2026.10
No.128

地域とつながる
地域をつなげる
地域の福祉情報誌

みなみうおぬま 社協だより

「社協」は社会福祉協議会の略称です

コンテンツ

- 八十周年　赤い羽根共同募金……2
- ご協力ください
  ライフ＆フードドライブ……3
- 夏休みボランティアワークショップ
  夏休みふれあい教室を開催しました…4
- 第4回 生活・介護支援サポーター養成講座／
  除雪ボランティア　雪猿募集中……5
- 令和8年度
  災害ボランティアセンター研修会／
  ご寄付ありがとうございました…6
- レッツ脳トレ♪クイズで応募／
  "しゃべり場お六"のご案内……7
- 紹介します！地域のチカラ……8

赤い羽根共同募金がはじまります

南魚沼市社協イメージキャラクター みなみちゃん

八十周年 ありがとう。これからも一緒に。

赤い羽根共同募金

令和8年度　赤い羽根共同募金運動
10月1日～12月31日

赤い羽根共同募金は、戦災を受けた福祉施設の復旧や支援を目的とした「国民たすけあい運動」として始まり、地域の皆様のご協力を得て80周年を迎えます。

地域の「困りごと」のそばには、いつの時代にもボランティアや福祉団体など、地域をより良くするために活動する人たちがいます。赤い羽根共同募金は、そのような「支える人を支える募金」として、南魚沼市、新潟県内の福祉に役立てられています。

10月1日から共同募金運動が始まります。今年も皆様のご協力をお願いいたします。

【活用事例】

障がい児者のために

紙おむつ購入費助成事業

3～64歳までで在宅で常時紙おむつが必要な方を対象に購入費の一部を助成。

▲「毎日使うものなので助かります。」とお声をいただきました。

高齢の方のために

お届け電話帳

電話一本で自宅に食材やサービスを届けてくださる事業所様をまとめました。

車が無い、重いものが持てないという高齢の方はもちろん、障がいのある方や妊産婦さんまで幅広い方が活用されています。

▲市内91の事業所様の協力をいただきました

児童・青少年のために

福祉出前講座

高齢者疑似体験や車いす、視覚障がいの体験等を通じて、「他者と共に生きる力」を育みます。（その他、本誌 4P に掲載のボランティアワークショップなども実施）

▲感じ方、声がけの仕方など体験します

住民のみなさんのために

福祉のまちづくり事業

地域の福祉に関係した課題（高齢者の居場所、世代間・地域交流、子どもの安心安全な登下校など）を解決するためのまちづくり運動の支援。

▲学生たちが講師になってスマホ講座を実施。会話が弾んでいます。

街頭募金を実施します

ボランティアの皆さんの協力をいただき、六日町駅前ショッピングセンターララ様にて下記日程で実施します。

10月3日（土）10時～16時
10月4日（日）10時～16時

地域・子ども食堂を応援しよう！

オンライン募金ピックアップ事業

オンラインからの募金はこちら▶
※オンライン募金はコングラントを利用しています。

子どもから高齢者まで、誰もが安心して集まれる場所。
それが「地域・子ども食堂」です。
食事を囲み、声をかけあう時間が、世代を超えたつながりを育みます。
人口減少や高齢化が進む南魚沼市で、こうしたつながりは災害時の助け合いや日常の安心を支える大切な力です。
「食堂からはじまるつながり」を未来へつなぐために、「地域・子ども食堂を応援しよう！」をピックアップ事業として設定し、オンラインでの募金を募集します。
オンライン募金はスマートフォンやパソコンから、クレジットカードなどを利用してご協力いただけます。
皆様からいただいた募金は、南魚沼市の「地域・子ども食堂」支援のために活用いたします。

ご協力ください

ライフ＆フードドライブ

「もったいない」から「ありがとう」へ

ライフ＆フードドライブは家庭や企業などからご寄付いただいた食品や日用品などを、南魚沼市在住のひとり親世帯や、生活にお困りの方、地域・子ども食堂など、必要な方にお渡しする活動です。

食べられるにもかかわらず捨てられてしまう「食品ロス」。家庭では、食べ残しよりも未開封のまま捨てられる「手付かず食品」等が多く、課題となっています。ライフ＆フードドライブは、これらの「もったいない」を「ありがとう」に変える仕組みであり、食品や日用品が必要な方への支援にもつながります。

