



こうふ社協だより

まごころ



第45回 甲府市社会福祉大会 開催

(令和4年11月18日(金) 甲府市総合市民会館芸術ホール)

大会スローガン

小林 かおる 様作

『ほほ笑みのキャッチボールでまちづくり』



演 題 「withコロナからafterコロナの時代へ
健康長寿を目指すために今日から実行したいこと」
講 師 医学博士、健康科学アドバイザー 福田 千晶 様

3年ぶりの開催となりましたが、当日は、地域福祉関係者など、約200名の方を迎え、式典では長年にわたり社会福祉に功績のあった方々を顕彰し感謝の意を表しました。

後半では、記念講演として、医学博士で健康科学アドバイザーである福田千晶様から『withコロナからafterコロナの時代へ 健康長寿を目指すために今日から実行したいこと』と題した講演をいただきました。



初代王者は 大国地区社協

12/4 に地区社協対抗のグラウンドゴルフ大会を初開催!

ファインプレー続出!

職員チームタジタジ

スポーツを通じた、普段とはまた違う雰囲気
交流を図れました。次回は目指せ優勝!!



会長、管理職で職員チームを構成するも、
地域の皆さんには敵いませんでした・・・



ふれあいネットワーク



社会福祉
法人

甲府市社会福祉協議会

〒400-0858 山梨県甲府市相生2丁目17-1
TEL 055-225-2116 FAX 055-237-1179

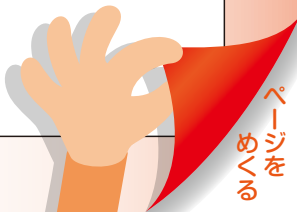


URL: <https://www.kofu-syakyo.or.jp/>



@738.jtvzp

検 索



ページを
めくる

令和5年 会長年頭の挨拶

新年あけましておめでとうございます。

皆様方には、おだやかに新春をお迎えになったこととお慶び申し上げます。

さて、昨年も新型コロナウイルス感染症は猛威を振るい当協議会におきましても事業の中止や縮小を余儀なくされましたが、その中でも感染対策を徹底し、工夫を凝らして新たな事業にも取り組んできました。

それでもコロナ以前のような交流機会の創出はなかなか困難で、地域における人々との繋がりや希薄化や支え合いの基盤の弱体化が進んでしまったと危惧しています。

しかし、このような時だからこそ甲府市社会福祉協議会の役割の重要性を認識する必要がある、これまで以上に地域に関わり、実情や課題を十分に把握する中でより効果的な事業の推進に努めていくことが重要だと考えています。

今年は卯年であり、「卯」という字が左右に開く門の形で、門が開いてとび出るといふ意味があることから飛躍の年とも言われていますが、地域福祉の推進に関わる全ての人々がより一層の工夫を凝らし、積極的に with コロナの時代に即した地域福祉の推進に取り組むことで、まさにこの1年を飛躍の年にしていきたいと思ひます。

皆様方には引き続き地域福祉の推進にご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様方のご健勝とご多幸を祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。



甲府市社会福祉協議会
会長 山田 文夫

第45回甲府市社会福祉大会にて表彰状の授与及び感謝状を贈呈しました

式典では、社会福祉の発展・向上に貢献された受賞者112名のうち、それぞれの受賞区分の代表者6名の方々に、表彰状の授与及び感謝状を贈呈しました。

受賞された方々のお名前は次のとおりです。



表彰状授与 26名・1団体 感謝状贈呈 57名・1団体・27法人 おめでとうございます

表彰(27件)

社会福祉事業功勞			
福祉推進員	飯塚 道元	千代田地区社協	
福祉推進員	橋本 けさみ	湯田地区社協	
福祉推進員	高添 裕一	富士川地区社協	
福祉推進員	中村 明彦	富士川地区社協	
福祉推進員	牧野 弘	富士川地区社協	
福祉推進員	武藤 力	富士川地区社協	
福祉推進員	山岸 一芳	富士川地区社協	匿名2名
配食V	赤池 茂男	国母地区社協	
配食V	櫻木 みな美	国母地区社協	
個人	鈴木 なをみ	甲府市視覚障害者協会	
団体	ライオンオカケ連	甲府支部(チーム富士や)	
地区社協役員功勞			
	島田 稔	富士川地区社協	
	平井 良知	富士川地区社協	
社会福祉施設設役職員功勞			
	雨宮 一浩	(福)清長会	
	飯島 猛雄	(福)善隣会	
	風間 憲二	(福)清長会	
	小畑 栄一	(福)山梨ライハウス	
	小林 康司	(福)山梨ライハウス	
	坂本 恵理	(福)善隣会	
	中川 涼子	(福)山梨ライハウス	
	永田 友美	(福)善隣会	

