予定のため変更の可能性があります。

【問い合わせ】地域福祉係 ☎ 45-8113

## ファミリーサポートセンターの講座 を開催します

- 3月4日(月)** 発達障害への理解 8時50分～10時20分  
子どもの人権 10時30分～12時00分
- 3月5日(火)** 子どもの心の健康と生活習慣 10時00分～12時00分  
子どもの遊び 13時00分～14時30分

- 会場:** 軽井沢町中央公民館
- 定員:** 各講座15名
- 参加対象:** 町内在住で講座に興味のある方
- 参加費:** 無料(ご興味のある講座だけでも参加できます)

## 提供会員・依頼会員の交流会を開催します

**3月5日(火)** 提供会員・依頼会員交流会 15時00分～16時00分

**会場:** Sharot(シャルロット)ハーブティーカフェ  
軽井沢町長倉3215-21



Sharolt  
Herb Tea




- 定員:** 20名
- 参加費:** 無料

QRから  
申込できます

【問い合わせ】軽井沢町ファミリーサポートセンター ☎ 41-0608

# 令和6年 能登半島地震災害義援金 窓口取扱状況のご報告

	■社協窓口受付分：	株式会社 ホテル鹿島ノ森	様	50,000円
		有限会社 クリーンライフ	様	10,000円
		中軽井沢区会	様	47,000円
		軽井沢町建設業協会	様	50,000円
		岩井 美佐子	様	5,000円
		軽井沢町赤十字奉仕団	様	36,500円
		軽井沢ペンションフェスタ実行委員会	様	100,000円
		軽井沢ペンション組合	様	100,000円
		その他窓口受付分		75,954円 (順不同)

## ■募 金 箱：605,224円 (令和6年1月4日から2月15日現在)

社会福祉協議会窓口受付及び下記の町内5カ所に、募金箱を設置しておりますので、皆さまのご協力をお願いします。

なお、物品については取扱いしておりませんので、ご了承ください。  
ご協力いただいた義援金は、日本赤十字社長野県支部へ送金し、被災都道府県が設置する義援金配分委員会を通じ、被災地の方々の生活支援に役立てられます。

### 募金箱設置場所

- ①軽井沢町役場    ②中央公民館    ③木もれ陽の里    ④発地市庭    ⑤軽井沢病院

## 令和5年度 介護職員初任者研修が修了しました

昨年10月より木もれ陽の里で行われた4カ月間の研修には9名の受講者が参加され、修了試験に全員合格する事ができました。当会職員をはじめ、町内福祉施設職員で構成された実践経験のある講師陣から、介護職員に必要な知識・技術の習得に励んでいただきました。

介護・福祉需要がより高まる社会状況の中、有資格者の増加は心強く感じます。

皆さまのご活躍を、当会も応援しています。



### ～修了者の声～



- 講義と実際の介護現場での介護実習で介助の難しさや、声かけするタイミングの難しさ、体の使い方の大切さを学びました。
- ここで学んだことを活かし、今後の仕事に役立てたいです。資格を取得したことで自信につながりました。
- 教室での勉強や実技講習以外に経験したことがなかったので、実習を通して介護の仕方を見せていただき大変勉強になりました。



# まさちゃん家

新しい年を迎え獅子舞や餅つき、初詣に長倉神社へ行きました。暖冬の年末年始は、いつもと違う雰囲気でしたが、過ごしやすい日々となりました。



# くにちゃん家

おせち料理やお手製のおみくじを引いたり新年の気分を楽しまれた皆さま。今年も元気に過ごしていきたいと思います。



## 係の紹介コーナー

地域活動支援センター係



一人ひとりが活躍の場を。  
新たな一步を踏み出すきっかけになるように。



地域活動支援センターは、障がいのある方のサポートを行う施設です。センターでの日々のお仕事や季節の行事などの活動を通じて、地域の皆さんとのつながりやご縁を大切にしながら運営をしています。利用者みなさんが一人ひとりの得意なことを活かして活動することで自信を得たり、新たな体験を通して一步一步前進していくことができるよう、試行錯誤しながら支援を行っています。

ぜひ一度足を運んでみてください。職員一同お待ちしております。



# 令和5年度 権利擁護講座

と き 3月14日(木) 13時30分~15時30分

と ころ 木もれ陽の里 会議室1

内 容 成年後見制度について

講 師 佐藤郁恵司法書士事務所 佐藤郁恵 司法書士

募集定員 15名(申込先着順)



【申し込み・問い合わせ】 地域福祉係 ☎45-8113

第23回

## 『血流アップで、冷え予防を！！①』

### あったか 健康掲示板

身体をあたためるための運動やストレッチなどを紹介します。芯から冷え切ってしまう前に、“あたたまりやすい身体づくり”を始めてみましょう。冷えの原因はさまざまありますが、ここでは筋肉に注目して冷え予防を紹介していきます。

