

社協だより

令和7年

7/5号

No.177



子どもたちの元気をいつまでも

招待されたレストランでマジックを楽しむ
子どもたちとみんなで描いたイラスト
(放課後児童クラブkusukusuの子どもたち)

主な内容

- 2・3ページ … 令和6年度事業報告・決算
- 4ページ … 人と人をつなぐひと #04
- 5ページ … しあわ川柳
- 6ページ … ボランティアプラザニュース
- 7ページ … 食品無料配布会のお知らせ
福祉作文コンクール募集のお知らせ
ふれあい菜園の1コマ
- 8ページ … 社協会員会費募集のお知らせ

編集・発行

社会福祉法人 日立市社会福祉協議会

 この広報紙は、市民の皆さまから寄せられた赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

たくさんの皆さんとのつながりができました

—令和6年度 日立市社会福祉協議会 事業報告—

※主な事業をご紹介します

※実績は令和7年3月31日現在

あんしん・安全ネットワーク

ひとり暮らし高齢者等をチームで見守る活動を行いました。
(2,376 チーム)



生活支援体制整備事業

生活支援コーディネーターが住民の困りごとを把握し、一人ひとりの支援内容を考え、「困っている人」と「支援者」をつなげる活動を行いました。

成年後見サポートセンター

認知症や知的・精神障がいなどで判断能力が不十分な方の日常的な金銭管理などの支援を行いました。(法人後見受任9人、日常生活自立支援事業21人の利用)

子どもの広場 (十王・南部)

保育士が常駐の子育て広場を開設し、親子が交流できる場の提供や子育て中の親からの相談に応じました。
(延べ5,667人の利用)

おもちゃライブラリー

23 地区の交流センター等を会場に、親子や子ども同士、地域とのふれあいの場を提供しました。
(延べ6,742人の利用)

ふれあい菜園 (居場所づくり)

野菜づくりをととして、子どもから高齢者までのさまざまな世代の方がつながる場として開設し、交流を図りました。
(延べ185人の参加)



食の支援

地域や企業と連携しながら、食品を募集し、生活にお困りの世帯へ提供しました。また、夏と冬にひとり親世帯等を対象に食品無料配布会を行いました。



子ども食堂

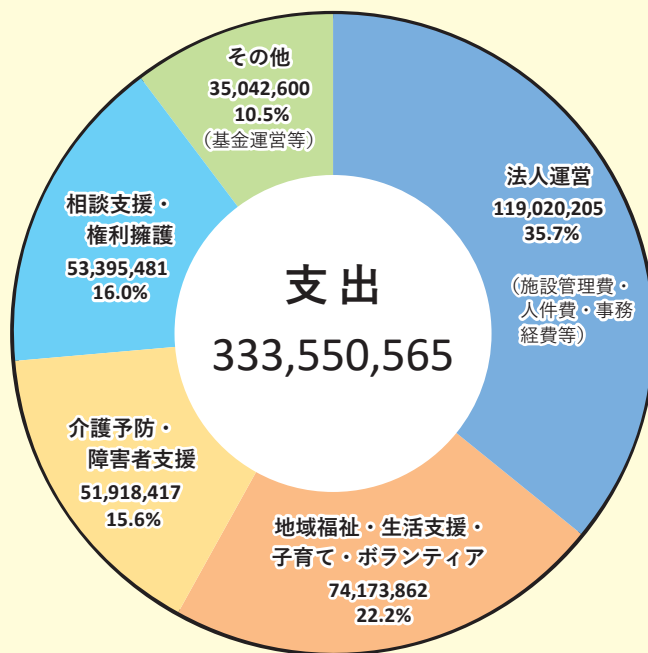
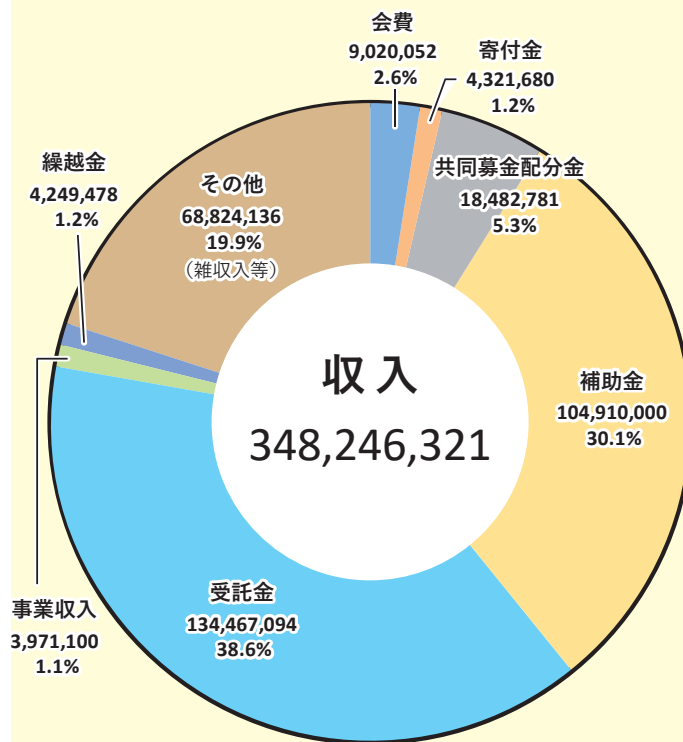
13の子ども食堂で、温かい食事や地域住民との交流の場を提供しました。(延べ11,439人の参加、延べ2,882人のボランティア)

