

きたかた 社協だより

よろこび多い
まちづくり



VOL.
78
令和8年2月1日号



サンタさん 来てくれたかな？

わくわく♪ちびっこ広場（塩川会場）では、
12月23日（火）にクリスマス会を開きました。

折り紙をちぎって、自分だけの、
世界にひとつのツリーを作りました☆

目次

- 2 第21回喜多方市社会福祉大会
- 3～5 ちいさなて優秀作文
- 6 社協トピックス
- 7 赤い羽根共同募金
- 8 ぼらせん通信

- 9 生活サポートセンターからのお知らせ・
成年後見相談センターより
- 10 地域包括支援センターからのお知らせ
- 11 寄付報告
- 12 インフォメーション

喜多方市
社会福祉協議会公式



喜多方社協HP



FACEBOOK

第21回 喜多方市社会福祉大会

令和7年11月13日(木)、喜多方市総合福祉センターにおいて第21回喜多方市社会福祉大会を開催しました。

第一部の式典は、喜多方市の社会福祉向上並びに共同募金運動に多大なご貢献をいただいた方々に対し、表彰状、感謝状の贈呈を行いました。

また、市内小中学生から募集した福祉作文「ちいさなて」の優秀作文の発表を行い、優秀賞の児童生徒の皆さんのボランティア活動体験や福祉に対する考えについていきいきと発表する姿に皆さん感心して聴いていました。

大会宣言では、この大会を契機として、市民一人ひとりが住み慣れた地域で安心して暮らせる福祉社会の実現に努めることを参加者一同誓い合いました。

第二部は、気象予報士の斎藤恭紀氏による「教えて斎藤さん！会津・喜多方の天気と防災」と題してご講演をいただきました。講演では、令和7年2月に会津地方全域で見舞われた大雪災害や、令和4年8月に発生した豪雨災害を振り返り、会津・喜多方地方の地形や地質との関連とともに何故災害が起こるのかといった内容や、クマの大量出没の背景にある環境変化や今冬の雪の予報等、テレビで拝見する際と同じくわかりやすくお話をいただき、聴講された皆様の防災意識を高めることができた貴重な講演となりました。



斎藤恭紀氏による記念講演



表彰状贈呈

福島県共同募金会会長感謝

共同募金運動を理解し
令和6年度において
多額の寄付をされた方・団体

- 風 間 英 範
- 齋 藤 マサ子
- 齋 藤 美枝子
- 坂 田 仁 一
- 塚 原 正 道
- 東 條 貞 一郎
- 原 重 助
- 会津喜多方ライオンズクラブ
- あいづ塩川湯川ライオンズクラブ
- 熱塩加納町赤十字奉仕団
- 一般社団法人 南町報徳社
- 医療法人 昨雲会職員一同
- 喜多方市ボランティア連絡協議会
- 喜多方佛教会
- 塩川町誘致企業協議会
- 満福寺

社会福祉大会会長感謝

社会福祉事業を理解し
多額の寄付をされた方・団体

- 齋 藤 祐 子
- 五十嵐 カツ子
- 齋 藤 勇
- 仲 川 喜代美
- 山 口 和 弘

社会福祉大会会長表彰

社会福祉事業を理解し
地域福祉の充実に尽くされた方・団体

- 齋 藤 勇
- 林 健 一郎
- 古 川 英 雄
- 矢 部 公 子
- 上 野 タケノ

受賞者一覧(順不同・敬称略)

福島県共同募金会会長感謝

共同募金運動を理解し
令和6年度において
多大な貢献をされた団体

- 喜多方市立 第一小学校
- 喜多方市立 第二小学校
- 喜多方市立 松山小学校
- 喜多方市立 第三小学校
- 喜多方市立 関柴小学校
- 喜多方市立 熊倉小学校
- 喜多方市立 慶徳小学校
- 喜多方市立 豊川小学校
- 喜多方市立 熱塩加納小学校
- 喜多方市立 堂島小学校
- 喜多方市立 塩川小学校
- 喜多方市立 姥堂小学校
- 喜多方市立 駒形小学校
- 喜多方市立 山都小学校
- 喜多方市立 高郷小学校
- 喜多方市立 第一中学校
- 喜多方市立 第二中学校
- 喜多方市立 第三中学校
- 喜多方市立 会北中学校
- 喜多方市立 塩川中学校
- 喜多方市立 山都中学校
- 喜多方市立 高郷中学校
- 福島県立 喜多方高等学校
- 福島県立 喜多方桐桜高等学校
- 喜多方佛教会
- 喜多方シテイエフエム株式会社
- 熊倉町民生児童委員協議会