原 明美	(福)山梨ライハウス
廣瀬 由紀子	(福)善隣会
代永 秀明	(福)山梨県社会福祉事業団
代永 充弘	(福)山梨ライハウス

感謝状(85件)

社会福祉事業功勞			
福祉推進員	浅川 知海	池田地区社協	
福祉推進員	芦沢 茂雄	穴切地区社協	
福祉推進員	有野 けさ	富士川地区社協	
福祉推進員	安東 幸子	羽黒地区社協	
福祉推進員	飯島 直美	相川地区社協	
福祉推進員	飯田 君枝	春日地区社協	
福祉推進員	石川 由美子	伊勢地区社協	
福祉推進員	石坂 恵理	富士川地区社協	
福祉推進員	井上 敏雄	富士川地区社協	
福祉推進員	入倉 基公	穴切地区社協	
福祉推進員	臼井 正福	千代田地区社協	
福祉推進員	大久保 文子	玉諸地区社協	
福祉推進員	大城 秀子	大田地区社協	
福祉推進員	小河 一雄	富士川地区社協	
福祉推進員	梶原 徳昭	富士川地区社協	
福祉推進員	日下部 浩美	国母地区社協	
福祉推進員	久保寺 哲哉	山城地区社協	
福祉推進員	河野 誠輝	上九一色地区社協	
福祉推進員	興石 きくみ	貴川地区社協	
福祉推進員	斎藤 真	大田地区社協	
福祉推進員	佐野 祐次	国母地区社協	

福祉推進員	塩入 真克	富士川地区社協	
福祉推進員	堤 昌彦	富士川地区社協	
福祉推進員	寺島 伸明	北新地区社協	
福祉推進員	常盤 由美子	相川地区社協	
福祉推進員	苗村 久美子	玉諸地区社協	
福祉推進員	中沢 勝年	貴川地区社協	
福祉推進員	中澤 昌子	山城地区社協	
福祉推進員	早矢仕 仁	住吉地区社協	
福祉推進員	深澤 誠治	国母地区社協	
福祉推進員	丸山 富子	玉諸地区社協	
福祉推進員	森藤 純衣	玉諸地区社協	
福祉推進員	山田 弘之	春日地区社協	
福祉推進員	山野 賢一	北新地区社協	
福祉推進員	山本 強	玉諸地区社協	
福祉推進員	山本 光明	千代田地区社協	
配食V	相原 淑秋	匿名8名	
配食V	石原 忠臣	大田地区社協	
配食V	磯野 友良	大田地区社協	
配食V	磯野 友良	大田地区社協	
配食V	大城 秀子	大田地区社協	
配食V	橋本 けさみ	湯田地区社協	
配食V	篠原 安代	伊勢地区社協	
配食V	高松 幸恵	大田地区社協	
配食V	坪山 ユキ子	大田地区社協	
配食V	向井 福子	伊勢地区社協	
配食V	米山 一美	湯田地区社協	
		匿名1名	

大口寄付	
オリエンタル産業株式会社	
甲府東ライオンズクラブ	
特別会員感謝(個人)	中込 謹一
匿名1名	
特別会員感謝(法人)	
株式会社アサヒ総合サービス	
株式会社アセア技建	
株式会社内田印刷所	
株式会社エクシング甲府支店	
株式会社エクセレント	
有限会社荻野造園	
株式会社オズ・プリンティング	
共栄火災海上保険株式会社甲府支社	
一般財団法人甲府市勤労者福祉サービスセンター	
甲府東ライオンズクラブ	
株式会社五味新聞店	
株式会社タイアート三枝	
中山ユニホーム	
有限会社花寿	
株式会社樋川建設	
有限会社ファースト商会	
株式会社緑が丘設備	
有限会社山縣塗装店	
山梨グロブシップ株式会社	
山梨県遊技業協同組合甲府支部	
社会福祉法人友好福祉会	
匿名5件	(五十音順・敬称略)