自立相談サポートセンター

生活や就労などで困っている方が自立した暮らしを送れるようサポートを行いました。
(延べ1,312件の相談)

令和6年度決算

(単位：円)



収入－支出＝14,695,756(次年度繰越金)

介護予防 コラム

「笑い」で生活習慣病を予防しよう！

近年「笑い」には身体的にも精神的にもさまざまな医学的効果が証明されつつあります。もちろん、「笑い」のみですべてを解決することは難しいですが、「笑い」は生活習慣病の予防や改善の手助けとなってくれるため、日常にユーモアを取り入れ、「笑い」を意識した生活を心がけていきましょう。

生活習慣病の予防
笑いによる

・高血圧の予防

笑うと自然と腹式呼吸になり、腹式呼吸による深呼吸が血圧を下げる効果があるとされる。

・脳梗塞、心筋梗塞予防

笑うことで分泌される物質が血小板の凝集を抑える効果があり、脳梗塞や心筋梗塞を予防することができると思われる。

・がんの予防

がんに対する抵抗力を高め、免疫機能を正常化させる。

・うつ予防

笑うことで副交感神経が優位となり、心の安定やストレス解消、またうつ予防にも効果があると考えられている。

< 参考元 > 公益財団法人長寿科学振興財団

身近で頼れる、法律のパートナー。
近藤法律事務所は
地域に根ざした総合法律事務所です。
独りで悩まずお早めにご相談下さい。

茨城県弁護士会所属
近藤法律事務所
弁護士 近藤 識之

日立市神峰町1-2-15 甲南ビル2階
TEL.0294-23-4355
営業時間：9:30～17:30 (土日祝日休み)
http://kondo-lawoffice.jp/

企業法務・不動産問題・相続問題・借金問題・成年後見人など

ピアノ 高価買取 ヤマハ カワイ 他

ピアノの処分に困っている方、今後ピアノをお使いにならない方。高価買取キャンペーンを実施中。電話一本で簡単査定。査定は無料。

7月24日(木)までは、運賃無料サービス期間
ぜひ、この機会をお見逃しなく！

ピアノ買取・ピアノ販売
ヤマハピアノプラザ
TEL 0120-27-0411

(株) クシダピアノ社
日立市幸町1-7-13
TEL 0294-21-0411 受付時間 AM 11:00～

—この企業広告の収益は、ボランティア活動の振興に充てています—

このページでは、
「人との関わり」を大切に
人と人をつなげる活動を
している皆さんを紹介します。

人と人をつなぐひと

#04

— つながる秘訣は「話を聞くこと」です —

日立市子育て情報紙「すくすくプチ」編集委員
playful（プレイフル）副代表

たか なし さと み
高梨 里美さん



幼少期のいじめの経験から

いつも笑顔で元気に活動をしている姿が印象的な高梨里美さん。実は、幼少期を過ごした神奈川県では、学校でいじめを受けていたそうです。「仲間はずれでした。それまで、のんびりと暮らしてきましたが、周りに受け入れてもらえない孤独感と悲しみを味わいました」と話してくれました。

