

思いやりとやさしさに満ちあふれた地域づくりをめざして



社会福祉法人 中央市社会福祉協議会

# ぬくぬく

社協だより

令和5年 3月1日

No.95

編集発行

社会福祉法人  
中央市社会福祉協議会

[http://  
chuo-  
shakyo.  
or.jp](http://chuo-shakyo.or.jp)



主な内容

- 共同募金会中央市支会通信 …… 2、3      お知らせ …… 5、6、7
- 社協の事業、ことぶきニュース他 …… 4      しびっくぼすと・ご寄付いただきました …… 8

○社協だよりは、皆様から頂く社協会費により発行されています。

## 鬼は外



## 福は内

中央市社協かわら版 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため変更の場合もあります

心配ごと相談

- 相談日 月～金（祝祭日除く）  
午前8時30分～午後5時
- 会場 中央市社協各支所
- 出張相談会 3月23日（木）  
午後1時～3時
- 会場 いちやまマート玉穂店 様  
※予約不要、相談無料

成年後見相談

- 相談日 3月22日（水）  
午後1時～3時
- 会場 玉穂総合会館  
※要予約（055-274-0294）、相談無料

結婚相談所

- 相談日 3月11日（土）  
午前10時～午後3時
- 3月15日（水）  
午後6時～8時
- 会場 玉穂総合会館  
※要予約（055-274-0294）、相談無料

グリーンカフェ

- 開催日 毎月第1金曜日  
午後1時～2時30分
- 会場 玉穂総合会館  
※予約不要、参加費無料
- 今後の予定 3月3日・4月7日  
5月12日

ふれあいサロン 節分 2月8日・9日


# 共同募金会中央市支会通信

令和4年10月1日～令和5年3月31日まで「じぶんの町を良くするしくみ」のスローガンのもと、共同募金運動が実施されており、多くの皆様にご協力を頂いております。皆様のご協力に、心から感謝いたします。ありがとうございました。

1月31日現在

令和4年度 中央市目標額 ￥4,682,000

募金額 ￥5,012,181 目標達成率107.1%

 赤い羽根共同募金は、地域の皆様（自治会・企業・商店・団体・職場・学校・個人）に支えられています。

地域の民生委員児童委員・自治会長・児童生徒の皆様等、多くの方にご活躍頂き、多額の募金を集めることができました。

**学校募金** ※写真撮影のときのみマスクをはずしています



玉穂南小学校



田富北小学校




豊富小学校



田富中学校

**募金箱設置協力** (順不同・敬称略)

- ・ザ・ビッグ山梨中央店
- ・(株)いちやまマート玉穂店
- ・四季新鮮収穫広場 た・から
- ・(有)功刀商店
- ・ファミリーマート田富リバーサイド店
- ・ローソン山梨豊富店
- ・セブンイレブン豊富店
- ・市川屋商店
- ・シルクふれんどりい
- ・道の駅とよとみ
- ・関係機関(中央市役所各支所 中央市社協各支所)

 皆様方よりいただいた募金は、山梨県共同募金会へ集約されて、中央市及び山梨県内の地域福祉活動に役立てられます。また、募金の一部は準備金として蓄え、大規模災害が発生した際に、ボランティアセンターの運営等に役立てられます。中央市での募金の使いみちは、後日、山梨県共同募金会のホームページ並びに、社協だより「ぬくぬく」にて報告させていただきます。