お持ちいただきたい食品・日用品の例

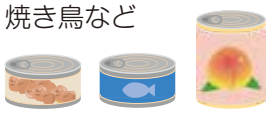
※必要な方へお渡しするまでの期間を考慮し、**未開封・常温保管が可能・賞味期限が２カ月以上残っている食品を対象**としています。

お米
生産年度が**令和6年度以降のお米**
（保管や管理の都合上、白米でのご寄付の場合は精米時期が令和7年度以降のものでお願いします）
※いただいたお米をより美味しく活用するために玄米でのご寄付ですと助かります。

乾麺
そば・うどん・そうめん
パスタ・カップラーメン
袋麺など

レトルト食品
カレー・パスタソース
親子丼・牛丼・
中華丼など

缶詰類
ツナ・コーン・フルーツ
サバ・焼き鳥など



調味料
醤油・食用油
みりん・塩
砂糖・酢など

飲料
アルコール以外の飲料

日用品
生理用品・ティッシュ・
トイレットペーパー・
洗剤・シャンプー類
など

制服
南魚沼市内の中学校の
制服・体操着
（靴・カバン・
Yシャツ除く）

これらの食品のほか、お歳暮ギフトパック、菓子類等も受け付けております。

受付期間　10月1日（木）～10月30日（金）9時～17時
※土日祝日を除く

受付場所　南魚沼市社会福祉協議会
- ●本　　所　福祉センターしらゆり（南魚沼市小栗山303番地1）
- ●大和支所　大和老人福祉センター（南魚沼市大崎594番地9）
- ●塩沢支所　塩沢老人福祉センター（南魚沼市塩沢1112番地38）

問合せ先　地域共創係　☎773-6911

出張 ライフ＆フードドライブ

●JAみなみ魚沼　秋の感謝祭会場
日時：10月17日(土)9時～15時
会場：JAみなみ魚沼本店構内(美佐島1856番地)
イベント内容：六日町中央支店感謝祭、農機車両展示会、女性部作品展示会、抹茶振る舞い、くじ引き、お菓子つかみ取りなど

●南魚沼市役所(本庁舎)会場
日時：10月14日(水)12時～13時
会場：南魚沼市役所　本庁舎1階ホール(六日町180番地1)

フロンティアは
「人と心を大切にする」
サービスでよりよい暮らしの
実現をお手伝いします

福祉用具レンタル・販売
住宅改修の提案・施工

人と心を大切にする
株式会社フロンティア　魚沼営業所
新潟県南魚沼市野田585-1　TEL:025-776-7060
受付時間 9:00～18:00(月～土)

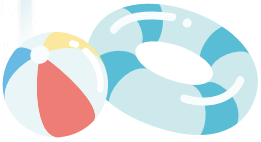
CMで話題のフランスベッド
臨床支援マルチポジションベッド展示中！

介護用ベッド自費レンタル月額1000円～
介護用品多数取り揃えております！

福祉用具　レンタル・販売・住宅改修
シルバーサポートスマイル
TEL025-775-7501
〒949-6680　新潟県南魚沼市六日町2367-1

小・中学生向けボランティア体験学習事業

夏休みボランティアワークショップ 夏休みふれあい教室 を開催しました



延べ263名の子どもたちが参加してくれました

ヒカリン

夏休み期間中、市内の小・中学生を対象とした「夏休みボランティアワークショップ」と「夏休みふれあい教室」を開催しました。

「夏休みボランティアワークショップ」では、今年度も市内の企業・団体、民生委員・児童委員、地域のボランティアの皆さまにご協力いただき、市内保育園や高齢者施設でのふれあい体験をはじめ、手話や演芸「スコップ三味線」の体験、郷土料理や防災に関する講座、障がい福祉サービス事業所でのお仕事体験など、さまざまな体験を行いました。

「夏休みふれあい教室」では、参加した子どもたちが大学生ボランティアの皆さんと一緒に、午前 9 時から午後 4 時までの一日、夏休みの宿題に取り組みました。昼休みには一緒に体を動かして遊ぶなど、交流を深めながら楽しい一日を過ごしました。