令和7年度

児童生徒の福祉作文

「ちいさなて」

優秀賞
受賞作文の
ご紹介

本会では、未来を担う児童・生徒の皆さんの福祉への理解と関心を高めボランティア精神を育むため、市内の小中学校をボランティア活動普及事業協力校として指定し、各学校で行われる福祉教育を支援しています。

こうした学校のボランティアや福祉活動及び地域や家庭での福祉体験をとおして、日頃から感じている事などを子供たちの目線で綴って、福祉作文集「ちいさなて」として発刊しております。

以下の作文5点は令和7年度の「ちいさなて」より優秀作文として選考されたものです。



ボランティア活動の様子

令和7年度 児童・生徒の
福祉作文 優秀賞受賞作文

小学生の部

最後まで責任をもって

喜多方市立上三宮小学校 五年

庄司 優愛



私達五年生は、地域のゴミ拾いやそうじをしてきました。目的は駐在所のおまわりさんや郵便

局、公民館など、いつもお世話になっている方々に感謝の気持ちを届けるためです。みんなで協力してやろうと決めました。

地域をきれいにしたいので、やる気満々です。トンガやバケツを一輪車に乗せ、ゴミ袋を持って出発しました。日直の智華さんが、「出発進行。えいえい、おー。」とかけ声をかけました。それを聞いて私は、「一生懸命、きれいにしよう。」と心に誓いました。

最初に行ったのは、畑の水やりなどでもお手伝いをしてきている公民館さんです。そこに行くまでの道路には、空き缶やたばこの吸いがらがたくさんありました。私は「誰が捨てているんだろう。」と不思議に思いました。いかりがこみ上げてきました。

そのあと、学校の周りを歩きました。そこにもまた、たばこのゴミがありました。

た。しかも箱のままです。なんだか悲しくなってきました。こんなにたくさん捨てられているなんて…。しかも、私たちの学校の近くの…。もし火事になったらと考えたら、いやになりました。すぐ近くに草にまぎれて、大量のゴミがありました。お菓子の袋、手袋など、こんな所というものがばかりです。大人の人には気づかないのかなと思いました。

学校の周りにこんなにゴミがあるなんて思っていませんでした。

次の日、登校する時にその道を通ったら、またたばこの吸いがらが二個くらいあるのを見つけました。「またある。」と思ってしまいました。ゴミ拾いをする前は、「ゴミが少しあるな。」というくらいにしか思っていなかったが、自分達で拾うと、ものすごい量でした。

私達の学校の周りのゴミをなくすために、いい方法を考えました。

一つ目は、看板を作ることです。理由は、ゴミを捨てる人が看板を見たらきつとゴミを捨てなくなると思ったからです。

二つ目は、チラシを配るといいと思います。チラシをもらった人は、それを見て「ゴミを捨てないようにしよう。」と思うってくれるかもしれないからです。

三つ目は、声かけです。この辺にはゴミがたくさん落ちています。捨てている人を見かけたら声をかけてみてください。

みんながこれらの活動をすれば、多分ゴミが少しずつ減ってくるかもしれません。いつまでも、きれいな上三宮小学校でいられるようにしたいです。

自分にできることを

喜多方市立慶徳小学校 五年

土屋陽葵



今、日本は、「超高齢化社会」になっているそうです。高れい者の割合がとても増えています。

人は年を取るほど、認知症になる可能性が高くなります。認知症は、様々な原因で、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしまったりする病気だそうです。認知症になると、物忘れがひどくなったり、それまでできていたことができなくなったりして、今までと同じ生活ができなくなってしまう。治すことができない病気です。

私の家族で、大切な人が認知症になってしまったら、私は何ができるだろう。そう考えて、私は、夏休みにとなり町で行われていた「認知症の人に優しい声掛け訓練」に参加しました。この訓練は、認知症の人が道に迷ったとき、どのように声をかけてお手伝いしたら、その方が安心安全にお家に帰れるかを学ぶものでした。私は、アドバイスをもらいながら、認知症役の人に声をかけてみましたが、同じ話を何度も繰り返し返すので、お話を進めるのが思ったよりもむずかしく、うまくできませんでした。でも、認知症役のおばあちゃんが嬉しそうにしてくれたので、私も楽しくお話ができました。

認知症の方は同じ話を繰り返し、失

敗ばかり続いて気持ちが落ち込み、かなしい気持ちになるそうです。そして一番つらいのは、その人なんだということも学びました。だから私は、お年寄りが困っていたら助けてあげたい、何度同じことを聞かれても、何度でも教えてあげたいと思いました。この訓練で、認知症になっても、周りの人の手助けがあれば安心して生活が送れるということを学びました。