介護ソフトでお困りですか？

導入検討から

保守・運用まで

手厚くサポート致します！



Ysk e-com

〒400-8560(専用郵便番号)山梨県甲府市湯田1-13-2

TEL:055-236-1111(代) FAX:055-236-1166

kk co.,ltd. 国際勧業株式会社

宅地建物取引業 システム開発・販売

<https://www.kokusai.co.jp/>

甲府市中小河原町532-1 国際ビル1F

TEL 055-243-1115 FAX 055-243-1139



甲府市社会福祉協議会の会員にご加入いただき ありがとうございました



今年度も自治会連合会、民生委員児童委員協議会、地区社会福祉協議会の多大なご協力により、個人・団体・法人等の多くの皆様にご加入いただき、令和4年12月2日現在で23,510,750円の実績となっております。頂戴しました会費は、地区社会福祉協議会などが取り組む地域福祉推進等の事業に活用させていただきます。

会員加入をいただいた団体等 (令和4年12月2日現在)

川田町自治会 (20)
貢川地区福祉推進員協議会 (30)
貢川地区民生委員児童委員協議会 (30)
甲府市ガイドヘルパーの会

甲府市子どもクラブ指導者連絡協議会
甲府市視覚障害者協会
甲府市自治会連合会
甲府市シニアクラブ連合会

甲府市女性団体連絡協議会
甲府市身体障害者福祉連合会
甲府市聴覚障害者協会
甲府市ひとり親家庭相談員会

甲府市母子寡婦福祉連合会
甲府市ボランティア団体連絡協議会
甲府市民生委員児童委員協議会 (20)
桜井町自治会 (20)
横根町自治会 (20)
和戸町自治会 (20)

※個人会費とは別に団体会費をいただいた自治会も掲載させていただいております。(五十音順・敬称略)
※一口5,000円以上でご協力をいただいております。

会員加入をいただいた法人 (令和4年12月2日現在)

(株) アイエム製作所
(有) あいヶアサービス
(株) アイメック
アサヒサンクリーン (株) 山梨営業所
(株) アサヒ総合サービス
(有) アスト企画
(株) アセラ技建
穴水 (株)
あめみや割烹 (20)
(有) アルファー・キッド
アルプス事務機 (有) (20)
(有) 飯田建材
(福) いきいき倶楽部 (20)
(株) 井澤
石川自動車整備工場
石原歯科医院
イチバン貿易 (有) (10口)
稲積神社
井上鋼材 (株)
今沢メンテナンス
ヴェオリアジェネッツ(株)
(株) ウカワ
(株) 内田印刷所
(株) エクシング甲府支店
(株) エクセレント
(有) 緑
(福) 大鎌田保育園
(株) オオキ
(福) 大里保育園
(有) オオノ
(株) オギノ下石田店
(有) 荻野造園
(株) 長田玉夫商会
(株) オス・プリンティング
(福) カリタスの園
北野医院
共栄火災海上保険 (株) 甲府支社
(有) 共栄小林
(福) 旭寿会
(福) くだま福祉会
国峰興産 (株)
グループホーム彦星
(有) 黒富士農場
(株) ケアフリー
(株) ケイエス・コバヤシ
(福) 恵信福祉会
(福) 恵優会
(株) 小泉中部

(福) 甲西厚生会
(株) 弘生会
(有) 河野モーターズ
(株) 甲府キンダイサービス
(一財) 甲府市勤労者福祉サービスセンター
(福) 甲府市社会福祉事業団
(公社) 甲府市シルバー人材センター
(福) 甲府市民生福祉会 (30)
(公社) 甲府市薬剤師会
甲府信用金庫本店営業部
(一社) 甲府地区建設業協会
甲府東ライオンズクラブ (20)
甲府冷暖工業 (株)
(株) 甲府ワインポート
(医) 考緑会二宮眼科医院 (20)
宏和建設 (株)
五光電工 (株)
(株) 五味新聞店
古守医院
(有) 坂本屋
(福) さくら会
(医) 笹本会 (60)
笹本板金
佐藤建材金物 (株)
三栄自動車工業 (有)
三英電業 (株)
三幸 (株)
(福) シーアンドシー福祉会
(株) シオザワ
(有) 塩澤塗装
(福) 慈光福祉会
(株) シダー (20)
(医) 篠原会甲府脳神経外科病院
(有) 篠原電研
(株) ジュエリー-RAON
(株) 正直堂
昭和建設工業 (株)
(福) 伸芽保育会
(福) 心和我
(株) ステップ・ケイ・スリー
(公財) 住吉偕成会 (40)
(福) 清翔会 (30)
(福) 清長会
積和建設西東京 (株) 山梨事業所
セコム山梨 (株)
セブンイレブン国母店
(福) 善隣会
(株) タイアート三枝

