



# 社協だより

## 第243号

令和7年8月1日発行

発行者 ふれあいネットワーク  
社会福祉法人  
三沢市社会福祉協議会

〒033-0011 三沢市幸町三丁目11-5  
TEL 0176-53-3422 FAX 0176-52-4545  
http://misawa-shakyo.jp/ ホームページ→



三沢市社会福祉協議会  
「ふれあい」ネットワーク  
地域をつなぐお手伝い

→ 鶏肉みそ焼き、千切キャベツ、青菜のごま和え、たくあん、けんちん汁



→ 銀鮭漬け焼き、野菜天、冷や奴、しそひじき、桜漬け、カブの味噌汁



配食サービス事業

## 「ふれあいランチ」

1日お宅までお昼のお弁当をお届けします



### ●対象者

概ね65歳以上のひとり暮らし  
やご夫婦の方、障がいのある方  
等で食事の支度が難しい方。  
※申し込みの際に体調等の聞き  
取りをさせていただきます。

### ●料金 一食500円

### ●実施日

月曜日から金曜日まで（土・日・  
祝日は休み）で、利用する曜日を  
選択できます。

### ●その他

- ご飯とおかゆの選択ができます。（きざみ食や減塩食には対応できません。）
- ボランティアが午前中に配達し、午後に空き容器を回収します。お昼の時間にお召し上がりください。

高齢者のお宅にお弁当をお届けする活動です。

- 活動内容 平日の週2~3日（土日祝 以外）。お弁当の配達（おおよそ10時~12時）と回収（おおよそ13時~14時）。活動回数はお相談に応じます。
- 条件 普通運転免許（AT限定可）をお持ちの方利用者の皆さんと楽しくお話ができる方大歓迎です。
- 費用弁償 1日 1,500円

## ふれあいランチ ボランティア 募集!

【お問い合わせ】  
三沢市社会福祉協議会  
TEL 0176-53-3422

# 令和7年度 地域きずな座談会

7月9日～7月11日に市内7ヶ所で「地域きずな座談会」を開催しました。

この座談会は、住み慣れた

地域で元気に暮らし続けるために必要なことや助け合いの工夫を、住民の皆さんと一緒に考える機会として実施しています。

今回は、アドバイザーにNPO法人全国コミュニケーションライフサポートセンターより橋本泰典氏を迎え、普段の生活での何気ないつながりの大切さや各地で行われている事例を伺いながら、地域の活動について話し合いました。

そこで挙げられた様々なつながりや地域への思いの一部をご紹介します。



「アドバイザー  
橋本泰典氏」



## ① こがね町、堀口二丁目

町内会行事や集いの場において役割を作って参加を促したり、来られない人には料理を届けて声をかけたりするなど、みんなが関わり続けるための様々な工夫が見えました。



## ② 大町第一、大町第二、大町第三、大町第四



祭りなど従来の行事を大切に、祭りで人を育て、つなげる一方で、新しいイベントも企画していきたいと、地域みんなのために何かしたい！という気持ちがあふれていました。

## ③ 松園町一丁目、桜町官舎東町



「うちの町内にも教えに来てよ」「いいよ。教えに行くよ」と町内会を越えた支え合いがうまれた現場を見ました。「病気を隠さない」という言葉も印象的でした。

## 第20回 社協まつり 開催日決定！

9月28日(日) 三沢市総合社会福祉センター

今年も、たくさんの笑顔があふれる「まつり」にしたいと、ステージ発表や模擬店コーナーなど、いろいろな催し物を企画しています。詳細は、次回社協だよりでお伝えします！お楽しみに！！



ありがとうございました

6月26日から7月25日

までに頂いたご寄附を

ご紹介いたします。

「寄附金」

中野歌謡会

(代表 中野 米子)様

7月23日 19,999円

公会堂で開催したチャリティーコンサートで設置した募金箱から

「指定寄附」

匿名様

7月23日 15,000円

木崎野児童クラブ『ワイワイ縁日』の行事支援のための寄附

「災害義援金」

能登半島地震(広域)

匿名様

7月11日 100,000円

匿名様

7月17日 7,200円

わ

集いの

生活支援  
コーディネーターが  
見つけた!



松ヶ丘・自由ヶ丘  
寺子屋

この寺子屋の大きな魅力は、お客様感覚で参加している人がいないこと！初めて参加する人にも役割をもって活動してもらっているそうです。

毎回自慢の手料理を持ち寄るのも楽しみのひとつで、張り合いにもなるし話も弾み、余った料理はお持ち帰りで家でも楽しめます。活動内容はみんな決めていて、次回からは毎回はじめにチェアヨガを行って、健康づくりに取り組むとのこと。100歳まで元気に歩いて食べられる人を目指して、みんなで作る寺子屋！

松ヶ丘・自由ヶ丘の寺子屋は、初めて参加の人にも温かくお迎えしてくれる素敵な集いの場でした♪



詩歌の時間

朝夕に風を感じて仕事する太平洋は霧運ぶ海

江刺 とも子

水面染め真つ赤な朝日昇りゆく海原いち面希望に満ちて

向谷地 朝美

穏やかな母なる海は幾たびも人を呑みたる牙隠し持つ

宮崎 とも子

故郷の海眺めつつ思われる春夏秋冬と冬の荒波

小比類巻 豊作

や

「サロンかだれ家」

いきいきデイセンターを会場に、サロン(集いの場)を開催しています。体操や室内ゲーム(花札や健康マージャン、ニュースポーツなど)と一緒に楽しみませんか?

次回 8月1日(金)、9月5日(金)、9月19日(金) 9:00~11:30

申込み 51-8775 三沢市いきいきデイセンターまで

対象 おおむね70歳以上ならどなたでも 参加費 300円



「社協だより」は、赤い羽根共同募金の配分金で作成されています。