現在、高梨さんは、NPO 法人に勤務し、同時に、日立市に移住してきた方を支援する「playful」や、子ども食堂「ひとのわ」で、みんなの居場所を作ろうと精力的に活動をしています。

『当たり前前に存在していた自分の居場所が、いじめによって突然消えてしまう苦しさ』この経験が『みんなが楽しめる居場所を作りたい』と考えるきっかけになっている気がする」と話す高梨さん。

子どもと関わる仕事がしたい

大学の4年間は、勉強もサークルも児童・幼児教育一色。卒業後は、保育士として保育園に勤務。その後、日立市に移住しました。

「当時、仕事をせずに家にいたのですが、慣れない土地で大きな孤独感に包まれてしまいました」と話します。

「子どもたちと関われる保育士をもう一度やってみたい」と再び保育園に勤務。



playful の活動拠点にて

たくさんの人々に出会う

その後は、陽気で人との関わりが大好きな自分を取り戻したように、市の子育て情報紙「すくすくプチ」の編集委員や、playful での移住者支援活動、さらに子ども食堂のスタッフとして活動の場を広げていきました。

「すくすくプチでは、日立市の子育て環境の素晴らしさ。playful では、日立での暮らしが楽しくなるきっかけとなる活動をしています。考えるよりも先に、楽しそう！という好奇心に突き動かされて、4つも掛け持ちしています」とほほ笑む高梨さん。

これらの活動で出会った多くの人とのふれあい、関わりあいをとおして、高梨さん自身にとっても「自分の居場所」を見つけた、と実感しているようです。

「人が好き。みんなに優しい、楽しい居場所を作りたい」と話す高梨さんの今後の活動に期待しています。



子ども食堂での活動のようす

人との関わりで大切にしていることは？

じっくり話し合うことです。話し合えばあうほど、相手を尊重する気持ちが大きくなる。それは思いやりの気持ちにつながると思います。人を知りたいという気持ちが大切だと思います。



せ んりゅう しあわ川柳



ご応募ありがとうございました!!

テーマ：愛情

応募総数 131 句の中から、選ばせていただきました。

今号と 10 月 5 日号、2 回に分けてご紹介します。

※敬称略

いざ一人 普段分からね 嫁の愛 (下山田 豊・西成沢町)	母親の つくる味噌汁 具たくさん (山田 幸彦・久慈町)	時々 言葉に出して より深く (櫻井 敏幸・高鈴町)	天気予報 毎日チェック 子の任地 (佐藤 規夫・小木津町)	「気を付けて！」見送る妻よ いつまでも (小野 正儀・川尻町)	手を握り 「あんよは上手」と 妻介護 (木村 忠一・東大沼町)	車椅子 押す妻の手に そっと触れ (恩田 嘉之・西成沢町)	老姉妹 決まり言葉で 長電話 (須藤千恵子・滑川町)	子や孫へ 宅急便を 詰め過ぎた (豊田 賢一・小木津町)	子を持ちて 親への感謝 しみじみと (船橋 良則・滑川町)	手を支え 並んで歩む 夫婦かな (和知 稔・末広町)	愛受けて 自然に言える ありがとう (澤口 律子・西成沢町)	日曜日 無口な夫が 朝食作り (櫛田 泰子・滑川町)	ぽち袋 母の字残る おこづかい (正岡 誠子・西成沢町)
---------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------	---------------------------------

善意の寄附

心あたたまご寄附をありがとうございました。(令和 7 年 4 月 1 日～5 月 31 日)

※順不同、敬称略

◆金円寄附の個人・団体

鈴木 茂美
荒井 伸明

佐々木 孝博
小池 美代子

サンゲーズ
中鈴町内会

茨城県立国民宿舎鶴の岬
豊浦学区女性防火クラブ

◆物品寄附の個人・団体 (使用済み切手等)

