

いいんじゃない?
「防災」って、もつと身边で
ちょっと強くなれた日。
もしもに、

特集 若者から広げる防災の輪



目次

P2-3 特集 若者から広げる防災の輪

P4-5 誰もがほっとできる

"もうひとつの居場所"が市内にはあります

P6 福祉車両・車いすの貸し出し

P7 社会参加で健康寿命をのばしましょう!

P8

社協賛助会費

P9

社協応援団企業紹介

P10

連載コーナーVol.27

P11-12 お知らせ・募集

若い世代に关心を! 「若者防災」をもっと広げたい

大学3年生
ハセガワさん

「防災」と聞くと、自治会の担当者さんの集まりで、どこか他人事のように思っている若者が多いのではないでしょうか。しかし、世代に関係なく、私たち自身も被災者になることを忘れてはいけません。特に南海トラフ地震に見舞われた際には、外部支援に期待することができない分、私たち一人一人の力が大切になってきます。

「磐田市若者防災」では、漠然とあれ地域のために何かをしたいと思っている10代から30代に焦点を当て、防災イベントを企画・実施しています。現在、**メンバー絶賛募集中**です。自らが企画立案に携わることでいろいろな方々と関わることが出来ます。また、災害・防災について学ぶことで新たに見えてくるものもあります。

本年2月にAED・消火器訓練、8月に発災前後に気を付けたいこと・応急手当講習を行い、3回目となるイベントの準備も進めています。将来的には「防災に関する情報の発信」や「避難所運営支援者育成」にも取り組みたいと思っています。イベントへの参加を通して、興味をもってくださった方には、運営側として共に活動することが出来ればと思います。**興味がある方、『ジュニア防災士』を取得したのに、活かしきれず悩んでいる方**、ぜひ専用インスタグラムや磐田市社会福祉協議会までご連絡ください。一緒に、若者防災を盛り上げていきましょう!

問い合わせ先

○若者防災インスタグラムの
DM(ダイレクトメッセージ)
○磐田市社会福祉協議会 地域福祉係
☎0538-37-9617 担当 褐田

ご連絡お待ちして
おります(*^*)

若者防災のインスタグラムも
ぜひフォローしてください!



昨年度からはじまった「若者防災」



昨年は、救急救命講習や消火器体験といった実践的なプログラムを通して、いざという時に「自分が動ける力」を身につけるきっかけとなりました。救命講習では心肺蘇生のやり方やAEDの使い方を学び、消火器体験では実際に模擬火災を想定して、初期消火の重要性を体感しました。また、昨年度の社協だより97号の「#防災やってみた」では、防災グッズに関する発信もしました。

「若者から広げる、 防災の輪」

～「若者防災」イベントを開催しました～

今回のイベントは大学生2人が中心となって企画・運営し、社協はサポートを行いました。若者の想いに寄り添いながら伴走することで、地域の防災力や世代を超えたつながりが広がっています。

第2ステップ

『自分の手で 命を守る知識と技術を』

後半は、消防職員の指導のもと、参加型の実技体験が行われました。三角巾を使った止血法や、骨折時の固定、緊急時の搬送法など、実際に体を動かしながら学びました。

中学生を含む参加者たちは、「もしもの時、誰かの助けになれるかもしれない」と、積極的に取り組んでいました。



第1ステップ

『災害を知ることで、 今できる備えを考える』

はじめに磐田市健康増進課の保健師をお招きし、「最近の災害の傾向」や「過去の災害から学べる教訓」の紹介がありました。特にクラッシュシンドロームなど、災害時に注意すべき健康被害について、お話をいただきました。

また、「若者でもできる災害時の行動」や「日頃から備えておくべき物」、「地域のつながりの大切さ」について、具体例を交えて語られ、参加者も真剣な表情で耳を傾けていました。



※クラッシュシンドロームとは地震や事故などで長時間、筋肉(主に手足)が強く圧迫されたあと、圧迫から解除される時に起こる全身の重い障害のことです。

参加した若者からの感想

- ・人の運び方や応急処置について、もっとよく知ってみたい!
- ・炊き出しなど発災時にできることをもっとやってみたい!
- ・防災ポスター・マニュアルを中高生と作りたい!
- ・今回習ったこと以外のるべき行動を知りたい!今のうちからできる対策をもっと知りたい!