こんな話を聞きました。雨上がり、服がぬれて、髪の毛がばさばさになってしまったおばあさんが、小学生の女の子二人に「わたしのうちの力ギを知らない？」と声をかけてきたそうです。女の子達は、「不審者だ。」と思って、走って逃げたそうです。そのおばあちゃん、悪い人だったのでしょいか。私は、悪い人ではないと思いました。きっと本当に力ギを無くして困っていたのでしょい。だから、もし私がそこにいたら、いっしょにさがしてあげたい、それでも見つからなかったら交番や近所の大人を頼りたいと思います。

年を取って、認知症になってしまったり、体が思うように動かなくなってしまうたりする方もいます。でも、周りの人が、不安な気持ちに気付いて、優しく声をかけてお手伝いしてあげられたら、お年寄りも安心して暮らせそうです。見た目で決めつけないで、困っているお年寄りから逃げたりしないで、自分にできることをしてあげたいと思います。

いつか自分の大切な人達が年を取ったときにも、安心して暮らせるような社会のために、私の小さな力も役に立つと信じて。

私を変えた奉仕活動

喜多方市立慶徳小学校 六年

大竹そら



私は、あることをきっかけに、進んで地域のゴミを拾う清掃活動や文化財の汚れを落とす

環境美化活動に取り組むようになりました。自分でも今の姿には誇りをもっています。

小学校生活最後の年に起こった、私の気持ちを变えた出来事、このことを文章に表し伝えることで、同じような活動をしてくれる人が出来たら、そんな思いがわき出て、この作文を書いてみようと思いました。「ゴミの回収しないのかな。このままだとゴミがあふれて駐車場の境まで崩れてきてしまうよね。」神社の境内にある駐車場のゴミ箱にゴミが毎日少しずつたまっています。それがあと少しでこぼれ落ちてしまいうたつたのが心配で母に話しました。「このままだと神社にお参りに来た人たちに悪い気持ちを持たせてしまふよね。そんな気持ちを持たれたらいやだね。」母はそういうと、家に帰ってゴミ袋を持ってきました。そして、「ゴミ箱からゴミを取り出して、ゴミ袋に入れました。」

私はこの神社がとても好きです。ゴミが落ちている景色を見たくないし、観光客の方々にも見せたくありません。母が「ゴミ袋にゴミを移している姿

を見て、母も同じ気持ちなのだと感じました。「この神社は、私たちの地域の宝物だね、だから気づいた人が、みんなのために、ゴミを処理するしかないんだよね。」

みんなのために頑張ること、学校で学習したボランティア活動やSDGs活動の目標にそっくりだと思いました。

そんなことがあって、私は時間があると神社を訪れるようにしていました。すると、神社の遊具や駐車場のところに、落書きを見つけた。見つけた瞬間に、家に戻ってぞうきんを用意して神社に行きました。水でぬらしてこすってみると少しずつすくなっていくのがわかり、私は心がとてもすっきりし、笑顔で家に帰りました。「どうしたの、どこに行ってきたの。」母が言いました。「神社の遊具や駐車場に落書きがあったから消してきたんだ。」すると母はにっこりと笑って、「あの時のお母さんと一緒だね。とても嬉しいよ。ありがとう。」と話してくれました。

このことが、今の私を育ててくれた出来事です。どこにでもあり、だれもがしていることだと思うのですが、私にとっては、とても大きな出来事でした。

私は、神社の前を毎日の登校で通ります。神社の美しさを前よりずっと感じています。みんなのために何かをすることは、自分の心を美しくすることかもしれません。

「変わった私、伝わりましたか。」

中学生の部

介護ボランティアに参加して

喜多方市立塩川中学校 二年

佐藤 小夏



皆さんは「介護」ということに対してどのようなイメージを持っていますか？大変そう楽しそうなど人それぞれイメージは異なると思います。私は大変そうというイメージを持っていました。

私の祖母は、介護士です。毎日、家へ帰ってくる祖母が疲れ果てている姿を見ているので私は「介護」ということにあまり良いイメージを持っていませんでした。しかし、介護ということに今まで関わりがなかったで、サマーショートボランティアに参加することにしました。

初めは、自己紹介から始まりました。とても緊張しましたが利用者の方の温かい笑顔を見ると、少しずつ緊張が解かれていくような感じがしました。その後は、ぬり絵やお話などをして利用者の方と交流をしました。利用者の方から声をかけてくださったことが多く、私の緊張は完全に解かれました。

