



大町市キャラクター
おおまびよん

＜お互いさまのまちづくり＞

第220号
令和4年10月1日

社協 おおまち



地域のつながり

～御朱印帳を持って
お出かけしませんか～

※詳細は2ページをご覧ください



主な内容

- ◆御朱印帳講座 2ページ
- ◆赤い羽根共同募金 3ページ
- ◆防災の話 4ページ

- ◆心配ごと相談 5ページ
- ◆お知らせ 6ページ

自分の身体の元気を保つために、 秋のお出かけしませんか



コロナ禍でも外出の機会を作っていたらこうと、9月15日に世界に一つだけの「御朱印帳講座」を開催しました。「手作り絵本汽車ぽっぽ」のみなさんを講師に迎え、表紙に自分の好きな色をつけ、松崎和紙を使った自分だけの御朱印帳を作りました。ものづくりを通じて今後の取り組みや交流の輪が広がりました。

御朱印帳づくりをした方もそうでない方も、市内にはたくさんの寺社があるので、外出のきっかけに仲間と出かけませんか？



協力グループのご紹介

手作り絵本サークル 汽車ぽっぽ

今から40年前「我が子のために母親が愛情をこめて作った世界でたった一冊の手作り絵本が長野県内を巡回する」というニュースを聞いて大町にもきてほしいとお願いしたことから活動がはじまりました。

今回も会員のみなさんが、大町市らしい御朱印帳にしようと、試作を重ね、松崎和紙を使った作品を参加者に指導いただきました。

- ご希望の方には会員の作成した松崎和紙で作った御朱印帳をお譲りします。
※材料費 1冊1200円
- 各地域での御朱印帳の出前講座のご希望があればご相談ください。
(大町市社協 電話 22-1501)



賛助会 歴史探索サークル

シニア大学のOBが在席する賛助会の歴史探索サークル(渋田見良典代表)の会員が作成した「仁科三十三番札所」「北安曇の神々の社」の紹介をしていただきました。

御朱印をもらえる寺社も紹介いただき、市内のみなさんの寺社巡りに一躍を担っていただいています。



赤い羽根共同募金運動が始まります！

募金活動期間
10月1日
～
12月31日

この運動は毎年、大勢の皆さんにご協力いただいております。
昨年は、**7,891,609円**の募金をいただきました。
今年は、**8,549,000円**を募金目標額とし、
ご協力をお願いすることとなりました。



地域で行われる高齢者や障がい者の交流事業や
子ども会育成事業への助成などに活用されます。

募金をする人にはこんな方法があります！

個別募金

自治会を通じた募金

職域募金

お勤めされている職場での募金

学校募金

小・中・高校
での募金



募金箱

以下の施設に募金箱があります

- 平、常盤、社公民館
- 大町、八坂、美麻総合福祉センター



安心・安全なまちづくり活動事業

昨今、日本各地では自然災害が多発している中、災害の備えを地域で行うことが重要となりました。その備えに対して共同募金の一部を配分し、助成する事業です。

《配分対象事業及び対象団体》

◆対象事業

①避難所用物品整備事業

- ・発電機・テントセット・投光器
- ・投光器スタンド・炊出用釜・発電式ラジオ
- ・ヘルメット・ポータブルアンプ
- ・マイクセット

②負傷者・要配慮者等移動用物品整備事業

- ・担架・車椅子・リヤカー

③救命物品整備事業

- ・AED・救急セット・救助用工具

④避難誘導用物品整備事業

- ・メガホン・無線機・ポータブルアンプ
- ・マイクセット

⑤防災物品保管庫整備事業

- ・防災物品保管庫倉庫（物置）

①～⑤の事業メニューのいずれか1つとし、それぞれ事業メニュー内にあげる物品のみ対象

- ◆対象団体 会則等を有する非営利団体で1年以上の活動実績のある住民組織
※過去に本配分を受けている団体は対象外

申請締切：11月18日（金）

申請・問い合わせ先：大町市共同募金委員会事務局（市社協内） ☎ 22-1501

災害非常食体験をしました

9月1日は防災の日でした。9月中、高齢者が集まる「ふれあいいきいきサロン」で災害非常食を体験しました。

ボランティアさんと一緒に、実際にアルファ米に水を入れわかめごはんの非常食を試食しました。「へえ～今は便利になったね」「お湯があればお湯で作った方がおいしいけど、水でも出来るんだね」「どこに売ってるの?」「いくら位?」など一人暮らしの方は「ちょっと面倒な時に日常の食事にしてもいいくらい」と非常食を常備することの大切さ、便利さが話題になりました。