誰もがほっとできる、“もうひとつ の居場所”が市内にはあります

4つの団体に話を聞いて、感じたのはそれぞれの活動に“色”があるということ。

「寄り添う形」も「背中を押す形」も少しずつ違います。

でも、どの団体も共通しているのは、「いつでも、だれでも、ここにきていいよ」というあたたかいきもち。

様々な色があるからこそ、様々な人が安心して繋がれる場になっています。

支援者と“知り合う”ことから始まった安心のネットワーク

「社協って何?」「地域包括支援センターって何?」最初はみんなそうだった。だけど“情報”と“つながり”があることで、保護者自身が安心して「うちの子は大丈夫」と言えるようになる。「今は調子よく行けているけれど、もしまだつまづいても大丈夫」。そう思える大人が増えることが、子どもたちを支える土台になる。

☞普段の生活をしている中では、不登校とか引きこもりの子に会うことってほとんどない。実はそういう子たちってたくさんいて、しかもそれを支えている人たちも沢山いるのだということを、自分が関わって初めて知った。そういう人たちに出会えたことが、自分にとってすごく大きな財産になっている。

「死にたい」と言った子に、 ただ寄り添うこと

「死にたい」と言った子どもに「死なないで」と言うのは簡単。でもその時、本当に必要なのは「そこまで辛いんだね」と受け止めてくれる誰か。ハグを求められたら応え、泣きたい時は泣いてもいい。安心と信頼が育ったその先で、子どもたちは“次の一步”を自分で踏み出していく。

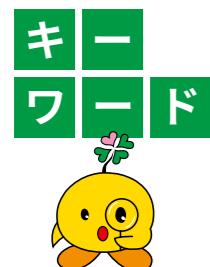
つながりは、 信頼の一歩前にある

どんなに優れた支援でも、当事者が“信頼”していなければ始まらない。その信頼の前にまずあるのが、“つながり”。関係を断ち切ってしまった若者たちにどう手を差し伸べるか——。答えは一つではないが、確かなことは「つながりを絶やさない大人たちの存在」が、次の希望に繋がっていく。

まとめのメッセージ

「変化のきっかけは、誰かとの出会いだった」誰かの何気ない言葉、関わり、笑顔、安心。

今回の



・人薬(ひとぐすり)

人薬やカウンセリングだけじゃなくて、ただ話を聴いてくれる人、そばにいてくれる人、否定しない人——そんな「人薬(ひとぐすり)」の存在が、心を少しずつ癒してくれることもあります。理解ある人と出会い、言葉を交わし、小さな安心を積み重ねることで、人生は少しずつ変わっていくのかもしれません。

・「自立」の再定義

☞自立と聞くと、誰にも支配されず頼ることなく独り立ちすること思いがちだと思います。でも本当の自立って、困ったときに「助けて」と言えること。頼れる人や場所、つながりがいくつもあること。そんな“ゆるやかな依存先”をたくさん持って生きていけることが、本当の意味での自立なのかもしれません。だからこそ、「人の関係性」は治療や支援の一部であり、時にそれそのものが癒しになるのでしょうか。

今回ご紹介した“居場所”以外にも、このまちには、あなたを待っている居場所と、支えてくれる人たちがいます。

もしも「どこに相談したらいいのだろう?」と迷ったときは磐田市社会福祉協議会へご連絡ください。あなたの歩幅に合わせて、繋がりのきっかけを作ていきます。

☎0538-37-9617 磐田市社会福祉協議会 地域福祉係



地域の中には、「ちょっとしんどいな」「外に出るのが怖いな」と感じている人がいます。そんなとき、誰かとゆるやかにつながれる「居場所」があれば、その一歩は少し軽くなるかもしれません。

今回は、地域でそうした“つながりの場”を運営し、誰かの孤立や不安に寄り添っている支援者の皆さんにお集まりいただき、活動の背景や思い、実際にあった変化のエピソード、そして地域の皆さんへのメッセージを語っていただきました。

「こんな場所があったら、自分も行ってみたい」、「困っている人のことを、ちょっと知ることができた」そんなふうに感じてもらえたなら嬉しいです。



労働者協同組合ツナガル居場所
ネットワーク
山田さん



キャリア教育研究所
ドリームゲート
山浦さん



いわたミライサポート
プロジェクト
松野さん



磐田市こども
若者家庭センター
中村さん

若者相談(中学卒業後から64歳までを対象)、居場所の開設、同じ境遇にある家族同士の語り合いの場である家族会、市民への理解を啓発するための講演会の4つの柱で支援を行っている。