山梨県共同募金会中央市支会

中央市下河東620(玉穂総合会館内) TEL 055-274-0294  
FAX 055-274-0319

# ご協力ありがとうございました



## 大口募金

共同募金へご協力いただいた、企業・事業所・商店様を紹介いたします。（順不同・敬称略）

- |  |  |  |   |   |
|--|--|--|---|---|
| (株)アースフレンドカンパニー<br>(株)アイテック<br>(株)アルビス<br>(株)いちやまマート玉穂店<br>(株)甲斐興運<br>(株)カルク<br>(株)キシモト<br>(株)北原工業<br>(株)グリーンライフ<br>(株)クリーンベスト<br>(株)甲府情報システム<br>(株)甲府明電舎<br>(株)コーホー企画&ワーク<br>(株)コスモ設計企画<br>(株)サンカイゴ 中央店<br>(株)秀建コンサルタント<br>(株)正直堂<br><small>医療館トランスポートシステムズ 甲府営業所</small><br>(株)杉野ホンダ販売<br>(株)関織<br>(株)高柳繊維<br>(株)ダスキンファイブ<br>(株)タセイ<br>(株)中部<br>(株)ツクノ<br>(株)中沢薬局医大前店<br>(株)中沢薬局玉穂店<br>(株)日動建設<br>(株)日新厨房企画<br><small>株)ネット・ヒートリート甲府工場</small><br>(株)はやしや山梨工場<br>(株)パロン宝飾<br>(株)ばんば<br>(株)深沢組<br>(株)丸藤建設<br>(株)マルホ工業<br>(株)マルモ<br>(株)溝口商事<br>(株)ミツウロコ ヴェッセル山梨<br>(株)山喜組<br>(株)山梨広告運送<br>(株)山梨中央広告社<br>(株)依田工務店<br>(株)RITZ<br>(株)レブ<br>(株)ワイ・イー・エス<br>(株)渡辺商店<br>(株)アキヤマ機工建設<br>(株)アズサ<br>(株)石原運送<br>(株)内田総業<br>(株)内田洋蘭<br>(株)荻野建設<br>(株)笠井建設<br>(株)カネヒロ青果<br>(株)カワスミ<br>(株)キッチンサポート豊富店<br>(株)峡中緑化<br>(株)コイケ企画<br>(株)河建興業<br>(株)甲信電気工事<br>(株)河野貴金属製作所<br>(株)サクラ観光サービス<br>(株)正文堂甲府田富支店<br>(株)杉山興業<br>(株)西邦興業 | (株)田富自動車工業<br>(株)玉穂商会<br>(株)日本丸運輸<br>(株)萩原石油<br>(株)畑機械設備<br>(株)宮川電気<br>(株)明文堂<br>(株)望月興業<br>(株)井口学園わかば幼稚園<br>愛クリニック<br>アイバックスイケタニ(株)甲府工場<br>青島クリーニング商会<br>青柳理髪店<br>赤岡整形外科医院<br>アドウォネクスト(株)<br>新倉建設<br>有泉牛乳店<br>石原青林堂<br>市川屋商店<br>一瀬歯科医院<br>一級建築士事務所薬袋設計<br>いづみファインサービス(株)<br>伊東製作所<br>伊藤米穀店<br>井上鋼材(株)<br>今村歯科医院<br>医療法人どちペインクリニック<br>岩下自動車整備工場<br>岩浪弘文司法書士事務所<br>いわま接骨院<br>印刷工房花庄<br>インテリア荘美堂<br>印伝高野<br>魚清寿司<br>浦田勉税理士事務所<br>エスケーツー(株)<br>エトー(株)<br>えび寿司<br>エムフン<br>オオキ(株)<br>大久保印刷<br>オートステーションTATSUMI<br>大沼プラスチック製作所<br>大森不動産<br>おぎの医院<br>長田クリーニング店<br>小澤経営労務事務所<br>小沢電工<br>乙黒塗装(株)<br>乙黒園重<br>小俣内科クリニック<br>カーサポートCOM<br>掛川自動車整備工場<br>学校法人中澤学園 みかさこども園<br>割烹四季<br>カネコ種苗(株)<br>café ベタル<br>株式会社 甲府大一実業<br>かめや<br>川口工房<br>菊島耳鼻咽喉科<br>きたむらクリニック<br>吉字屋本店(株)流通センター営業所<br>木之瀬医院<br>久保寺商店(株)<br>倉本畳店 | クリーニング志村<br>クリーニング志村豊富店<br>栗山商店(株)<br>グルメいちご館前田<br>K's Hair<br>古泉電気商会<br>甲信商事(株)<br>甲府信用金庫玉穂支店<br>甲田板金工業(株)<br>交通工業(株)<br>合同会社 よし薬局<br>甲府第一運送三洋生コン工場<br>甲府通運(株)<br>甲府東洋(株)<br>コーエー(株)<br><small>530コクサイ(株)KOKUSAI-GROUP)</small><br>ココアハーショップ<br>コニカミノルタ(株)<br>こばやしこどもクリニック<br>コバヤシ電気<br>小宮山電機設備<br><small>財団法人 