ダイイチ総業
第一防災設備工業 (株)
(福) 大寿会
(株) 竹中工務店山梨営業所 (20)
田原会計事務所
(株) 田丸
(株) 丹沢電機
(福) たんぽぽ康洋会
(独) 地域医療機能推進機構山梨病院
千野建材 (株) (20)
中部食品 (株)
(株) ツツキ通信特機 (20)
(株) テレビ山梨
天然酵母パン メイブル
(株) トップジュエリー
(福) 豊住福祉会
中込建設工業 (株)
(株) 永田工業所
(一社) 中道農産物加工直売組合
なかむら保育園
中山ユニホーム
(福) なのはな
日本連合警備 (株)
認定こども園新生学園
(株) ハギ・ボー (20)
(医) 八香会
(有) 花寿
(株) 樋川建設
(株) 平井
(株) 平塚メディカル
ファミリーマート甲府市場西店
(株) 富士グリーテック (20)
(福) 富士厚生会
不二製パン (株)
(株) ふじでん
富士冷暖 (株) (20)
(有) ブラザ開発
プリンセス天功エンタテイメント (株) (20)
(福) へいりん荘
(有) 保泉商事
(福) ホープ会
マルハン甲府店
(株) マルモ
(株) 緑が丘設備
(医) 葉袋内科循環器科医院
(福) 宮前福祉会
(有) 宮本商店
(株) メイキョー

明和工業 (株)
(福) 明和福祉会
(福) めぐみ福祉会
(医) 望月会
(株) 望月宝飾
八雲製菓 (株)
(株) やさしい手甲府 (20)
山岡看板工芸
(有) 山縣塗装店
(医) 山角会
(有) 山中商事
(福) 山梨檜の会
山梨貨物自動車 (株) (20)
(福) やまなし勤労者福祉会
山梨グローブシップ (株)
(公社) 山梨県看護協会
(一社) 山梨県建設業協会
山梨県護国神社
(福) 山梨県社会福祉事業団
(特非) 山梨県相続成年後見協会
山梨県遊技業協同組合甲府支部
(株) 山梨施設管理
(福) 山梨太陽の家
(株) 山梨地質 (20)
山梨トヨベツ (株)
(株) 山梨日日新聞社
(福) 山梨ライトハウス
(有) 山宮温泉
(福) 山宮保育会
山本基礎工業 (株) (20)
(同) 和らぎ
(福) 友愛福祉会
(福) ゆうき会
(福) 友好福祉会
(福) ゆうゆう
(有) ライフポート
(株) リーベン
(医) 立史会
(医) 立星会
(株) ルピナス
ロイヤルモデル
(有) 朗月堂
(株) YSKe-com (20)
(株) 若尾忠男商店
(福) 和告福祉会
(福) 和人会 (20)

※一口5,000円以上でご協力をいただいております。

(五十音順・敬称略)



赤い羽根共同募金へのご協力 ありがとうございました

多くの皆様からお寄せいただきました募金は、甲府市内の福祉施設、地区社会福祉協議会などの団体に配分され、地域福祉活動等に活用されます。

また、大規模災害が発生した場合は、県域を越えて被災地の復興支援にも役立てられます。

ご寄付ありがとうございました

- KDDI株式会社 様
- 志村 光 様

その他多くの方々からご寄付が寄せられました。皆さまからのご寄付は、地域福祉事業などに活用させていただきます。

知ってるけ？ 社会福祉 協議会



誰かのために
なりたいな～

ボランティア
センター
に行く

ボランティア
情報が手に入る！

配食
ボランティア
で活動始める！
(2マス進む)



災害発生！
災害ボランティア
センター
の運営を手伝う

健康の杜
アネシス
のマシンを使って
筋力アップ!!