園児ふれあい体験

ちまきづくり

手話体験

籐つるかざりづくり

スコップ三味線体験

しめ縄かざりづくり

ふくしのお仕事体験

防災講座

災害非常食体験

夏休みふれあい教室

ご協力いただいた皆さま（敬称略）

一般社団法人 愛 南魚沼みらい塾／魚沼ろうなんピア／浦佐認定こども園／株式会社 竹治郎／金城幼稚園・保育園／雪月華／セルプこぶし工房／新潟県労働金庫 六日町支店／西泉田カゴの会／南魚沼産手話ひかり／南魚沼市赤十字奉仕団／南魚沼市民生委員児童委員協議会／南魚沼防災活動センター／めぐみ野こども園／萌気園大和通所介護地蔵の湯／JAみなみ魚沼女性部／ボランティアの皆さま

＼より良い暮らしの実現をろうきんが応援します！／

ろうきん 福祉ローン

育児費用に！

医療・介護費用に！

その他 災害復旧に必要な費用に！

詳しくはコチラから

※審査結果により、ご希望に添えない場合があります。※詳しくは店頭に説明書をご用意しております。

新潟ろうきん ろうきん六日町支店 TEL.025-773-2112 南魚沼市六日町474-2

会社やご自宅へ トイレットペーパー TPお届け便

日常の暮らしの中でできる社会貢献!! 障がい者支援に皆様のご協力を!!

TP	20個	50個	100個
包装あり	1,160円	2,900円	5,800円
包装なし	1,100円	2,750円	5,500円

※全て税込価格 ※ダブルTPは各1個3円増
※年4回配達の定期便コースもございます。

魚沼圏域は配達費無料!

知的・精神・身体の3障がい者が働くTP製造の福祉作業所です

雑古紙再生トイレットペーパー NPOあんしん

特定非営利活動法人 支援センターあんしん ワークセンターあんしん

十日町市稲荷町4丁目367-3

TEL(025)755-5621・FAX(025)755-5622

第4回 生活・介護支援サポーター養成講座

いまを楽しむための「終活」講座

【講師】
小林 克行 氏
司法書士・行政書士
小林克行法務事務所

「終活」と聞くと、少し暗いイメージを持つ方もいるかもしれません。しかし終活は、これからの人生を自分らしく、安心して過ごすための準備でもあります。

本講座は、「いまを楽しむための終活」をテーマに、これからの人生を安心して暮らすために、いまできることや考えておきたいことを皆さんと一緒に考えます。これまでの終活のイメージが変わる、笑って楽しく学べる講座です。

ご参加いただいた方には、当会オリジナルの「ライフデザインノート」を無料でプレゼントいたします。ぜひお気軽にご参加ください。

申込みフォーム

日　時　11月17日（火）　13時30分～15時30分
会　場　ふれ愛支援センター　多目的ホール（南魚沼市坂戸399番地1）
定　員　50名　**参加費**　無料
申込み締切　11月11日（水）　**申込み・問合せ先**　地域共創係　☎773-6911

除雪ボランティア雪猿 募集中

高齢者のみ世帯や要配慮世帯などのうち、自力での除雪が困難な世帯への対応に備えて、除雪作業にご協力いただけるボランティアを募集しています。

作業内容

・屋根の雪を落とす場所を確保する為の下雪除雪
・玄関などの出入口、避難口確保のための除雪
※屋根雪下しは行いません。

そ の 他

南魚沼市社会福祉協議会でボランティア保険に加入します。

問合せ先　地域共創係　☎773-6911

除雪ボランティア登録フォーム

当社施工実績

・地中熱利用融雪システム　R6年南魚沼警察署
・雪冷房（冷風）システム　H15南魚沼地域振興局
・道路消雪（地下水散水）システム　H18-19石打赤坂上り線
その他、国県道、市道多数施工

消雪井戸の施工、メンテナンスは
施工経験豊富な**株式会社サドヤ**へお問い合わせください。

株式会社 サドヤ

〒949-6680　新潟県南魚沼市六日町350-1
TEL.025-772-2353㈹　FAX.025-772-4181
E-mail:info@k-sadoya.co.jp

正社員募集中!

介護のこと、なんでもお気軽に私たちにご相談ください。

越後交通株式会社　介護事業部 魚沼営業所
南魚沼市塩沢787-5　TEL025-782-4315

令和8年度 災害ボランティアセンター研修会

～愛（I）と、知（C）恵と、手（T）をとり合う運営訓練～

災害が起きたとき、被災した方の生活を支えるためには、地域の住民やボランティア、関係機関など、さまざまな人が力を合わせることが大切です。

本研修では、災害ボランティアセンターがどのような役割を担うのかを知り、ボランティアの受付や被災者の困りごとの受付、活動先とのマッチングなどについて、Googleフォームやキントーン等のICTを活用しながら実際の活動を体験します。