あたたまりやすい身体づくりのポイントは、  
**筋肉**にあり！

・冷え性の原因の一つに、筋肉量の低下が挙げられます。

⇒筋肉は関節を動かすほかに、身体の熱を生み出すという大事な機能があります。

⇒身体の熱量の約40%が筋肉で作られています。

・筋肉量が低下することで、身体が熱を発する力も低下してしまうので身体の冷えに繋がります。

⇒運動機会を確保し、筋力の低下を防ぐことが必要です。

○次回は『血流アップで、冷え予防を！！②』を予定しています。





## 弁護士法律相談・権利擁護講座・心配ごと相談



秘密厳守・相談無料

### 弁護士法律相談

と き	3月22日(金) 10時~12時
と ころ	木もれ陽の里 会議室1 (個別相談)
定 員	先着4名(要予約)
相談内容	法律に関すること等
相談員	五月女五郎法律事務所 五月女 五郎 弁護士



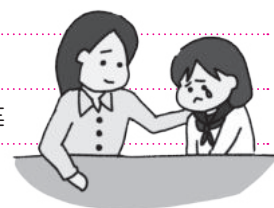
### 権利擁護講座

と き	3月22日(金) 13時30分~15時
と ころ	木もれ陽の里 会議室1
定 員	15名(申込先着順)
内 容	弁護士から学ぶ「暮らしに役立つ法律講座」~消費者トラブルについて~
講 師	五月女五郎法律事務所 五月女 五郎 弁護士

参加無料!

### 心配ごと相談

と き	3月11日(月) 9時30分~15時
と ころ	木もれ陽の里 会議室1 (個別相談)
相談内容	差別、いじめ、夫婦問題、生活での困りごと等
相談員	民生児童委員、人権擁護委員



【申し込み・問い合わせ】 地域福祉係 ☎45-8113

# 社会福祉協議会 パート職員募集!

このまちで暮らし続けたい!を支える  
介護、看護の仕事をしませんか。

- 募集期間 令和6年3月1日(金)から3月29日(金)
- 受付時間 平日8時30分から17時30分まで
- 職 種 介護職員(ヘルパー等)、介護福祉士、看護師
- 採用人員 いずれも若干名
- 選考場所 木もれ陽の里 他
- 選考方法 書類選考、面接(書類選考合格者)により決定します

※職種、賃金等詳しくは問い合わせてください



【問い合わせ】 総務係 ☎45-8113

# 軽井沢 GOGO ウォーキングフォーラム

※○日時 3月4日(月) 13時30分～15時30分

○会場 軽井沢町中央公民館 大講堂

○参加無料 ○定員 100名 ○申込メ切 3月1日(金)

※申込メ切を過ぎても参加を受け付けている場合もありますので問い合わせてください。



## 【第1部／13時30分～】

### 軽井沢GOGOウォーキング表彰式 「めざせ中山道制覇！ウォーキングマップ」



#### ～表彰項目～

完歩賞…ゴール達成者へ

ブロンズ賞…3年以上完歩した者へ

シルバー賞…5年以上完歩した者へ

ゴールド賞…8年以上完歩した者へ

健康大賞…ゴール達成者が多い地区へ

絆大賞…GOGOウォーキング参加比率が高い地区へ

※完歩しなくてもマップを提供することで地区のポイントになります。

## 【第2部／14時10分～15時30分】

### 記念講演 「いつまでも動き続けられるための身体づくりと仲間づくり」



元気な毎日過ごすための運動法や、運動が長続きするコツについての講演です。

講演中に椅子に座りながらできる運動も行います。

講師：<sup>くろみさわ</sup> <sup>せいや</sup> 榎澤 誠也 氏

JA長野厚生連佐久総合病院 佐久医療センター リハビリテーション科 理学療法士

仕事の傍ら自身も体を鍛え、ミスター&ミス・モデルジャパンにも出場し、関東大会グランプリ受賞、東日本大会3位入賞、日本大会4位入賞。

主催 軽井沢町社会福祉協議会 【問い合わせ】 地域福祉係 ☎45-8113

## 軽井沢町社会福祉協議会

〒389-0111 軽井沢町大字長倉4844番地1 木もれ陽の里内

\*事務局（総務係・地域福祉係）

☎45-8113 FAX 46-2116

E-mail : karuizawashakyo@orion.ocn.ne.jp



ホームページはこちら！

◀ 軽井沢町社会福祉協議会

<http://www.karuizawashakyo.com/>

ボランティアセンター ▶

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

