

「市社会福祉協議会」は、皆さんの参加と支えあいで福祉のまちづくりを進める社会福祉法に位置付けられた民間の福祉団体です。

〈発行〉社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会  
相模湖町地域事務所  
〒229-0192 相模原市相模湖町与瀬896  
相模湖総合事務所3階  
☎ 042(649)0202 FAX 042(649)0200  
Eメール sagamiko@sagamiharashishakyo.or.jp  
ホームページ http://www.sagamiharashishakyo.or.jp/

本紙は、偶数月20日発行です。

電話で！ 葉書で！ Eメールで！

## あなたの**笑顔**への便りが届きます！

### みんなの笑顔のスタートライン「いるかバンク」

右の写真をご覧下さい！素敵な笑顔でボランティアについて話しているのは相模湖町地区の「いるかバンク」登録者の皆さん。

「いるかバンク」はやってみたい活動・活動できる曜日・時間帯などを登録いただき、ボランティア活動を紹介する仕組みです。

登録は15歳以上(中学生を除く)であれば個人でも趣味のサークル等団体でもOK。現在、市内では519名と104団体が。相模湖では15名と10団体が活動中です。

登録者にはご希望に応じて電話・葉書・Eメール等でタイムリーな情報をお届け/無理なく楽しい活動をサポートします。

登録は、笑顔のスタートライン！そして登録した方には笑顔への便り(ボランティア情報)が届きます！

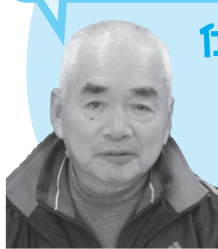
いるかバンクについてのお問合せは

さがみこボランティアセンター ☎042-649-0202

(相模湖町与瀬896 相模湖総合事務所3階)

Eメール sagamiko@sagamiharashishakyo.or.jp

仕事の合間に健康体操やイベントでの料理づくり等の活動をしています。「来てほしい」と頼まれることが大きな喜びですね。



倉田栄二さん

仕事の合間に

## 登録者の「笑顔」と「声」

退職後、広報を見て登録しました。これから高齢者のための活動が出来ればと思っています。



中久喜シモ子さん

スタートラインに立ちました



林ゆかりさん

子ども達に関わりたい

地域で子ども達に関わりたいと思って登録して、今年の夏は保育園の行事や小学生ボランティアセミナーのお手伝いをしました。たくさん地域活動が行われているのにびっくりです！大学の友達にも勧めています。もっと多くの人に登録してほしいですね。

福祉施設や団体のイベント等大忙しで活動しています(笑)。趣味の手工品を披露することもありますね。人と人のつながりが広がることが楽しいです。



遠藤光夫さん

趣味を活かして!

### 障害のある方のためのパソコン講座

～パソコンで写真をアレンジ!!～

日時：平成22年1月17日、24日、31日  
いずれも日曜日の午後2時～4時

会場：津久井生涯学習センター 1階会合室B(津久井町三ヶ木 414)

対象：市内在住で障害のある方 10名(申込順)

内容：パソコンを使って写真の取り込みをはじめオリジナルカレンダーやハガキ等を作成します

締切り：平成22年1月8日(金)

申し込み先：市社協 地域福祉グループ 電話 042(756)5034

Eメール：tiiki@sagamiharashishakyo.or.jp



### インフルエンザかなと思ったら

熱が出ても比較的症状が軽く呼吸や意識に問題がなければ、水分補給を行いながら、翌日まで待って医療体制の整った日中に「かかりつけ医」に受診しましょう。

なお、顔色がすぐれない、意識障害、けいれん、呼吸が速い、意味不明の言葉を言う、おう吐などがあればすぐに受診することが必要です。皆様のご理解とご協力をお願いします。(相模原市医師会)

### さがみこのサロン写真パネル展開催!

12月21日～1月20日 相模湖の高齢者・障害者・子育てサロンのパネルを展示相模湖総合事務所3階にて展示します。是非ご覧ください。また、様々な場所での展示ができればと考えていますので展示スペースを提供いただける方は市社協相模湖町地域事務所までご連絡ください。

### 相模湖地域包括支援センターからのお知らせ

### 転倒骨折予防教室のお知らせ

日程：平成22年2月16日、23日、3月2日、9日  
毎週火曜日 全4回コース

時間：午後1時30分～3時まで

会場：さがみ湖リフレッシュセンター(送迎バスが出ます。)

内容：講義、転倒予防体操、体力テスト、個別指導

対象：65歳以上で、「転ばないようにしたい」と日頃からお考えの方  
運動に支障がない方(申込み時に確認させていただきます。)

定員：15名(先着順…定員になり次第、締め切らせていただきます。)

費用：無料

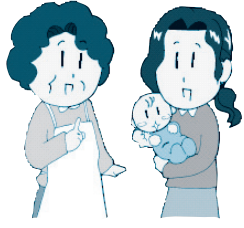
申込み・お問合せ：包括支援センター 担当：今井

電話042-685-1538 受付時間 平日の午前8時30分から4時まで



「この事業は、相模原市の委託を受けて実施しています。」

# 笑顔がいいね! 金曜日は子育て活動の日!



相模湖町地区は、実は住民による子育て支援活動がとっても盛ん。特に毎週金曜日、午前中(10時~12時)は地区内3か所で住民による子育て活動が行われています。子どもたちには、集団遊びや保育の場として、さらにはお母さん同士が子育てについて学ぶ場であり、情報交換の場となっています。