また、これらの体験を通じて、市民や関係機関の方等がそれぞれの立場や役割を理解し、災害時に互いに支え合いながら災害ボランティアセンターを運営するための共通認識と連携体制を構築することを目的として開催します。

開催日時 11月5日（木）10時～16時（開場9時30分～）

※お昼は南魚沼市食生活改善推進員協議会様・南魚沼市赤十字奉仕団様より軽食の炊き出しがあります。

会　　場 塩沢公民館（南魚沼市塩沢608番地1）

対　　象 災害ボランティアセンター運営に興味がある市民、関係機関の方

定　　員 50名

参 加 費 無料

申込み締切日 10月22日（木）

申込み・問合せ先 地域共創係　☎773-6911

※イラストは、ICTを活用した災害ボランティアセンターの活動をイメージしたものです。

ご寄付ありがとうございました

社会福祉事業の推進に大切に活用させていただきます
（令和８年７月１８日～令和８年９月１４日）

・匿名　様…２,５００円

広告掲載しませんか？

・社協だよりの広告掲載は、当会特別会員様の特典です。

・会費は1口10,000円（年額）です。1口で2回掲載いただけます。

問合せ先 総務係☎773-6911

藤島健康堂
基本コース
身体のお悩みに合わせた施術
30分　2,500円（税込み）
60分　5,000円（税込み）
当院での施術が初めての方（30分コース）
20%OFF 初回限定 1,980円（税込み）

ご予約・お問い合わせはこちら
090-4964-6409
営業時間／9:00-19:00
定休日／不定休

〈住所〉南魚沼市六日町1881　藤島眼科医院
※建物の眼科入口ではなく住居入口からお入りください。（藤島健康堂の看板があります。）

レッツ脳トレ♪

クイズで応募

ヒント
①旧大和町地区
②旧六日町地区
③旧塩沢町地区

南魚沼市内のある場所の名前をお答えください。（ひらがなでご回答ください。）

① ○○○駅
② ぜ○○○公園
③ ぼ○○どおり

①	
②	
③	

①

②

③

応募方法

●ハガキでの応募

①クイズの答え　②郵便番号・住所　③氏名　④年齢⑤社協だよりの感想やご意見ご要望等を記入の上、下記あて先までご応募ください。

●ＨＰからの応募　南魚沼市社会福祉協議会HPトップページのサイドメニューのクイズ回答フォームまたは下記の二次元コードから応募できます。

あて先　〒949-6636　南魚沼市小栗山303-1
南魚沼市社会福祉協議会　クイズ係

応募締切日　10月30日(金)　消印有効

賞品　正解者の中から抽選で４名様に就労継続支援B型事業所「あめのちはれ」様のドリップコーヒーセットをお送りします。

※当選発表は、発送をもって代えさせていただきます。

回答フォーム

就労継続支援Ｂ型事業所「あめのちはれ」とは

障がいのある方が活躍する焙煎工房併設の福祉施設です。私たちはチャレンジ「まずはやってみよう」そんな思いで一つ一つ手作業で丁寧に作っています。

そして、『みんなの明日が晴れるように』というビジョンを掲げており、一杯のコーヒーを通じてお客様を笑顔にしたい･･･それが私たちの想いです。

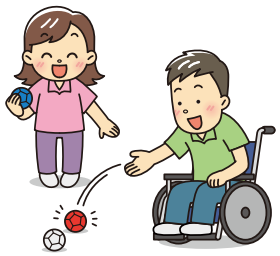
前回のクイズの答え

問１　③黄色
問２　①縞(しま)模様がくっきりしているもの
問３　③Watermelon

˝しゃべり場お六˝ 10･11月イベントのおしらせ

●˝しゃべり場お六˝は、予約不要で地域のどなたでもご参加いただけるお茶の間サロンです。毎月１回、イベントも行なっております。

●お六の開催日は、しらゆりのお風呂はお休みです。



日時　毎週月曜日（月曜祝日の場合は翌平日火曜日）10時～12時

場所　南魚沼市福祉センターしらゆり（南魚沼市小栗山303番地1）

参加費　100円（お茶・お菓子代として）

イベント日　10月19日(月)10時30分～
パラスポーツに挑戦！ボッチャ大会（会場：南魚沼市図書館 多目的室）
11月16日(月)10時30分～
カラダとアタマをリフレッシュ！誰でもできる健康エクササイズ