色々な方と楽しく沢山の会話をする反面、誰とも話さず外を眺めている方がいました。話しかけるべきなのかそでないのか迷いましたが、話しかけることにしました。「こんにちは。このぬり絵とてもきれいですね。」と声をかけました。しかし、その方の反応はありませんでした。ですが私はその方の笑顔を見ることができるよう

に、そばににいることにしました。少しずつでしたが会話をして、最後には笑顔を見ることができ、相手に寄り添い信頼関係を築くことの大切さを学ぶことができました。

交流の後はドライヤーがけを体験しました。今まで他の人の髪を乾かしたことがなく、とても難しさを感じました。ドライヤーの熱が当たって嫌な思いをさせることがないように慎重に乾かしましたが、隣の職員の方は素早く終わらせていました。焦ってしまい急ごうとすると利用者の方は優しく「全然ゆっくりで大丈夫だよ」と声をかけてくださいました。飲み物を渡す時も「ドライヤーありがとうね」と笑顔で声をかけてくださったので、とてもやりがいを実感することができました。

最後にオリエンテーションを行いました。温かい笑顔と拍手に囲まれ、自然と笑顔になり疲れも全てなくなるように感じました。そして、最後に玄関でお見送りをしました。全員の方が「若者からパワーを貰えて頑張れました。」や「これからもその素敵な笑顔で頑張ってください。」と声をかけて下さり胸が熱くなりました。車の中でも手を振っている利用者の方を見て心の底から参加して良かったと感じました。

一日という短い間でしたが、大変なことや介護について学ぶことができました。しかし、それ以上に楽しいことややりがいを感じる事が多く、祖母がどんなに大変でも介護士を何十年も続けている理由が分かったと思います。

私は、できる私達が、できない方を支え、利用者の方が笑顔で過ごせるような環境を作っていきたいです。この経験を生かし、相手に寄り添うことと笑顔を忘れずに過ごしていきたいと思います。

感謝の一言

喜多方市立山都中学校 三年

田代 詩衣多



私は、今まであまりボランティアに参加したことがありませんでした。学校や地域でそういう活動があることを知っていても、自分には少し関係がないと感じていました。ですが、そんな私がこれまでの生活で経験していたボランティアがあります。それは「山都町の町民運動会」です。私は中学一年生と二年生のときに、この行事にボランティアとして参加しました。

一年生のときは、正直に言えば「友達がいるから、私もやる」という軽い気持ちでした。ボランティアと聞いても大変そうだし、自分にできるのかなと不安もありました。しかし、実際に参加してみると、自分が思っていたよりずっと楽しく、そしてやりがいのある活動でした。特に、普段は話すことのない地域の方々と協力しながら準備したり、運営を手伝ったりすることで、学校生活だけでは得られない新しい経験ができました。

町民運動会での主な仕事は、競技の準備でした。例えば、ゴールテープの用意をしたり、各順位の人の誘導をしたり、得点係の方のお手伝いをしたりすることです。一見すると簡単な作業に思えますが、実際には競技をスムーズに進めるために、正確さ素早さが求められました。最初はうまくいかず、他の役員の方に助けてもらったり場面もありましたが、次第に「どうしたら速く準備できるか」「次の競技に向けて何をすればいいか」を考えながら動けるようになりました。すると、競技が予定通りに進んでいくのを見るたびに、「自分の小さな役割も役に立っているんだ」と実感できて、とても嬉しい気持ちになりました。

また、活動しているとき、地域の方々が「ありがとう」「助かったよ」と声をかけてくださったことがありました。たった一言でも心が温かくなり、自分の行動が誰かの役に立っているという喜びを強く感じました。普段の学校生活では、勉強や部活動で努力することが多いですが、その結果を「ありがとう」という言葉で直接返してもらえる経験はなかなかありません。その言葉の重みは、自分が想像していた以上に大きく、心に残るものでした。

二年生のときは、もう「友達がいるから」ではなく、「自分がやりたいからやる」という気持ちで参加しました。前年の経験が楽しかったこと、達成感があつたことが大きな理由です。さらに、「今年はもっと上手に役に立ちたい」と思い、積極的に行動できるようになりました。指示を待つのではなく、自分から「次は何をすればいいですか」と尋ねたり、友達と声を掛け合いながら効率よく準備を進めたりしました。その結果、一年生のときよりも自信を持って取り組めるようになり、ボランティアの魅力をより深く感じるようになりました。