山田 幸彦
鈴木 久江
御代田 澄江
多賀郵便局

日立市萬春園
日立市清掃センター
成沢交流センター
日立市役所障害福祉課

常陽ボランティア倶楽部
連合県北日立地区協議会
日立市母子寡婦福祉連絡会
中小路学区コミュニティ推進会

成沢学区コミュニティ推進会
社会福祉委員会(成沢地区社会福祉協議会)
田尻学区コミュニティ推進会
田尻地区社会福祉協議会

ひたち

ボランティアプラザ ニュース

市社協（ひたちボランティアプラザ）は、ボランティアに関するさまざまな相談窓口です。お気軽に問い合わせください。

日立市社会福祉協議会

(TEL) 0294-87-7222

メール h.shakyo@isis.ocn.ne.jp

「大学」と「地域」のつながりや「学生の力をさまざまな取り組みと結び付けたい」という大学教員と市社協の思いが一致し、ここ数年、市社協の様々な事業において、お互いの関わりが増えてきています。

今回、そんな思いを共有する茨城キリスト教大学生活科学部心理福祉学科の清原舞先生と※ゼミの皆さんに話をお聞きしました。



前列の中央の清原先生と学生の皆さん

※ゼミ…大学における少人数での演習形式の授業。学生が教員を囲んで専門分野を深く学び研究を進めていくグループ学習の形態のこと。

これまで、市社協の取り組みに、学生が関わったボランティアは「ふれあい菜園」「高齢者の個別支援の訪問」「子ども食堂」「高齢者サロン」などさまざま。

今年4月には視覚に障がいのある方の依頼に応じて、「日立さくらロードレース」の伴走に参加し、事前の練習と当日のチームワークで、笑顔で完走することができました。



日立さくらロードレースでの伴走

清原先生は「市社協からボランティアの依頼があると、ゼミの学生に情報を伝えます。参加は学生次第。自主性にまかせていますが、大学の講義では学べない貴重な経験はどんどんしてほしい」と話します。

学生からは「友達と一緒に参加できることや地域の方と世代を越えてつながることが新鮮で楽しいです」と好奇心旺盛な様子が伝わってきました。

また「子どもや障がいに関わる分野のボランティアもしてみたい」と、とても意欲的です。

若者ならではの視点を活かして、地域の方を元気にできる学生の力に、市社協はこれからも期待しています。

ボランティア活動を

見学・体験してみませんか？

市社協では、「活動したいけれど、どうすればいいの？」「具体的な活動を紹介してほしい」など、皆さんのご希望を伺いながら、活動におつなぎします。

「ボランティア・地域活動相談会」

日 時 7月22日(火) 午前10時～正午
と ころ ヒタチ工別館3階会議室
申し込み 7月17日(木) までに市社協に
お電話ください。

社協からのお知らせ

— INFORMATION —

福祉作文コンクール 参加者を募集します!!

市内の小・中学校に通う児童生徒に「福祉」について考えていることなどを作文で表現するコンクールを実施します。

対 象 市内の小・中学校に通う児童生徒

募集期間 夏休み期間中（小・中学校を通して応募）

テ ー マ 「福祉」について体験したことや、考えていること、温かい気持ちになったこと、感動したことなど

（例）ボランティア活動に参加して（災害ボランティア活動含む）、パラリンピックを見て感じたこと、バリアフリーで感じたこと、高齢者、障がい者、認知症の方などへの思いやり、みんなが安心して暮らすにはなど