問合せ先　地域共創係　☎773-6911

※10月19日（月）は、南魚沼市図書館 多目的室（南魚沼市六日町101番地8）で行います。
（しらゆりで開催しませんのでご注意願います。）

※イベント内容は変更の場合があります。

※イベントを行わない日も将棋や手芸、おしゃべりなど、思い思いに楽しんでいます。

※興味のある方はぜひ一度遊びにいらしてください！

マツバくん

紹介します！

地域のチカラ

個人ボランティア

今回は、様々なボランティア活動にご協力いただいている個人ボランティアの阿部俊彦さんにお話を伺いました。

どのようなボランティア活動をなさっていますか

冬季は除雪ボランティア「雪猿（ゆきざる）」に2018年から参加しています。他にはボランティアグループ「収集ボランティア　手まりの会」で空き缶回収の活動に参加したり、災害時には災害ボランティア活動に参加。これまでに栃木市や長野市での活動に参加しました。有償ボランティア「なじょもネット」の協力会員「なじょもさん」として、依頼先の片付けなどを行っています。また、各種行事にボランティアとして参加しています。

▲除雪ボランティア「雪猿」で除雪活動

なにがきっかけではじめましたか？

退職してからは家でテレビを観ることがすっかり仕事になってしまい、これはまずい！と感じ始めた頃、社協から除雪ボランティア「雪猿」の募集案内があり、目に留まったのがきっかけです。2018年1月の除雪ボランティアに初めて参加してみました。

▲収集ボランティア 手まりの会で空き缶回収作業

ボランティア活動に参加されて良かった点を教えてください

ボランティアを依頼された方が、活動後に喜んでいただけることです。それが自分にとって何よりの「ごほうび」です。

今までで一番印象に残っているボランティア活動はございますか

2019年11月、長野市で水害が発生。社協からボランティアバスが出たので迷わず参加しました。活動先である長野市内のお寺の床下には、決壊した千曲川から流れ込んできた大量の泥が。それをかき集める作業を行った時が一番印象に残っています。寺の周りには長野特産のリンゴ畑が広がっていて、まさに収穫直前、真っ赤なリンゴが枝いっぱいに付いていました。しかし川の水に浸かってしまったため、一度水に浸かると売り物にならないと聞いた時は、非常にショックを受けました。あのリンゴ畑の姿は今でも忘れられません。

社協だよりをご覧の皆さんにボランティア活動の良さをアピールしてください

ボランティア活動を通じて、自宅以外で身体を動かせるのがいいですね。ボランティア活動は自分の都合がつく時にだけ無理せずに行っています。ボランティア活動に参加したことで多くの方と知り合うことができ、仲間になれたのもうれしいです。ボランティア活動の予定が入ることで、生活のリズムが規則正しくなり、ハリが出ている気もします。今後も身体が動く限りボランティア活動に協力できればと思っています。

編集より

いろいろなボランティア活動に協力いただいている阿部さん。無理のない範囲で協力できるのがボランティアのいいところ。皆さんも一緒にボランティア仲間になりませんか？南魚沼市社会福祉協議会では、ボランティアに関する相談などを承っております。あなたに合ったボランティア活動をご提案、ご紹介いたします。当会ホームページもご覧ください（南魚沼市社会福祉協議会で検索）。詳しくは南魚沼市ボランティアセンター（南魚沼市社会福祉協議会内）担当：地域共創係（☎７７３－６９１１）までお問合せください。ご連絡をお待ちしております。

社会福祉協議会は、住民の皆さまの参加と関係機関・団体との協力により
「誰もが安心して暮らせるふくしのまちづくり」を進める、社会福祉法（第109条）に定められた民間団体です。

南魚沼市社会福祉協議会問合せ先

- 本所……☎773-6911
- 塩沢支所‥☎782-2007
- 大和支所‥☎779-2278
- 訪問介護事業所……☎775-7970
- 居宅介護支援事業所‥‥☎775-7971
- 養護老人ホーム魚沼荘‥☎775-2022

ホームページ　facebook　LINE　Instagram

発行：南魚沼市社会福祉協議会　〒949-6636 南魚沼市小栗山303番地1　☎773-6911　FAX 773-2223
E-mail：info@mu-shakyo.or.jp　ホームページ：https://www.mu-shakyo.or.jp/　南魚沼市社協　検索

この「みなみうおぬま社協だより」は、社協会費と共同募金配分金を活用して発行しています。