

# がけはし

第67号

令和6年  
2月1日

編集・発行/社会福祉法人長岡市社会福祉協議会 中之島支所

〒954-0174 長岡市中野中甲1666-2 TEL (0258) 66-0688 FAX (0258) 66-0689

## 笑顔のアタック

ボランティアスクール中之島キャンパス  
～パラリンピックスポーツ体験～

詳細は2Pへ

### 令和6年能登半島地震災害義援金募集

令和6年1月1日に発生した能登地方を震源とする地震により、北陸地方を中心に人的及び家屋への甚大な被害が発生しました。この災害により、被災された方々を支援することを目的に義援金を募集します。皆さまのあたたかい御支援、御協力をお願いいたします。

- 災害義援金募集要綱はQRコードからご覧いただけます。義援金の受付期間、振込受付口座等を確認できます。

※窓口による受付も行っています  
受付窓口：サンパルコなかのしま  
(長岡市共同募金委員会中之島分会)



この情報紙は、赤い羽根共同募金助成金及び介護サービス事業費により発行しております。



# ボランティアスクール 中之島キャンパス開校しました!!



10月31日(火)

## 第18回福祉のつどい 「笑顔×スポーツマンシップ×ボランティア」

『ボランティア』に笑顔×スポーツマンシップの視点を交えた講演会として、漫談家のメイミ様と長岡市スポーツ協会の室賀様を講師にお招きしました。それぞれの立場から普段聴くことのできない有益なお話しを提供いただくとともに、笑顔あふれる時間となりました。



### 参加者の声

- ・毎日の生活の中に笑顔が大切な事を知った
- ・メイミ様の笑顔が素敵。私も笑顔になりました
- ・スポーツで支えるという話はとても楽しく心に勇気をもらいました
- ・スポーツマンシップの認識が変わりました

11月15日(水)

## みんなで学ぼう① 楽しく明るく手話体験

長岡市手話サークルあゆみの会員様を講師にお招きして開催。ネイティブな感覚の進行で、参加者一同があっという間に日常会話を習得し、満足できる時間となりました。

### 参加者の声

- ・とても楽しく参加できました
- ・初体験でしたが自己紹介はできそうです
- ・もう一度手話がしたいです



11月29日(水)

## みんなで学ぼう② パラリンピックスポーツ体験

職員が講師となりシッティングバレーを体験いただきました。障害者スポーツの歴史からゲーム感覚での練習プログラムを経て試合を体験。終始笑い声の絶えない明るい雰囲気に入れられ、新しい顔のつながりをつくることができました。

### 参加者の声

- ・シッティングバレー最高でした。ぜひ次もやっていただきたいです
- ・とても楽しく参加することができました
- ・初めてのボール遊びで楽しかったです



たくさんの方からご参加いただきありがとうございました。来年度も皆さまにとって実りの多い事業になりますよう企画してまいりますので、ご期待ください!

この事業は社協会費・赤い羽根共同募金を活用しています。



# サンパルコなかのしま介護サービス



笑顔  
元気 信頼

## ネイル体験



## 稲島まいり



## お買い物ツアー

“ただいまーと”と“パコ”に行きました♪



## すこともWEB美術館作品展示



## すこともWEB美術館で作品をご覧になれます!

QRコードを読み取って、“すこともWEB美術館公開中!”をクリック→“サンパルコなかのしま”をクリックしてください♪



## ケアマネージャーより

住みなれた地域で暮らしつつげられるようにご本人、家族と相談しながら、サービスを調整させていただきます。

当事業所は、3人のケアマネージャーが対応いたします。よろしくお願いいたします。

ボランティア  
施設の見学  
介護の相談

随時受け付けています

TEL0258-66-0688



デイサービスセンターサンパルコなかのしま  
居宅介護支援サンパルコなかのしま

# 2月は高齢者見守り強化月間です

誰でもできる日頃からの見守り活動

ご近所の高齢者をみんなで  
あたたかく見守りましょう！

ご近所で声を  
掛け合いましょう。  
まずは日頃の  
「あいさつ」から

なにか悩んで  
ないかしら？  
ささいなことでも  
「助け合える」  
地域にしましょう。

普段と  
違うことがないか  
さりげなく見守る  
「気配り」を

あれ？いつもと違う…  
最近姿をみないな  
怒鳴り声が聞こえる!?  
車の運転が心配…  
知らない車が入り出している！

どんなささいなことでも構いません。  
地域包括支援センターへ  
お気軽にお聞かせください



まずは相談、聞いて安心。

(地域包括支援センターは長岡市の委託を受けた、高齢者の公的相談窓口です)

長岡市地域包括支援センター なかのしま・よいた (サンパルコなかのしま内)  
TEL0258-61-2600 / FAX0258-61-2606

地域包括支援センターから  
こんにちは

## 『配食サービス』を利用してみませんか？

65歳以上の高齢者の方が対象の、  
ふれあいや見守りを目的としているサービスです。

調理ボランティアさん  
手作りの出来立ての  
お弁当をお届けします



不明なことがありましたら、  
お気軽にご連絡ください！

【対象】 ・65歳以上のひとり暮らしの方  
・高齢者のみの世帯 (日中、高齢者のみになる世帯もお届けします。)

【利用料】 1食 300円

【弁当配達日時】

毎週金曜日10時50分～11時30分の間に、配達ボランティアさんがお届けします。  
※7月、8月は衛生管理の都合上、第1金曜日のみ配達します。  
※金曜日が祝日に当たる場合はお休みです。

【お申込み・お問合せ】

長岡市社会福祉協議会中之島支所  
(サンパルコなかのしま)  
TEL0258-66-0688

## サークル紹介コーナー

一緒に活動しませんか？

●**絵てがみの会 (年会費2,000円)** 担当：田井  
・毎月第4水曜日 9時30分～11時30分  
・会員12名で、テーマやモチーフ、言葉の書き方を  
シェアしながら、楽しい時間を過ごしています！  
・「日々是好日 今日という日を大切に生きよう！」



●**園芸サークル (年会費1,000円)** 担当：田井  
・毎月第2水曜日 10時～11時30分  
・会員10名で、園芸＆野菜に関することに限らず、  
楽しくアクティブに、フットワークよく！  
(お出掛け、介護予防講座、脳トレ (折り紙)、ク  
リスマス会、調理実習等)  
・人生は「今日行く！ (教育) Enjoy !」



●**手芸サークル (年会費1,000円)** 担当：内藤  
・毎月第1・3木曜日 10時～11時30分  
・参加者11名でわきあいあいと教え合いながら、パツ  
チワークキルトなどの作品を作成しています♡  
・お出掛けやクリスマス会なども行っています♪



見学もできますのでお気軽にご連絡ください！

場所：長岡市サンパルコなかのしま TEL0258-66-0688

## たくさんのご寄附を ありがとうございます



昨年、サンパルコなかのしまでは、数多くの  
個人・団体からご寄附をいただきました。いた  
だいた金品は、中之島地域の福祉充実のために  
役立てさせていただきました。みなさまからの  
善意、心から御礼申し上げます。

### ●2023年寄附実績 (敬称略)

6月12日	大谷内春美	2,840円
6月12日	中之島歌謡祭実行委員会	50,000円
11月14日	株式会社 第四北越銀行	チューリップ球根80球
12月14日	中之島県央ラジオクラブ	20,000円

●サンパルコなかのしまの活動はホームページからもご覧になれます。

長岡市社協

検索