“はじめて”的の一歩に寄り添うということ

居場所に現れた変化の記録

「来てくれたこと」——そのたった一歩が、どれほどの勇気だったか。不登校、引きこもり、家庭の困難や人との距離。さまざまな背景を抱えた若者や子どもたちが、初めて一つの場所に足を運んだ日。そこで起きた小さな変化、関わる大人たちのまなざし、そして少しずつ育まれていった“つながり”的な物語を紹介します。

「礼儀を教えてくれてありがとう」と言った少年

礼儀を知らない、というより、礼儀どころではない家庭環境の中で育ったある子ども。どんな子でも変わると信じて、容赦なくビシビシと礼儀を伝えていった。「ありがとう」と言われたのは、別れの間際の16日目だった。高校生になった今も、その子は居場所に顔を出し続けている。

「22年引きこもっていた男性が“仕事が物足りない”と言った日」

長年引きこもっていた40代の男性。出会いのきっかけは、たまたま近所の高校の教頭先生だった。学校のスクールサポートスタッフとして、コピーや丸つけ、シュレッダーなどの作業を任せられた。人と関わることに不安しかなかった彼が、数年後「もっと働きたい」と言って職場を巣立っていった。

“影のような男の子”的な変化

最初は母の後に隠れて目も合わせない。その子は地域の食堂や調理活動に、いつの間にか前のめりに関わるようになった。不登校だったその子が今では懇親会にも顔を出す。集団が嫌いなわけじゃない。ただ“同世代の集団”が苦手なだけだったのかもしれない。

社会参加で健康寿命をのばしましよう！

～社協全体で介護予防に取り組んでいます～



健康寿命とは、平均寿命とは違い、健康上の問題によって日常生活が制限されることなく、生活できる期間のことです。



社会参加は、健康寿命をのばす三要素^{※1}のうち1つで、介護予防につながります。



地域に無理なく続けられる介護予防の場があります。

社協では、社会参加の機会となる活動を支援しています。

高齢者サロン

人との交流や会話が社会的フレイル^{※2}の予防につながり、軽い体操やレクリエーションで身体機能の維持にも効果が期待されます。「ちょっと行ってみようかな」と思える気軽な場で、楽しみながら健康づくりができることが魅力です。



お問い合わせ 磐田市社会福祉協議会 地域福祉係
☎0538-37-9617

シニアクラブ

シニアクラブの趣味クラブでは、好きな活動を通じて生きがいや知的刺激を得られることが、認知機能の維持や精神的フレイル^{※2}の予防につながります。



お問い合わせ 磐田市社会福祉協議会 地域福祉係
☎0538-37-9617

そのほか、友人との交流、自治会活動への参加、ボランティア活動なども介護予防につながります。

介護予防の相談窓口として、社協では以下の相談先で、様々な取り組みを行っています。
お困りのことがありましたら、まずはご相談ください！

福田地域包括支援センター

住み慣れた地域でいつまでも元気で健康に過ごせるよう、歩く習慣を身につけるウォーキングイベントや、高齢者が気軽に立ち寄れ、介護や認知症、健康づくりについて話し合いながら交流できる場の提供、高齢者サロンやシニアクラブに出向いての講話も行っています。



お問い合わせ 各地域包括支援センター連絡先
☎0538-35-3971

社協ケアサービス

自立した生活のために、セルフケアやインフォーマルサービスも取り入れたケアプランを作成しています。介護についてのご相談を承ります。



改修した住宅の訪問

お問い合わせ ☎0538-35-3971

■地域包括支援センターは市内に7か所設置されています。
フレイル^{※2}予防についての取り組みや相談したい方は、お住まいの地区の地域包括支援センターにご相談下さい。