医療分業センター会 営調剤薬局</small><br>サカヤデンキ (L-FITサカヤ)<br>佐渡屋(株)<br>山都交通(株)<br>三本松医院<br>塩島電機(株)<br>シキシマ醤油(株)<br>四川菜館<br>シミスカメラ<br>志村金物店<br>志村整骨院<br><small>社会福祉法人ぎんが福祉会 おひさま</small><br>社会福祉法人進明福祉会<br>ジャパンソルト(株)<br>ジャパンシーズニング(株)<br>進学研究会山梨事務局<br>基六<br>末広<br>杉野洋らん園<br>スダマ(株)<br>住吉陸送(株)<br>税理士法人 山梨中央パートナーズ<br>青林堂菓子店<br>セキテイ調剤薬局豊富店<br>セキテイ調剤薬局豊富店<br>せた歯科医院<br>せりざわ<br>せれモニーホールやすらぎ中央<br>千寿庵<br>千里(株)<br>滝沢鍼灸院<br>田草川歯科医院<br>タケダ設備<br>田富荘<br>田富電化<br>田富動物病院<br>田中衛生社<br>田中一洋行政書士事務所<br>田中光子税理士事務所<br>タマ生化学(株)甲府工場<br>玉穂眼科クリニック<br>玉穂ケアセンター<br>タマホ自工(株)<br>たまほ歯科クリニック<br>玉穂下河東簡易郵便局 | 丹沢明商店<br>丹沢生花店<br>中央エステート(株)<br>中央市商工会<br>中央物産(株)<br>都留貨物自動車(株)<br>つるや衣料品店<br>THK(株)<br>ティサービスゆたんぼ<br>手打ちそば きはち<br>テンヨ武田<br>藤進運輸(株)<br>豊玉紙器製作所<br>豊富電工<br>豊臣興業<br>豊富郵便局<br>内藤歯科医院<br>内藤美容院<br>内藤薬局<br>中沢自動車整備工場<br>中澤商店活鰻販売<br>中沢測量事務所<br>中橋建設(株)<br>長沼商店<br>ナカノ(株)山梨営業所<br>中山自動車整備工場<br>中山造園<br>西野内科医院<br>日昇食堂<br>野村電気<br>のりもの工房ツカガ<br>ハイアロイ研究所<br>パウリスタ<br>萩原工業(株)<br>長谷川歯科医院<br>花輪タクシー(株)<br>早川屋商店<br>パン工房李音<br>美光社<br>ひとふさの葡萄<br>ヒムキヤ<br>ビューティー石原<br>美容室インステップ<br>美容室キュール<br>平野屋(株)<br>ファイン・アート<br>フォトワークスあいはら<br>ふかさわ歯科医院<br>深松工務店<br>フクシマヤ薬局玉穂店<br>福田商事(株)<br>福田プロパン<br>福田理容所<br>藤電工<br>藤井建築設計事務所<br>富士観光開発(株)<br>富士スクリーン印刷<br>ふじみ食堂<br>不二家竹林堂昭和バイパス店<br>ふじや手芸店<br>PRIOR<br>古屋クリニック<br>プレイガーデン<br>フレンチブルドッグ<br>文祥堂(株)オフィスファシリティーズ<br>ハアーサロンエンドウ | ハアーサロンカサイ<br>保坂米穀店<br>保坂眼科医院<br>星野工業(株)<br>星野製作所<br>ホットカンパニー(株)<br>マエダクレーン販売山梨(株)<br>マコト医科精機(株)<br>松村洋蘭(株)<br>まるだい商事<br>丸吉電機株式会社<br>味厨庵<br>水上製作所<br>水上時計・メガネ店<br>三井歯科医院<br>みどり薬局玉穂店<br>薬袋モーターズ<br>みのり運輸(株)<br>宮澤整骨院<br>ミヤフォト<br>ミラベル<br>むつみ屋<br>むろい(株)<br>めん丸豊富店<br>安井インターテック(株)<br>安原社会保険労務士事務所<br>山崎製パン(株)<br>山土井商店<br>山梨貨物自動車(株)<br>山梨共栄石油(株)<br>山梨グランドホテル<br>山梨建鉄(株)新甲府工場<br>山梨県トラックターミナル協同組合<br>山梨スズキ販売(株)<br>山梨中央薬局<br>山梨中央銀行田富支店<br>山梨中央銀行流通センター支店<br>山梨日野自動車(株)<br>山梨名鉄運輸(株)<br>山梨流通株式会社<br>山之神歯科クリニック<br>山本紙器<br>ヤマヨセメント(株)<br>UBE三菱セメント(株)<br>雪印牛乳玉穂販売店<br>湯殿館<br>よっちゃん食品工業(株)<br>読売センター田富玉穂<br>リビングさの<br>LUANA. by Higuchi<br>ル・ヴァン<br>れんが亭<br>ローソン国母工業団地南店<br>ローソン山梨豊富店<br>若葉クリニック<br>渡辺自動車整備工場<br>渡辺製作所<br>わらべうた |
|--|--|--|---|---|