社協の活動
を支える
応援団

社協会員
になって
地域を支える
(2マス進む)

各地で協議体
(話し合いの場) 拡大

集めて届ける
ボランティア



食料、子ども服、
使用済み切手、牛乳パック

もしかして
認知症かも…

中道
デイサービス
センター
に行く

地域包括
支援センター
に相談する

中道地区・
上九一色地区に
お住まいの方は
笛南ほうかつに相談

社会福祉大会
で今までの活動が
表彰された
(2マス進む)



身体のこと、
生活のことなど
心配が増えてきた

みなさんの困ったこと、やってみたいこと聞かせて下さい。

相川福祉センター	2/7	10:00~12:00	3/2	13:30~15:30
山宮福祉センター	2/16	13:30~15:30	3/7	10:00~12:00
貢川福祉センター	1/31	10:00~12:00	3/16	13:30~15:30
玉諸福祉センター	2/9	10:00~12:00	2/28	13:30~15:30
相生福祉センター	2/14	10:00~12:00	3/9	13:30~15:30
健康の杜・アネシス	2/2	10:00~12:00	2/21	13:30~15:30

福祉推進員
になって、
ご近所さんの
見守り・声かけ

**こちら
社協派出所**
でサロン設立の
相談をする

**公民館で
いきいきサロン**
を開催

市内で 573 名
が活躍中！



ご近所さん
トークに花が
咲く！！

上九の湯
でプチ旅行気分
(1回お休み)

60歳になった！

福祉センター
でやっている
イベントや教室に
参加してみる！

**笑顔ふれあい
訪問サポート**

ちょっとしたお手伝いを
してもらったり、
してあげたり。

大

どんな地域
にしたい？
**みんなで未来
の話をする**



福祉センターは
市内に 5 カ所
(玉諸・山宮・貢川・
相川・相生)

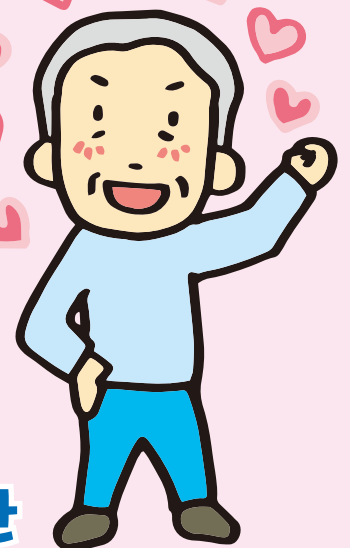
**社協と歩む
潤う毎日**

Goal!

ヘルパーさん
にきてもらって
身の回りのお手伝いを
してもらう

**福祉後見
サポート
ツアーこうふ**
を聞いてみる

**ふだんの
くらしが
しあわせ
っていいよな～♡**



甲府市ボランティアだより 110号

第4回「ふれあい交流フェスタ」

令和5年2月18日(土)10:00~15:00
甲府市総合市民会館 山の都アリーナ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、やむをえず2年間中止としておりました「ふれあい交流フェスタ」を3年ぶりに開催します。

フェスタでは、市内の中・高・大学生と、障がい児(者)団体、ボランティア団体等の皆さんが集い、活動紹介や体験ブース、舞台発表などを行います。

また、家庭に眠っている食器やリネン等、遊休品のチャリティーバザーやクッキー・パンの販売コーナーもあります。

是非、ご来場され各団体等の活動を知り・体験してください。
皆様のご来場をお待ちしております!