健康寿命をのばして、いつまでも元気に過ごしましよう！

※1 健康寿命の三要素



※2 フレイル 加齢に伴う心身の活力(筋力、認知機能、社会的つながり)が低下し、介護になりやすい状態のことです。

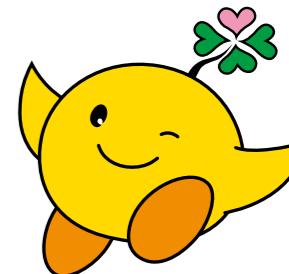
福祉車両、車いすの貸し出し

磐田市社会福祉協議会では、福祉車両、車いすの貸し出しを行っております。
ご利用ください。

車いす、ストレッチャーのまま乗車できる『福祉車両』を貸出しています

対象者

- 磐田市内に住所を有し、日常的に車いすを使用している方



対象車両

- トヨタ シエンタ (運転席1 助手席1 車いす席1)
- トヨタ ハイエース (運転席1 助手席1 介助者席2 車いす席4)
*ストレッチャー可(車両に備えつけのもの)

利用目的

- 病院への送迎
- 施設への送迎
- 福祉団体、障がい者団体等が主催する行事への参加
- 買い物、行楽等



利用方法

- 平日のみ 午前8時30分～午後5時15分
- 1回につき1日以内
- 県内かつ総走行距離200km以内
- 利用料無料
- 利用日の属する月を除く3ヵ月前の1日から予約ができます。
- 車両のみの貸し出しとし、運転手は第一種普通自動車免許を所持されている方(親族の方等)としています。



『車いす』の一時的な貸し出しをしています

対象者

- 磐田市内に住所を有し、一時的に車いすが必要になった方
- 介護者が磐田市内に住所を有し、一時的に磐田市内で介護をする方



利用方法

- 貸出期間は1週間を基本
- 利用日初日の2週間前から予約可
- 利用料無料
- 介護保険等、他制度を利用できる場合は、その制度を優先してください。
- 社会福祉協議会(iプラザ内)、磐田市役所各支所(※豊田支所を除く)で貸出しています。



問い合わせ先 磐田市社会福祉協議会 生活支援係 ☎0538-37-4864

お知らせ・募集

令和7年度ピクトグラムコンテスト 「あったらいいな! “iプラザの思いやりピクト”」

募集対象 小学4年生以上(磐田市在住・在学・在勤)
応募方法 作品記入用紙をご記入の上、以下のいずれかの方法でご提出ください。
 ★窓口で提出(土日祝は、社協文書箱へ入れてください)
 ★郵送 ★メール
応募締切 令和8年1月9日(金)必着
提出先 磐田市社会福祉協議会
 〒438-0077
 磐田市国府台57-7 iプラザ1階
 tiiki@iwatashakyo.or.jp



サロンボランティア スキルアップ講座参加者募集

高齢者サロンで活用できる福祉レクリエーションの講座です!!

日 時 令和8年2月25日(水)午後1時30分～午後3時
会 場 iプラザ2階 交流室1～3
講 師 静岡県レクリエーション協会 副理事長 青野 宏子氏
対 象 磐田市在住のサロン関係者、サロンに興味がある方
定 員 40名
参 加 費 無料
申込み 令和8年2月6日(金)より先着順。
 定員になり次第締切。
 電話または社協窓口にて受付。
問合せ 磐田市社会福祉協議会(0538)37-9617(担当:大場・鈴木)



〃フードバンクへのご協力ありがとうございました。〃
 令和7年8月1日から8月31日までの期間でフードドライブを実施し、お米20kgと食品約313kgが集まりました。
 集められた食品やお米は、「NPO法人フードバンクふじのくに」に寄付される他、市内の子ども食堂や高齢者の配食サービス等の地域活動にも活用させて頂きます。
 ご協力ありがとうございました。

次のフードドライブは
令和8年1月に予定されています。
ご協力の程、
よろしくお願い致します。



せいかつ応援俱楽部 地域支援員説明会

「ちょっとした困りごと」(例えば、家の中の掃除や整理整頓、ごみ出し、買い物代行、庭の草取りなど日常生活上の家事)のお手伝いをする、せいかつ応援俱楽部の地域支援員に登録し、地域で活躍しませんか!?

せいかつ応援俱楽部とは...?

ちょっとした困りごとを、お互い様の気持ちで、地域で助け合う仕組みです。
 1時間500円(チケット制)の有償ボランティアです。



日 時 令和8年3月9日(月)午後1時30分～午後3時

会 場 iプラザ2階 ふれあい交流室1・2

対 象 18歳以上で、地域の助け合い活動にご協力いただける市内在住の方
(資格は必要ありません)

定 員 20名

締切日 令和8年2月27日(金)

申込み・問合わせ 社協本所地域福祉係 (TEL 37-9617)

成年後見制度利用促進セミナー 参加者募集!