共同募金運動は、第二次世界大戦後の昭和22年に「国民たすけあい運動」として始まりました。





# 社協の事業



地域の集いの場きっかけ講座

『地域サロンってなに？・百歳体操について学んでみよう！・市内サロンの活動を知ろう！』

1/13（金）・17（火）・24（火）玉穂総合会館



## ことぶきニュース



KOTOBUKI NEWS



ゲートボール大会  
12/7（水）

ことぶきクラブ連合会田富支会



グラウンドゴルフ大会  
12/19（月）

ことぶきクラブ連合会玉穂支会



ご縁を結ぶ亀さんキーホルダー作り  
1/31（火）

ことぶきクラブ連合会玉穂支会女性部



## 【防災・減災ミニ情報】ポリ袋で米を炊いてみた【非常食試食会】

このコーナーではいざという時に役立つ「防災・減災ミニ情報」を発信していきます。

準備したもの 米・水・カセットコンロ・紙コップ（大きさはなんでも可）  
レトルト（カレー）・食品保存用ポリ袋

①水につけとくだよ



約30分

米を洗って水を漬け  
とくと美味しくできるよ！

②米を準備するじゃん



米の量は紙コップ  
7分目

③水を準備するじゃん



水の量は紙コップ  
1杯（すりきり）

④袋に入れるじゃん



空気を抜きながら先端を結ぶ

⑤さあ炊くじゃん



約20分ゆでる

※この時一緒にレトルト  
もあためると水の節約  
になる！  
※ポリ袋が鍋底に触れて  
とけないように中にザル  
や皿をいれるとよい

⑥蒸らすだよ



10分

⑦てっ！  
うまってきたじゃん！



完成！

※くわしくは、災ボラ定例会にきてね！（毎月第4木曜日午後7時から）



協力：中央市災害ボランティア連絡会

# お知らせ

※新型コロナ感染防止のため、内容が変更になる場合もあります

## 第17回中央市ふれあい福祉歩け歩け大会

日時 令和5年4月5日(水) 雨天7日(金) 午前9時30分～午後0時30分

集合場所 中央市農村広場(中央市大鳥居3877)

コース 豊富地区(下記地図の通り)

対象者 中央市在住の方(定員になり次第締切ります)

申込方法 電話、FAX、メールにて、中央市社会福祉協議会までお申し込みください

TEL 055-274-0294 FAX 055-274-0319

メール chiikifukushi@chuo-shakyo.or.jp

申込期間 3月1日(水)～3月31日(金)(受付時間は平日午前8時30分～午後5時まで)

参加費 無料

その他

- ・閉会式終了後、参加賞及びお弁当をお配りしますので、お持ち帰りください
- ・感染予防対策のため送迎バスはありません  
各自会場へ集合をお願いします
- ・感染拡大状況により、やむを得ず大会を中止する場合があります
- ・ゆっくり歩きますので、安心してご参加ください