防災士さんにインタビューしました

防災士は、「自助」「共助」「協働」を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動をしています。

市内には20名余りの有資格者がおり、14名が自主防災連絡会の専門部会員として活動しています。

日本防災士会長野県支部は、県内各地160名で活動しています。

防災への備え 地震編 《明日かもしれない…『その日』を考えよう》

自分の命を自分で守るために 自宅を「安全な場所」にする → 家具の配置を考える

玄関・廊下・出入口に
家具を置かない



家具が倒れる向きを
考える



<家具を固定する>

ネジ止め・ポール式器具(つつぱり棒)・ストッパー、キャスターのロック・滑り防止マットなど

揺れを感じたら…まずは落ち着いて自分の身を守る

- ①机の下などに身を隠し、クッションなどが近くにあれば頭部を保護する。
- ②揺れが収まったら、ガス器具の元栓を締め、電気器具のコンセントを抜く。
- ③わが家と周囲の安全を確認する。

寝ている時に地震がきたら…

- ①布団や枕で身を守る
- ②揺れが収まったら靴かスリッパを履く(ガラス等が散乱しているかもしれない)
- ③枕元には常に【靴・懐中電灯・緊急用ホイッスル(笛)】を用意しておくといいでしょう。

非常持出品(避難する際の最低限の所持品)と 備蓄品(3～7日間分)の 準備をしましょう

現金・貴重品やお薬・
おくすり手帳なども、
忘れずに。



指定緊急避難場所と指定避難所を 平常時に確認しておきましょう

- 指定緊急避難場所
…命を守るために逃げ込む場所
- 指定避難所
…命を守った後、一時的な生活をする場



特定非営利活動法人 日本防災士会 長野県支部 支部長 大久保 隆志
地域の防災の集いにもご協力いただけます。 連絡先：090-3143-4129 まで

一人で悩むよりも相談！
お気軽にご相談ください

社協の相談事業

事前予約にご協力ください ☎ 22-1501 (大町市)

心配ごと相談・司法書士相談

日々の暮らしの中の大小の悩み事について、解決の糸口を相談者とともに見い出していく相談窓口を開設しています。複数の相談員で相談に応じますので、お気軽にお電話ください。

大北地域心配ごと相談日程 10月・11月

10月	期 日	時 間	内 容	担当者	会 場	問い合わせ
	10月17日(月)	13：00～16：00	心配ごと相談	心配ごと相談員	大町市 総合福祉センター	大町市社協 ☎22-1501
		13：00～15：00	司法書士相談	司法書士		
	10月31日(月)	13：00～16：00	心配ごと相談	心配ごと相談員		
		13：00～15：00	司法書士相談	司法書士		
	10月11日(火)	13：30～15：30	なんでも相談	心配ごと相談員	やすらぎの郷	池田町社協 ☎62-9544
10月25日(火)						
10月5日(水)	13：00～15：00	生活相談 行政相談	民生委員 行政相談員	ゆうあい館	松川村社協 ☎62-9000	
10月11日(火)	13：00～15：00	心配ごと相談	人権擁護委員 司法書士 民生児童委員	白馬村保健福祉 ふれあいセンター	白馬村社協 ☎72-7230	
11月	11月14日(月)	13：00～16：00	心配ごと相談	心配ごと相談員	大町市 総合福祉センター	大町市社協 ☎22-1501
		13：00～15：00	司法書士相談	司法書士		
	11月28日(月)	13：00～16：00	心配ごと相談	心配ごと相談員		
		13：00～15：00	司法書士相談	司法書士		
	11月8日(火)	13：30～15：30	なんでも相談	心配ごと相談員	やすらぎの郷	池田町社協 ☎62-9544
	11月22日(火)					
11月2日(水)	13：00～15：00	生活相談 子育て相談	民生委員 児童委員	ゆうあい館	松川村社協 ☎62-9000	