この体験を通して、私は「ボランティア」というものに対する考え方が変わりました。以前は「特別な人がやること」と思っていました。実際は私のような普通の中学生でもできることがたくさんありました。そして、その小さな行動が地域の人の役に立ち、自分自身にも大きな喜びや学びを与えてくれるのです。ボランティアは、誰かのためだけでなく、自分を成長させる大切な機会でもあったと感じました。

今後、私は高校生になっても、こうした地域の活動に積極的に参加していきたいと思っています。たとえ小さなことでも、自分ができていることを見つけて取り組んでいきたいです。そして、将来は社会に出て、この経験を忘れずに「誰かのために行動できる人」でありたいと思います。町民運動会のボランティアは、私にとって初めて本気で取り組んだ活動でした。それは短い時間の出来事でしたが、大きな学びと気づきを与えてくれました。この経験を通して得た「感謝される喜び」と「自分も役に立っているという自信」を胸にこれからも成長していきたいです。

令和7年度介護職員初任者研修全課程修了

介護職として働く上で基本となる知識・技術を習得し、介護事業所での就労と定着化を目的とした介護職員初任者研修は11月22日に閉講式を迎えました。

延べ45日間、131時間の講義を修了した13名の受講生に修了証を交付しました。



ちびっこ広場クリスマス会

「わくわく♪ちびっこ広場」喜多方会場・塩川会場でクリスマス会を開催しました。クリスマスにちなんだ音楽に合わせて一緒に踊って、クリスマスツリーを手作りしました。サンタさんも登場し、楽しいクリスマス会となりました！



広げようふくしの輪 年末年始フードドライブ

～“きたかたふくしネットワーク”の取り組み～

市内の高齢者福祉事業に携わる社会福祉法人で構成されている「きたかたふくしネットワーク」は、協働で地域貢献に取り組み、地域福祉の向上を図ることを目的としています。

年末年始フードドライブとして、本会をはじめ、それぞれの法人で働く職員の皆さんに協力を呼びかけ、約1000点の食品や日用品の提供をいただきました。

寄せられた食品等は生活にお困りの世帯への配分や子ども食堂で活用します。

【協力法人・施設】

社会福祉法人啓和会、社会福祉法人高尚会

社会福祉法人天心会、ケアホームやまと、社会福祉法人喜多方市社会福祉協議会





赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございました



御 礼

今年度も赤い羽根共同募金運動が十月一日より全国一斉に実施されました。

市内小中高各学校や民生児童委員の皆様をはじめ、関係各位の多大なるご協力を賜り、十二月三十一日をもって募金活動を無事に終了することができました。

市民の皆様には、赤い羽根共同募金運動の趣旨をご理解いただき、地域のたすけあいの輪を広げるため、多くの心温まるご支援とご協力を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。

赤い羽根共同募金や歳末たすけあい運動へお寄せいただいた募金は、地域で援助を必要としている方への支援や、地域の社会福祉の増進のための活動等に役立てられます。

今後とも皆様の善意を様々ななかたちで、地域に根ざした福祉活動の拡充に努めてまいりますので、「じぶんの町を良くするしくみ」である共同募金運動への変わらぬご支援とご協力をよろしく願いたします。

令和八年二月

喜多方市共同募金委員長
喜多方市社会福祉協議会長

志田 公司



喜多方高等学校様



熊倉町
民生児童委員協議会様



喜多方市ボランティア
連絡協議会様



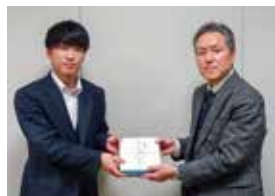
喜多方佛教会様



村松長泉寺募金会様



喜多方市
赤十字奉仕団様



医療法人昨雲会
職員一同様



第二中学校様



第三小学校様



山都小学校様



山都中学校様



一般共同募金

7,292,574円

歳末たすけあい募金

4,390,883円

寄付本事業へのご協力
ありがとうございました!



○寄付本による募金実績

39,014円

○寄付物品 本、漫画本、DVDなど

2,420点

地 区	一般共同募金	歳末たすけあい募金
喜 多 方 地 区	4,225,034円	1,402,443円
熱 塩 加 納 地 区	400,987円	534,484円
塩 川 地 区	1,740,461円	1,751,255円
山 都 地 区	589,333円	451,702円
高 郷 地 区	336,759円	250,999円

令和8年1月20日現在

ぼらせん通信

出張開催

「わくわく♪
ちびっこ広場
in めごぷらざ」
行いました！

12月24日(水)、アイデミきたかたで「わくわく♪ちびっこ広場in めごぷらざ」を行いました。ニューススポーツとしても楽しまれている「輪投げ」や、レクリエーションゲーム「ふくろう物語」を体験し、親子で楽しく、参加されている様子が見られました。