## ボランティア移動・お出かけサービス『運転ボランティア養成講座』

社協では、住民同士の支え合い活動の一環として、「ボランティア移動・お出かけサービス」を実施しています。本講座は、今後益々需要が高まる送迎ボランティアの必要性について意識を高め、地域における外出支援の担い手として活躍できる方の養成を目的としています。

日時 3月24日(金) 午後1時30分～4時(途中休憩を挟みます)

場所 玉穂総合会館 多目的室1-1

内容 「ボランティア移動・お出かけサービスについて」  
「地域支え合い型移動サービスの運転手向け講習」

講師 社会福祉法人 三富福社会 サポートセンターハロハロ二番館  
所長 齋藤 実氏

対象 中央市在住75歳未満の方

申込 3月22日(水) 中央市社協まで

活動は月1回程度です!  
男女問わず活動中!



# お知らせ

※新型コロナウイルス感染防止のため、内容が変更になる場合もあります

## 健康まなびや

健康まなびやは中央市内在住の65歳以上の方を対象として行う、介護予防事業です

### ◆音楽療法◆

日時 4月6日(木) 午後2時~3時30分  
場所 玉穂総合会館 多目的室1-5  
定員 20名  
持ち物 なし  
参加費 無料  
内容 音楽に合わせて身体を動かしながら、  
懐かしい歌やすてきな音で心を癒しま  
しょう

### ◆こころのつきあいかた◆

日時 4月12日(水) 午後2時~3時30分  
場所 玉穂総合会館 多目的室1-5  
定員 20名  
持ち物 筆記用具  
参加費 無料  
内容 メンタルヘルスケアの方法を、僧侶で  
あり、心理カウンセラーであり、理学療  
法士である講師に教わりましょう



### ◆ヨガ教室◆

日時 4月19日(水) 午後2時~3時30分  
場所 玉穂総合会館 多目的室1-5  
定員 15名  
持ち物 ヨガマット(なければバスタオル)・  
フェイスタオル・あれば5本指ソックス  
参加費 無料  
内容 呼吸、姿勢、瞑想を組み合わ  
せて身体を動かします。血流を  
良くして、心身の緊張をほぐし  
ましょう



### ◆自彊術◆

日時 4月26日(水) 午後2時~3時30分  
場所 玉穂総合会館 多目的室1-5  
定員 15名  
持ち物 ヨガマット(なければバスタオル)・  
フェイスタオル・あれば5本指ソックス  
参加費 無料  
内容 自彊術は「呼吸運動」「全身の体操」  
「按摩手技」を用いて、心身のストレス  
解消・自律神経失調症に効果のある運動  
療法です。

**申込み開始：3月9日(木) 午前9時~ ☎055-274-0294**

※申込み開始時刻前の電話はお受けできません

### ◆参加時の注意事項◆

- ・欠席時は必ずご連絡ください。キャンセル待ちの方がいますので、ご協力をお願いします
- ・送迎もありますが、定員に限りがあります
- ・体調のすぐれない場合は、参加を見合わせてください
- ・状況により場所の変更、中止になる場合もあります(変更、中止の場合は連絡させていただきます)

## 輪になろう中央市民のつどい出店募集

「第14回 輪になろう中央市民のつどい」の出店(展)団体を募集します!

日時 5月21日(日) 午前10時~午後3時(雨天決行)  
場所 玉穂総合会館(中央市下河東620)  
内容 ①展示コーナー ②販売コーナー ③体験コーナー ④ステージ発表 ⑤食のコーナー  
条件 中央市在住の方、在勤の方、