表 彰 式 11/11（火）「ふくしのつどい」席上にて（会場：日立シビックセンター）最優秀賞者、優秀賞者の作文朗読、賞状授与

副 賞 入選者には賞状及び副賞を贈ります。

「夏の食品無料配布会」 を開催します

食品価格の高騰などで生活にお困りの子育て世帯を応援するために、食品を無償でお渡しします。

受 取 日 時 令和7年7月19日（土）・20日（日）・21日（月・祝）
午前10時～午後3時
※申込時に受取日時を選択いただきます。

受 取 場 所 ヒタチ工別館3階

対 象 者 日立市在住の
①暮らしにお困りのひとり親世帯（18歳以下の子どもがいる）
②準要保護世帯

配 布 世 帯 150世帯（各日50世帯）
※事前予約制

持 ち 物 食品を入れる袋（複数）

申 込 方 法 7月7日（月）12時～
QRコード（公式LINE）で
お申し込みください。



問い合わせ先 市社協
TEL0294-87-7222

※上記配布会を実施するにあたり、食品の寄附についてご協力をお願いいたします。
募集する食品の内容に関しては問い合わせください。

ネコも大切な家族！ —にゃん活の譲渡会—



「にゃん活」（代表：野村香織さん）は、【猫たちも幸せに生きる権利がある！】という理念のもと、野良猫の避妊去勢手術をし地域でお世話をしてもらう地域猫活動をしています。また、厳しい外での生活をしている猫たちを保護し、そのような猫たちが生涯穏やかに暮らせるよう新しい家族との出会いの場として「譲渡会」も開催しています。

猫と一緒に暮らしたい方、家族に迎え入れたい方、可愛い猫たちが待っています。譲渡会に足を運んでみませんか。

家族にニャろうよ！大みか譲渡会

- 譲渡会開催日：毎月第3土曜日正午から
- 場 所：運平堂2階（JR大みか駅東口）

※譲渡会当日は、猫の保護依頼や、猫の預かりはしていません

ふれあい菜園のこま

野菜づくりを通して、誰もが自由に集える居場所“ふれあい菜園”の“今”をお伝えします！

～地域と繋がり続ける場所～

わりがい のぶゆき
割貝 信行さん

自立相談サポートセンター（※）の職員と定年退職後の仕事を探しているなか、「毎日ひきこもりがち…」との話があり、ふれあい菜園に誘いました。コミュニケーションを取るのには苦手と話す割貝さんですが、小学生や大学生、地域の高齢者と共に野菜づくりを楽しんでいます。

ふれあい菜園に参加するたびに、“人”とのふれあいで気持ちが前向きになり、次の仕事が決まるきっかけになったと話してくれました。

※自立相談サポートセンター
…市社協が運営する自立に向けた相談窓口



令和7年度日立市社会福祉協議会

会員募集のお願い

市社協では、市民の皆さんと一緒に「ふくしのまちづくり」を進めるため、毎年7月に、市内全域で「会員募集」を行っています。

福祉活動やボランティア活動への参加が難しい方にも広く呼びかけ、会員として「福祉」を支えていただきたいという趣旨により、「町内会・自治会など」の皆さんを通して実施するほか、「町内会・自治会など」に加入されていない方などにもお呼びかけいたします。市民の皆さんのご協力をお願いいたします。

皆さんからの会費は、社協だより（2ページ）に掲載している事業のほか、さまざまな福祉活動の財源として活用されています。

○募集の期間：7月1日(火)～7月31日(木)

※会員の加入、会費額は任意です。

◆町内会・自治会などに加入されていない方（個人で会費を納入いただける方）へ

下記の「社協会費納入票」に、氏名などをご記入いただき、会費と一緒に、市社協（ヒタチ工別館3階）か、お住まいの区域にある交流センターに納入をお願いいたします。

- 市社協の取り扱いは、平日の午前8時30分から午後5時15分までです。
- 交流センターの取り扱い時間等は、各交流センターで異なりますので、市社協まで問い合わせください。（TEL）0294-87-7222）
- 市社協で納入をいただける方で、お車でお越しの場合は、「ヒタチ工別館駐車場」または、「ヒタチ工本館駐車場」をご利用ください。

◆町内会・自治会などに加入されている方については、お住まいの「町内会・自治会など」をとおして協力をお願いしています。

..... キ リ ト リ 線

●町内会・自治会などに加入されていない方（個人で会費を納入いただける方）用です

社協会費納入票

令和7年 月 日

納入金額 円

氏 名

住 所 日立市 町 - -

お手数をおかけしますが、市社協（ヒタチ工別館3階）か、お住まいの区域にある交流センターにお持ちください。