ボランティア活動保険について

ボランティアに関する
お問い合わせ

ボランティア活動保険は、ボランティア活動中の事故による「ケガ」や「損害賠償責任」を補償する保険です。社会福祉協議会では、ボランティア活動を行う際の備えとしてボランティア活動保険への加入を推奨しています。内容の詳細は、全国社会福祉協議会ホームページ「ふくしの保険」で確認することができます。または、下記までお気軽にご連絡ください。なお、3月より次年度のボランティア活動保険の更新手続きができますので、お忘れのないようお願いします。

	基本プラン	天災・自身補償プラン
保険料	350円	500円

喜多方市社会福祉協議会ボランティアセンター TEL 0241-23-3231

「令和7年トカラ列島近海を震源とする地震災害義援金」 及び「令和7年8月6日からの大雨災害義援金」 ご協力の御礼とご報告

本協議会では、被災者の方々を支援するため「令和7年トカラ列島近海を震源とする地震災害義援金」及び「令和7年8月6日からの大雨災害義援金」の協力の呼びかけを12月12日まで行ってまいりました。

お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社福島県支部及び福島県共同募金会を通じて、全額が被災地域に届けられました。

皆さまの温かいご支援とご協力に感謝申し上げますとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

「令和7年トカラ列島近海を震源とする地震災害義援金」 義援金総額 14,558円
「令和7年8月6日からの大雨災害義援金」 義援金総額 12,291円

✚日本赤十字社福島県支部喜多方市地区
✚福島県共同募金会喜多方市共同募金委員会

生活サポートセンターからのお知らせ

赤い羽根共同募金より助成をいただきました

福島県共同募金会の「令和7年度 生活困窮者への緊急支援活動助成事業」の助成を受け、食料品(米、麺類、缶詰、調味料、菓子、みそ汁等)や日用品(生理用品、おむつ)等のフードバンク品を購入させていただきました。

購入した食品等は生活にお困りの方に提供させていただきます。ありがとうございました。



じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金



こんなことで困っていませんか？

仕事のこと

- ・仕事が見つからない
- ・仕事が長続きしない
- ・働きたいが何から始めればよいかわからない
- ・社会に出るのが不安



お金のこと

- ・毎月の家計がうまくまわらない
- ・家賃や公共料金が払えない
- ・税金を滞納している
- ・借金の返済が大変
- ・子どもの学費がない



くらしのこと

- ・生活に不安がある
- ・家族が引きこもっている
- ・病気で働けなくなった
- ・病院へ行けない、治療費が払えない
- ・お金も食べ物もない



お困りの状況や生活を一緒に考え、整理していく相談窓口です。
状況に応じハローワークや他関係機関へも同行支援します。

相談
無料

秘密
厳守

です。

ご相談・お問い合わせは

喜多方市生活サポートセンター (社会福祉法人 喜多方市社会福祉協議会内)
☎0241-23-7373 までご連絡ください。



～「これからのこと」一緒に考えませんか？～

成年後見相談センターが実施していること

- 制度全般の説明・相談
- 適切な相談窓口、機関の紹介
- 制度の利用に向けた専門職への相談
- 申立手続きの支援
- 制度の利用を検討するための会議の開催
- 出前講座 など

成年後見相談センターでの相談は無料です。



ご相談・お問い合わせ

喜多方市成年後見相談センター

(喜多方市社会福祉協議会 権利擁護推進室)

〒966-0043 喜多方市宇上江3646番地1(喜多方市総合福祉センター内)

TEL.0241-23-7373
FAX.0241-23-3296

喜多方市地域包括支援センター からのお知らせ

みなさまの元気
応援します



日頃の習慣でフレイル予防！

寒い日が続き、家の中にいて動かないことが続くと、心身機能の衰えが心配されます。「フレイル」とは、高齢期に身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰えた状態をいいます。フレイルの予防・改善に取り組んでいきましょう！



フダン（普段）の生活の中で、こまめに体を動かす生活を心がけましょう



- 買い物 ●床ふき
- 庭掃除 ●ペットの散歩
- 階段昇降

など



レベルアップはあせらずに、楽しんで行える運動をコツコツ続けていきましょう



- いつもより少し速く歩く
- 軽い筋トレから始めて、「ややキツイ」と感じるころまでやってみる

など



イチニチ（1日）の食事量が少なくなっていないですか？
しっかり食べて体力向上！



- 1日3食いろいろな食べる
- 半年に1度の歯科健診でかむ力を維持する
- 誰かといっしょに食べる など



ルールは「ポジティブ思考」
前向き、自発的に人と交流する
機会を持って、毎日いきいき！



- 1日1回以上外出しよう
- 週1回以上交流しよう
- 月1回以上活動に参加しよう

東京都健康長寿医療センター研究所「健康長寿新ガイドライン エビデンスブック」より

★「最近身体が弱ってきて心配だ」「フレイルかもしれない」。そんな時は、地域包括支援センターにお気軽にご相談下さい。フレイル予防のための、さまざまな情報を提供いたします。