「輪になろう中央市民のつどい」の目的に賛同していただける方

申込み 3月31日(金)まで TEL 055-274-0294

- その他
- ・応募者多数の場合、抽選となる場合があります。詳細はお問い合わせください
  - ・感染拡大状況により、やむを得ず大会を中止する場合があります



# お知らせ

※新型コロナウイルス感染防止のため、内容が変更になる場合もあります

## 令和5年度 福印プレゼント事業

 この事業は赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています。

### 令和5年度 福印プレゼント事業

**2023年  
4月1日から  
スタートします！！**

生まれてきた赤ちゃんに  
“**福印**”をプレゼント！！



申込書に必要書類を添えて申し込むだけ！！

ホームページからも申し込めます。

**すべて無料**ですが怪しくありません。大丈夫です。

この事業を通じて“**社会福祉協議会**”のこと、  
“**赤い羽根共同募金**”のこと、“**福印の良さ**”  
なんかを知っていただけたら嬉しいです。



おばあちゃん、  
どうして何も事業の詳細が書いてないの？

それはね、お手元の携帯電話で下のQRコードを読み取って詳細を確認してもらいたいからだよ。



【問い合わせ】

中央市社会福祉協議会

(電話) 055-274-0294

(メール) [hukuin@chuo-shakyo.or.jp](mailto:hukuin@chuo-shakyo.or.jp)

(URL) <https://chuo-shakyo.or.jp>



ホームページはこちら  
中央市社会福祉協議会

## 令和5年度トレッキング事業

市内の豊かな自然に接し、高齢者の生きがい作りや、参加者同士の交流を図り、健康寿命を延ばすことを目的に開催します。

開催日 4月17日(月) 午前9時～11時30分

場所 豊富地区大鳥居たいら山(標高934m) 山之神・千本桜コース(往復約3時間)

内容 山之神千本桜登山者用駐車場に集合。日本三名峰眺望遊歩道を自然を感じながら歩きます。

参加者 ・65歳以上の中央市内在住の方

・コースを3時間ほどで往復できる健康な方

・自然の中で起こりうる問題に対して自ら対処できる方

持ち物 飲み物、履きなれた靴、ドライ素材の服装、その他必要なもの

定員 20名

参加費 100円(保険料)

申込み 中央市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎055-274-0294



 この事業は赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています。

CIVIPO

# のしびっくぽすと

『しびっくぽすと』とは…  
市民の郵便箱という意味で、市民の皆さんから寄せられたお写真を紹介するコーナーです！

『謹賀新年』  
お正月も楽しく過ごしました！  
ばあばからのお年玉、中身が気になっちゃう…  
今年も健康で笑顔沢山で過ごせますように！  
みどさん（田富地区）



**表彰おめでとございます！**

第25回山梨県障害者文化展において4名の方の作品が入賞・奨励賞を受賞しました。おめでとうございます！



入選  
清野論子 様



奨励賞  
馬場正江 様



奨励賞  
渡邊信子 様



奨励賞  
三宮洋 様

第72回障害者自立更生等厚生労働大臣表彰

永年にわたり障がい者の福祉事業に率先して尽力し、その功績が顕著であると認められ表彰されました。おめでとうございます！



馬場正江 様

**ご寄付いただきました！**（順不同）



◆エコキャップ◆

丸山みち系 様 青柳のり子 様 藤巻かね子 様 中込久枝 様  
長田禮子 様 かみず蚕室カフェ 様 高部さつき会 様  
明治安田生命保険相互会社甲府事業所 様 歓灯 様  
みかさこども園 様 田富中学校 様 匿名希望 様（多数）

◆古切手◆

長田禮子 様  
宇賀神由美子 様  
豊富郵便局 様

◆オムツ◆

田中奈々江 様

◆タオル◆

山崎智教 様  
エトー株式会社 様



田富中学校 様



みかさこども園 様

**社協本所・各支所の連絡先**

本所

住所 〒409-3821  
中央市下河東620  
玉穂総合会館内  
TEL 055-274-0294  
FAX 055-274-0319  
E-MAIL ttt@chuo-shakyo.or.jp

田富支所

住所 〒409-3841  
中央市布施2382  
田富総合会館内  
TEL 055-273-7300  
FAX 055-273-7300

豊富支所

住所 〒400-1513  
中央市大鳥居3738-1  
豊富健康福祉センター内  
TEL 055-269-3330  
FAX 055-269-3011

**社協会費のご協力ありがとうございました**

- ・三本松医院 様
- ・(株)峡南堂印刷所 様
- ・丸吉電機(株) 様