フードアプリケーション プラス 春

家庭や企業で余った食品や生活用品を寄付していただき、子ども支援や生活支援に関わる NPO 法人などを通じて必要とする方々にお渡しします。この取組は、SDGsへの取組に繋がるものであります。

長引く新型コロナウイルス感染症の影響などにより、まだまだ支援が必要な方がいらっしゃいます。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

●受付期間: 令和5年3月1日~17日まで 8:30~17:00 (土・日曜日を除く)

●ご寄付いただきたい食品

缶詰、インスタントラーメン、パスタ・うどんなどの乾麺、レトルト食品、海苔などの乾物、飲料、調味料、お菓子、お米 など

※賞味期限が明記され、3か月以上あるもの
※未開封で、破損など中身が出ていないもの
※お米は令和3年以降のもの

●ご寄付いただきたい生活関連用品

洗剤、漂白剤、除菌シート、シャンプー、石鹸、マスク、トイレットペーパー、ティッシュペーパー、生理用品、タオル類 など

●受付場所: 甲府市社会福祉協議会 ボランティア振興課 (甲府市ボランティアセンター)

甲府市相生 2-17-1 (甲府市役所南庁舎 1 号館 2 階) TEL: 055-223-1061



静岡市災害ボランティアセンターへの運営支援

甲府市社会福祉協議会では、災害ボランティアセンター設置時にその運営を円滑かつ的確に行うため、令和3年度に社協職員で構成される「災害ボランティアセンター運営チーム(通称 DVOT)」を編成し、平時から訓練等を行い、体制の整備を行っています。

そうした中、昨年9月に発生した台風15号により、甚大な被害を被った静岡市の社会福祉協議会から「静岡市災害ボランティアセンター」の運営支援への要請があり、静岡市民への支援と甲府市が自然災害を被った場合に備え、経験値を高めるため、DVOTメンバー2名を派遣しました。

今後は、その経験を活かし、訓練等を通じ、自然災害に備えてまいります。



災害ボランティア 事前登録者募集中!

甲府市社会福祉協議会では、大規模災害等発生時に甲府市が必要に応じ設置する、「甲府市災害ボランティアセンター」の運営を行ってまいります。

災害規模や状況によっては、県外ボランティアの受入に日数がかかる場合も考えられる一方、被災者には一日も早い、支援活動が必要となります。

こうしたことから、迅速かつ効果的に救援活動が行えるよう、甲府市民をはじめ、県民の皆様で災害ボランティアセンターの運営補助や被災者救援活動にお力をお貸しいただける災害ボランティアを募集しております。

※登録対象者や活動内容・登録方法など、詳しくは、甲府市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。





「ようふくりレー」へのご協力をありがとうございました。

「ちょっと着ただけだったのに・・・もう着られない。」など、子どもの成長は早く、子ども服はすぐ着られなくなってしまいます。数回しか着ていないのに捨てるのは「もったいない」そんな子ども服をお寄せいただき、次の子ども達に笑顔で着ていただくため、「ようふくりレー」を行ったところ、ようふく 4,539 枚、子ども用品 990 品ものご寄付をいただき、12月18日、19日の2日間おゆすり会（譲渡会）を開催したところ、子ども達はもちろんのこと、親御さんも大変喜んでおりました。ご協力誠にありがとうございました。

この取組は、SDGsへの取組に繋がるものであり、今後ともご協力のほどよろしくお願い致します。

※写真は、一昨年に開催した「おゆすり会」の様子です。

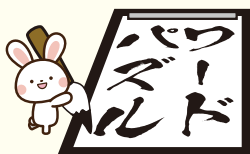


フードアプリケーション プラス 夏・冬 へのご協力をありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症の影響などにより、厳しい経済状況が続く中、子ども支援や生活支援を行うため、家庭や企業から食品や生活用品を寄付していただき、必要とする方々にお届けする「フードアプリケーションプラス」を7月1日～7月22日及び11月28日～12月16日までの2回実施したところ、多くのご家庭や企業の皆様から、たくさんのご寄付をいただき、誠にありがとうございました。