成年後見制度利用促進セミナーの最終回が下記日程で開催されます。

ご興味のある方は、ぜひご参加ください。

会 場 iプラザ2階 ふれあい交流室

定 員 50名 **参加費** 無料



セミナー5

「地域福祉活動と権利擁護支援の連携」 ～みんなが主役!ネットワーク支援～

講 師 聖隸クリストファー大学社会福祉学部
准教授・社会福祉士 落合 克能氏

開催日 令和8年1月10日(土)
午前9:30～11:30 1月7日まで受付

申込先、問い合わせ先

磐田市成年後見支援センター(社協内)
TEL:0538-37-2792



申込方法 窓口、電話、WEB(二次元コードより)

浜松いのちの電話では 第41期電話相談員を募集しています

かけがえのない「いのち」を尊重し、電話で寄り添うボランティアにあなたもなりませんか?

応募資格:20歳以上 **応募期限**:2026年1月31日(土)

詳しくは右の二次元コード、

または下記までご連絡ください。

社会福祉法人 浜松いのちの電話事務局

☎ 053-471-9715(平日10時～17時)



連載コーナー

vol.
27

読む防災訓練

知っている人と知らない人では、もしもの時に大違い!
「いわた減災ネットワーク連絡会」からお知らせする
災害関連情報コーナー

“ハザードマップ”を活用しませんか?

「ハザードマップ」は、災害による被害を減らすことを目的に各市町で作られており、皆さんの家庭にも配られています。近年では、地震や台風、洪水、津波、土砂災害など、様々な自然災害に見舞われるリスクが非常に高くなっていますので、お住まいの地域のハザードマップに关心を持ちましょう!

【ハザードマップの使い方】

1.調べたい災害の種類を選ぶ

例えば天竜川の洪水ハザードマップから分かることは洪水・避難所・道路の冠水(アンダーパス)・家屋倒壊等氾濫想定区域(自宅避難は注意)・土石流・急傾斜地・浸水時間(色別)等です。

2.自宅や学校、会社などの自身の調べたい位置を確認する

3.選んだハザードマップの色が示す危険を知る

災害時に想定される被害の範囲や影響が色で区別されています。色の意味を理解することで避難場所、経路を確認することができます。自分の家族の安全を守るために、どのルートでどこに避難すればよいのか家族で話し合ってください。

災害ボランティアコーディネーター チーム豊田 松山 正之



詳しくは、こちらからご覧ください。



かがやく 福祉の グンバビト 現場人

福祉のお仕事ってどんなものがあるか知っていますか?
福祉の現場で働いている皆さんからの声を通して福祉のお仕事の魅力をお伝えします。



ケアハウス花みづき
介護職員

すずきしほ
鈴木 志保さん

主な
仕事内容

・ケアハウスでは、施設内の清掃・入浴・食事の準備・イベント行事・レクリエーションなどの業務に携わっています。

・ディサービスでは、利用者様の送迎、食事の準備、入浴介助、イベント行事、レクリエーションなどの業務に関わり、利用者様に喜んでもらえるよう仕事をしています。

・笑顔を見せていただいたら、「ありがとうございます」と直接言わされることで人の役に立っていることを実感できたり、利用者様とお話をしても勉強になり、仕事にやりがいを感じています。

仕事の
やりがい

ふくし クイズ

Q. 現在絶賛メンバー募集中の、10代から30代に焦点を当て、防災イベントを企画・実施している集まりは?

- ①磐田市若者防災
- ②磐田市少年防災
- ③磐田市青年防災

①～③から
1つ選んで
専用フォームに
入力してね!



正解した方の中から
抽選で5名様に
ふくびーグッズ
をプレゼント!