●本所 0241-21-8856 喜多方市総合福祉センター内

●熱塩加納サブセンター 0241-36-2336 ●山都サブセンター 0241-38-3139
熱塩加納保健福祉センター「夢の森」内 山都過疎高齢者生活福祉センター「しゃくなげホーム」内

●塩川サブセンター 0241-27-4047 ●高郷サブセンター 0241-44-7111
塩川保健福祉センター「いきいきセンター」内 高郷高齢者生活福祉センター「かたくり荘」内

営業日：月曜日から金曜日
(祝日、年末年始を除く)

8時30分～17時15分

17時15分～19時30分までは事前にご予約いただければ相談対応いたします。

「ご寄付ありがとうございました」

お寄せいただいた寄付金は、地域福祉向上のため大切に役立たせていただきます。
(令和7年10月1日～令和7年12月31日受付分) (順不同・敬称略)

一般寄付

〈喜多方地区〉

- ・慶徳公民館まつり
- ・株式会社レンナック喜多方事業所
- ・伊藤ひさ子
- ・キリスト教会ふじの枝

〈山都地区〉

- ・小林甚榮
- ・鈴木立子

物品による寄付

〈喜多方地区〉

- ・山口和弘
- ・大房淳一
- ・武藤顯夫
- ・木戸京子

〈塩川地区〉

- ・秋山邦彦
- ・結城志英吉

〈山都地区〉

- ・田所千代子

〈高郷地区〉

- ・伊藤文江
- ・折笠勇雄

〈高郷地区〉

- ・小林ゆり子

遺志による寄付

〈喜多方地区〉

- ・南町 三浦 拓行

豊川町高宮二区	伊関 勉
岩月町天井沢	若林 美羽
塗物町	井上 智
上富上宮二区	小椋 和洋
塗物町	蓮沼喜一郎
上三宮町岩沢	小田切正登
豊川町長尾	渡邊 敏明
豊川町太田	須田 寛
東四ツ谷	新田 智裕
関柴町平林	安部 博幸
塗物町	山中 覚雄
花園町	鶴巻 広一
熊倉町館	石川 和彦
熊倉町七本木	佐藤 利一
寺町一区	植田 剛
関柴町平林	伊藤 金慈
塗物町	大竹由記子
寺町一区	大橋 智
松山町坂井	上野 京子
関柴町上高額	齋藤 隆志
新潟県新潟市	田中 孝夫
松山町北桜方丘	西方 貴子
押切南	木町 哲也
豊川町荒分	佐野 圭一
豊川町菅井一区	立川 直美
岩月町稲村	遠藤 久憲
豊川町太郎丸	渡部 廣喜
	坂井 華江

松山町高宮一分	大房 隆
慶徳町舞台田	秋山 恭正
上町西区	山本 幸枝
慶徳町豊岡	棚本 弘隆
慶徳町舞台田	添川 一寛
熊倉町高柳	小野部一徳
熊倉町七本木	赤枝 高喜
東四ツ谷	風間 正行
新仲町	伊藤 正宏
松山町村松三區	吉田由美子
岩月町下台	小檜山琢也
岩月町上岩崎	池亀 寿道
栄町	芥川 清一
関柴町中里	鈴木 陽一
熱塩	安田 茂
新村	笠原 鉄男
日中	大澤 藤一
板の沢	山口 保夫
新崎	小椋 清一
水沢	小川 文洋
〈塩川地区〉	
万力	小室 達良
反田	中川 真洋
沖	金田 清子
田中	大堀 長武
第12区	真鍋由美子
中ノ目	山本 祐二

宮ノ目	安藤 英雄
西鑑召	鈴木 淳一
第2区	秋山 晃大
別府	石川 忠之
東常世	田澤 一夫
貝沼	福島 正博
新井田	鈴木 裕也
藤ノ木	渡邊 眞一
沖	鈴木いち子
〈山都地区〉	
下村	宮澤 朝夫
宮月	小澤 健人
賢谷	塩田フク子
一ノ木	高橋 孝男
早稲谷	安部 孝
広野	武田 義人
宮古	関口 輝彦
一郷	大塚 孝廣
〈高郷地区〉	
西羽賀	齋藤 康博
吹萩	長谷川光成
利田	長田 光好
吹萩	佐藤 浩
揚津	福地 善記
三方	中島 克弘
川井	荒明 澄雄