長野県・大町市生活就労支援センター 「まいさぽ大町」

生活や就労でお困りの方の相談窓口を開設しています。

開設日程 月～金曜日(土・日曜日、祝日を除く)
8:30～17:30

日常生活自立支援事業

障がいや高齢により、ご自身で判断することが難しく、日常生活や財産管理でお困りの方。社協が金銭管理を含めた日常生活のお手伝いをします。

相談日 月～金曜日(土・日曜日、祝日を除く)
8:30～17:30

大町市社協「法人会費」にご協力お願いいたします

社協が目指す「誰もが安心して暮らし続けることができる地域づくり」の実現に向け、企業や事業所等の法人の皆さんにもご支援いただき地域福祉を推進します。

- 法人会費 1口5,000円
- 納入方法 ご賛同いただける企業、事業所は、当会までご一報ください。

ふれあいの窓 善意の寄附をありがとうございます

- 【現金】 編み物同好会……10,000円、徳竹三代子……30,000円
- 【物品】 東洋羽毛北信越株式会社…缶詰・レトルト食品ほか89品
大北地区労働者福祉協議会…米・レトルト食品ほか30品
秋津利紀…扇風機3台、青柳 靖…じゃがいも1箱
大町市商店街連合会……………ゆかたまつり景品52個
桜田町自治会……………非常食50食
匿名…手まり多数、安住養護学校大町地区PTA…雑巾20枚
- 【使用済み切手ほか】 市川尊典、匿名多数

敬称略 令和4年7月14日～9月15日受け付け分

参加しませんか？

子どもの居場所

9月からはじまりました！ こどもカフェ立田屋（場所：カウベル立田屋カフェスペース）

お菓子づくりの体験ほか

◆日 時 10月1日（土）・8日（土）・15日（土） 10：00～ ◆要予約 電話 22-0011

ほっとスペース（場所：大町市総合福祉センター）

◆日 時 10月15日（土）・29日（土）・11月12日（土）・26日（土） 13：00～15：00

◆主 催 つくしの会（太谷 優子・平林 みえ・吉岡 博子）

このみ子ども食堂（場所：南原町 鉄板焼きこのみ）

◆開催日 10月8日（土）・22日（土） 12：00～13：00 ◆要予約 電話 85-4468



参加者募集

今日 いってみる会！

いつまでも元気でいきいき生活するためにお出かけしませんか？ 10月はパラリンピックでおなじみのボッチャ体験をします。

◆日 時 10月4日（火）、25日（火）
両日とも10：00～11：00

◆持ち物 参加費100円
飲み物



ことことコットンウォーキング ～いつまでも自分の足と仲良く～

市内の綿を見ながらあるく、ウォーキングイベントです。今年は「歩き方教室」を一緒に開催します。

◆日 時 1回目 9月29日（木）
2回目 10月4日（火）
両日とも9：00～10：30

◆講 師 市立大町総合病院 理学療法士
栗林 伴光 先生

◆参加費 無料

◆申込先 大町市社会福祉協議会 電話 22-1501

雪かき支援員募集

有償のボランティアです。

◆報 酬 30分につき500円

※除雪機を使用した場合は、30分につき500円を加算します。

◆内 容 あらかじめ担当のお宅を決定し、降雪時、担当のお宅から直接支援員へ連絡があった場合に除雪を行います。

※応募いただいた方には、11月中旬ごろに説明会を開催します。

◆連絡先 大町市社会福祉協議会
地域福祉係
電話 22-1501



大北ブロックボランティア 地域活動フォーラムのご案内

大北地域で活動しているボランティアが集まり情報交換を行える良い機会です。活動をされている方、関心のある方お気軽にご参加ください。

◆日時 10月20日（木）13：30～15：45

◆場所 松川村多目的交流センター「すずの音ホール」

◆内容 基調講演

「気にかけてあつながり地球を救う！」

◆講師 ご近所福祉クリエイター 酒井 保 氏
・各市町村の活動紹介

◆定員 40人 ◆申し込み締め切り 10月6日（木）

「社協 おおまち」へのご意見、ご希望、投稿など皆さんの声をお寄せください。

〒398-0002 大町市大町1129 大町市総合福祉センター内

編集・発行：社会福祉法人 大町市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL22-1501 FAX22-7071

URL <http://www.omachishakyo.org/>

E-mail soumukikaku@omachishakyo.org