回答締切
12月31日(水)

前回
(9月号)
の答え

「(ホ)ランテ(イ)アセ(ン)タ(一)」
たくさんのご応募ありがとうございました!
※当選者の発表はグッズの発送をもって代えさせていただきます

ご寄付ありがとうございます！



令和7年8月1日～令和7年10月31日受付分(順不同・敬称略)

一般寄付

井口君夫 芥川幸代 相場みつ子 小笠仁子 見付いっぷく処 丹羽 シティホール豊田
遠州信用金庫 鈴木達也 磐田広域環境整備事業共同企業体 代表者 木戸智弘 押花クラブ
永井好幸 永井敏政 鶴見君江 大村新一郎 一市民

一般寄付(物品)

田原地区社会福祉協議会 青木仁志 遠州信用金庫 正医寺 寺田光孝
岩田地区社会福祉協議会 青城地区まちづくり協議会
ブリヂストンフローテック(株)磐田工場 ベイシアフードセンター磐田豊岡店 一市民

収集物(プルタブ、使用済み切手など)

佐藤ふく美 飯田敏之 長野交流センター ミネベアミツミ(株)浜松工場
竜洋地区民生委員児童委員協議会 (株)ジーエスエフ大原学校給食センター営業所
長谷川稀一 堀本芳枝 柴田昇完 鈴木学 鈴木恵美子 杉本孝彦
サロンエクレール 東海精機OB会 芥川幸代 青島裕子 鈴木孝利
豊田南地区民生委員児童委員協議会 大橋陽子 石川江美 青木仁志 田中公江
大石徳男 大石則子 南部地区民生委員児童委員協議会 磐田市立総合病院経営企画課
見付地区民生委員児童委員協議会 どらいあんぐる磐田 安心総合保険 見付交流センター
酒井政美 土屋里帆 坂上町自治会 東新町みんなと元気の会 大石碩人 酒井友子
法音寺静岡支院 大橋忍 ひまわりの郷 野楽っこ 寺田博幸 鈴木博保
広野なかよしサロン 鈴木麻琴・優希 永井まきゑ 磐田厚生会おおふじ学園
市野輸送(株)清水 鈴木茂 永田寿子 松村達也 楠原美保子 服部病院
佐藤今朝男 鈴木きよみ 大杉陽一 山下文次郎 鈴木弘子 勝下たず子
丸山智久 (有)信和不動産 内藤すみ子 石田隆 大石幸子 青島電気事務所
(有)富士見不動産 磐田北保育園 鈴木達也 子育てセンターみなみしま
富士見幼稚園 父母の会 どい整形外科スポーツクリニック 水谷英子 向笠地域づくり協議会
明るい社会づくり運動 永田里美 勃坂下なかよしサロン 松村建設(株) 橋本洋子
寺田恵 寺田(2番組) 渡辺博允 ソフトバレー「すみれ」 高橋佳禎・桃子
磐周モラロジー事務所女性部 村松義明 河合久美子 浅山英則 笠梅原自治会
市収納課 乗松建設株式会社 さいとうさんち 田口ゆみ子 収集ボランティア陽だまり
駒場お囃子同好会 一市民

ひろがる「ヘルプ」



イラストレーター/福丸ぼち



田原地区社会福祉協議会



シティホール豊田



青城地区まちづくり協議会



遠州信用金庫



ブリヂストンフローテック(株)磐田工場



駒場お囃子同好会

各種相談先(秘密は厳守します)

相談名

問合せ先

開催日時・会場

福祉なんでも相談	社協本所(生活支援係)	0538-37-4864	毎週月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分 iプラザ1階 社協本所
ボランティア相談	ボランティアセンター	0538-37-6200	
成年後見相談	磐田市成年後見支援センター	0538-37-2792	

編集
後記

忙しい毎日の中にある誰かの思いやりを、ひとつ残らず拾い尽くすまちでありたい
ですね。(遠藤)
駅伝やマラソンの季節。見るのは好きだけど実際には1kmも走れません。(神谷)

社協本所

〒438-0077 磐田市国府台57番地7 iプラザ(磐田市総合健康福祉会館)1階
TEL:0538-37-4824(総務係)

TEL:0538-37-9617(地域福祉係)

TEL:0538-37-4864(生活支援係)

TEL:0538-37-6200(ボランティアセンター)

FAX:0538-37-4866(共通)



ホームページ



facebook



instagram

磐田市社協ケアサービス

TEL:0538-35-3971 FAX:0538-21-2922

磐田市福田地域包括支援センター

TEL:0538-58-3242 FAX:0538-58-3243

磐田市成年後見支援センター

TEL:0538-37-2792 FAX:0538-37-4866

くらしと仕事相談センター

TEL:0538-32-8880 FAX:0538-32-8881