収集ボランティアにご協力ありがとうございます

ご協力いただいた皆様 ※順不同 敬称略

企業・団体

- ・清水食品株式会社 喜多方工場
- ・本田金属技術株式会社 喜多方工場
- ・豊川町長泉寺
- ・ふれあいの家
- ・喜多方市高齢者生産活動センター
- ・岩月公民館
- ・株式会社カネメ喜多方支店
- ・宮津書道教室
- ・松山公民館
- ・関柴公民館
- ・福田自動車钣金塗装所
- ・きたかた子育てサポートセンター
- ・きたかた商工会女性部
- ・会津北部森林組合
- ・JANA会津よつば女性部いいで地区
- ・山都町赤十字奉仕団
- ・喜多方市立山都中学校
- ・JR荻野駅

個人

- ・木戸京子
- ・岩本トミ子
- ・本多和利
- ・齋藤マサ子
- ・豊子安勝
- ・夏井美代子
- ・伊藤テル子
- ・齋藤健
- ・高久明子
- ・岩橋悦子
- ・田中節子
- ・田代喜代志
- ・渡部光男
- ・上味マリ子
- ・大塚千恵子
- ・鈴木立子



※アルタブのみでの収集は終了しアルミ缶での収集とさせていただきます。
なお、スチール缶は取り扱っておりません。
ご協力をよろしくお願いいたします。

喜多方市高齢者生産活動センター

いきいきチャレンジ! 体験教室 & 作品販売

- 日時 令和8年3月7日(土)～8日(日)
午前10時～午後1時30分
- 会場 喜多方市高齢者生産活動センター
- 販売 陶芸製品、裂き織り製品、手芸製品、
押し花絵製品を販売いたします♪



新規会員
募集中!

グループ	体験料	受入人数/内容	時間
手芸	600円	3名/日 つるし飾り(布)	1.5時間
陶芸	1,500円	10名/日 皿、茶碗など	2時間
織物	1,000円	10名/日 裂き織りテーブルセンター	2時間
押し花絵	1,000円	3名/日 押し花絵ブローチ	1.5時間
わら工芸	600円	3名/日 長ぐ縄	1時間

2月末
申込締切

体験は**事前申し込み**となります。
概ね**60歳以上**の方が対象になります。
また、体験料は一人あたりの料金です。



【お問合せ・申込先】
喜多方市高齢者生産活動センター
喜多方市岩月町宮津字火付沢3567-1
TEL0241-24-2297(月～金 8:30～17:15)

陶芸教室 会員募集のお知らせ

喜多方市社会福祉協議会塩川支所では「陶芸教室」会員を募集しています。

「生きがいづくり活動」の一環として、ろくろやたたき作り、手びねりなどの技法で、土のぬくもりを感じながら、陶器の創作活動をしてみませんか。

初心者の方でも、会員さんが丁寧にアドバイスをしてくれますのでお気軽にお申し込みください。



- 活動場所 生きがいセンター
(塩川保健福祉センターとなり)
- 募集期間 令和8年2月2日(月)～3月27日(金)
- 募集人数 若干名(火曜日・水曜日に活動できる方)
- 活動期間 令和8年5月～11月(週2回程度)
- 申込資格 概ね55歳以上で喜多方市民の方

【問合せ 申込み】 喜多方市社会福祉協議会
塩川支所 ☎0241-28-1254

令和7年度 ふれあい 社会福祉講座(後期)のご案内

社会福祉に対する理解と関心を深めるため、市民の皆様を対象とした『ふれあい社会福祉講座』を開催します。

毎年、各週にわたり全3講開催してきました本講座は、今年度は前期・後期の2回にわけて開催する事となりました。

- 後期 令和8年3月10日(火)
午後1時30分～3時
- テーマ 「あたまの健康について(仮)」
【講師】 くもん学習療法センター
認知症や脳に関する知識、脳をいきいきと活性化させるための具体的な方法について学びましょう。
- 会場 喜多方市総合福祉センター2階
多目的ホール(喜多方市字上江3646番地1)
- 聴講料 無料
- 問合せ先 0241-23-0345

詳しい内容につきましては、決定次第、本会ホームページ、Facebook及びチラシ等でもお知らせいたします。



※きたかた社協だよりの作成経費は、福祉活動支援金・賛助会員会費及び共同募金配分金等を活用させていただいております。