ご寄付いただきました食品や生活用品は、子ども支援等を行っているNPO法人などを通じ、必要とする方々にお渡しさせていただきました。

※写真は、ご寄付いただいた食品と生活用品の一部です。



お正月に関することについて、ヒント①～⑥を参考に、ワードパズルに「ひらがな」を当てはめ、㊦～㊴の文字を導き出して、答えを完成させてください。

ハガキでご応募いただいた正解者の中から抽選で5名の方に記念品をお贈りします。

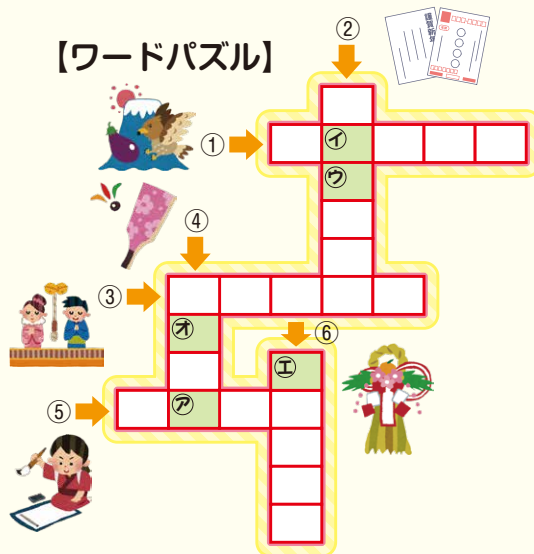
【ヒント】

- ①初夢で、見ると縁起が良いと言われているもの
→一富士、二鷹、□□□□□
- ②新年の挨拶と昨年の感謝の意を含めたハガキ→□□□□□□
- ③新年に、初めて神社やお寺にお参りすること→□□□□□
- ④年の始めに、「邪気をはねよける」という意味で行われていた板と羽を使った遊び→□□□□□
- ⑤1月2日に、墨と筆を使って、新年の抱負を書くこと→□□□□□
- ⑥厄払いとして、しめ縄に縁起ものを飾り付けたもの→□□□□□

【答え】※「ひらがな」で記入

㊦	㊧	㊨	㊩	㊪	㊫	㊬
---	---	---	---	---	---	---

【ワードパズル】



【応募方法】 ハガキに「答え」、「住所」、「氏名」、「連絡先」をご記入いただき、ご応募ください。(1月31日(火) 必着)
なお、当選者の発表については、記念品の発送をもって代えさせていただきます。

(答えは、ホームページで発表します。)

【応募先】 〒400-0858 甲府市相生2丁目17-1 甲府市社会福祉協議会 ボランティア振興課

お問合せ先

ボランティア振興課

TEL055-223-1061

〈笛南ほうかつ〉では、地域の介護予防に取り組んでいます

いつまでも
歩く力を
維持するために



1 きれいに
洗おう

2 クリームを
塗ろう

3 つめを
整えよう

4 合った靴を
履こう

足先のトラブルはありませんか？

今、世界的に SDGs（持続可能な開発目標）に向けて、取組が進められています。笛南ほうかつでは「持続可能な歩行能力」をテーマに、山梨県立大学の前川講師と共同でフットケア（足先のお手入れ）に取り組んでいます。

いつまでも健康で歩き続けるためには、足の筋力をきたえるだけではなく、足先のお手入れも大切です。

身体の土台である足先をきれいに保ち、サイズに合わせた靴を履き、体重をかけても痛まないように整えることが、安定した歩行につながります。



フットケアとあわせて隙間時間にやってみよう！

足の体操でフレイル予防



足の裏をほぐします

- ①足の指と手の指を交互に合わせる
- ②手足の指に力を入れてぎゅーっと握り合う



足裏の筋肉を鍛えます

- ①椅子に座り、足の下にタオルをしく
- ②足の位置は変えず、足の指だけでタオルをつかみ、たぐり寄せる



甲府市社会福祉協議会では、次の職員を募集しています。

- ◆ 笛南地域包括支援センター 主任ケアマネージャー（正職員）
- ◆ 訪問介護事業所 パートヘルパー・ガイドヘルパー（パート職員）

勤務条件など、詳しくは下記までお問合せください。

お問合せ先

【求人に関すること】

【フットケアに関すること】

在宅福祉推進課

笛南地域包括支援センター

Tel055-225-2117

Tel055-266-4220

相続登記はお済みですか？

（司法書士 / 行政書士）

甲府昭和合同事務所

お気軽にお問合せください。

中巨摩郡昭和町清水新居 1573 ウィングビル 203 号

TEL：055-242-6177

理化学分析機器・教育機器・保健福祉機器

実験施設設備品

(株) 三 枝 理 研

■住所 〒400-0861 山梨県甲府市城東2丁目14-10

■TEL 055(235)6278 番(代)

■FAX 055(237)3485 番

■E-mail: sgsriken@mx2.nns.ne.jp