子育ての仲間づくりをしたい方、子どもと関わってみたい方、皆さん大歓迎。ぜひ一度のぞいてみてください。

### 子育てサークル



#### ひよこクラブ

会場：道志営農センター  
子どもどうして遊べるのがうれしいです。

### 子育てサークル



#### 小原ちびっこクラブ

会場：小原集会所  
地域の方(特におばあちゃん)に参加してほしいな~

### 子育て支援グループ



#### 夢・民(ムーミン)

※第1金曜日はお休みです  
会場：千木良公民館別館  
0歳児も参加して、楽しくワイワイと活動しています。

### 子育て支援イベントのお知らせ

## ♪ふゆのおはなし会♪

日時：12月23日(水)午後3時30分から  
会場：桂北公民館1階和室  
内容：とのさまサンタ、紙しばい 他  
♪お楽しみプレゼントもあるよ♪  
費用：無料です ※会員募集中です  
問合せ：藤田 TEL 684-4451  
主催：おはなしクレヨン

### こちらも知っておきたい! 市社協の子育て支援

## 相模原市ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートセンターは、地域において、利用会員(子育ての手助けを受けたい人)と援助会員(子育ての手助けを行いたい人)を結びつけて、子育てを助け合う有償の会員制の組織です。助け合いの仕組みですので、利用会員・援助会員(両方会員)にもなることもできます。

#### こんな時に利用できます

保育園・幼稚園・児童クラブ等の開始前後の保育や送迎、  
保護者の病気、リフレッシュ時の預りなど。

問合せ：市社協相模湖町地域事務所 電話 042-649-0202

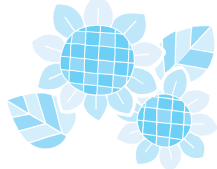


### 千木良中央地区「ひまわり」誕生

地域のボランティアの呼びかけにより9月に発足したばかりのサロンです。毎月第2火曜日午前10時~午後2時中央集会所に集まって、お茶飲み会を開催し、地域で取れた野菜の漬物等、それぞれの家庭の味自慢に笑顔がこぼれています。



おしゃべりが好きな中央地区のみなさま、お気軽にご参加ください。



### 相模湖町地区社協の活動紹介

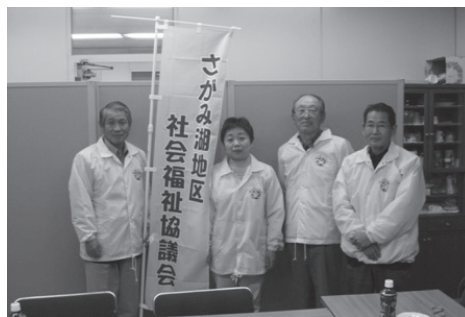
## みんなの心ひとつに合わせて大きな力

### 平成21年度ボランティア標語コンクール最優秀作品

相模湖町地区社協では、地域の福祉活動を推進するために様々な取り組みを行っています。その取り組みをPRするためにイベントコートとのぼり旗を作成しました。

すでに、10月18日(日)に開催した「福祉バザー」でお披露目されました。

今後、様々な事業実施の場面で活用していくとのこと。地区社協は地域に在住する皆さんの団体。次にイベントコートに袖を通すのは、この広報を読んでいるあなたかもしれません。ぜひとも多くの方の参加をお待ちしています。



モデルは地区社会福祉協議会の皆さん

黄色地に濃紺の文字という鮮やかなデザインです。カラーでお見せできないのが残念。ぜひ一度活動に参加して直接ご覧ください。



### 広告

## MACROS 介護タクシー マクロス

- お年寄りの方や、歩くのがつらい方のために車いすも準備しております。
- お買い物や通院、外出、小旅行に、また、付き添いの方も同乗できます。
- 年中無休・運転時間のご相談に応じます。【24時間・貸切も可能です】
- 予約制となっておりますが、空車の場合はすぐにお伺いさせていただきます。
- ご利用料金：一般小型タクシーと同様です。

相模原市福祉タクシー券ご利用できます。

TEL.042-686-6300 マクロス(株) 一般乗用旅客自動車運送事業許可 関自旅二第1198号

### 広告

## 篠原の里 交流センター

宿泊・研修・イベント

### 篠原でのんびりしよう

篠原の里は地域活性化のために立ち上げた NPO 法人「篠原の里」が交流プログラム事業、子育て支援事業を中心に運営しています。水源地域と消費地、山と海、農村と都市部を結び今までにない活動を提供しようとしています。

■施設 宿泊室(3部屋・畳敷き) / 研修室4室(最大150名ほどまで可能) / 食堂・談話室 / 土間 / シャワー4室 / 体験工房 / グラウンド

■使用料金 【布団宿泊】一般 3,200円 小学生以下 2,500円  
【寝袋宿泊】一般 2,700円 小学生以下 2,200円 【布団なしの幼児は無料】(布団45組・寝袋50セット) ●施設利用料 日帰り研修等(小学生以下半額) 研修施設利用料最初の2時間一人200円 以降1時間ごとに100円(備品使用可)

見学生日いただけます! 事前にお電話もしくはEメールにてご連絡ください。

特定非営利活動法人「篠原の里」  
〒229-0206 神奈川県相模原市藤野町牧野 2881  
TEL 042(689)2051 FAX 042(689)2077  
E-mail: shinoba@bz01.plala.or.jp http://www.ops.dti.ne.jp/~shinoba/



### 会員募集中

- ①正会員 入会金 3,000円 年会費 10,000円
- ②賛助会員 年会費 個人 5,000円 団体 10,000円
- ③特典 【割引】会員は宿泊料金 2割引き、日帰り研修等施設利用半額。割引の適応範囲は、個人会員は本人を含め5名まで、団体会員は全員に適用。