

APR.2026  
VOL.86

—編集・発行—

社会福祉法人  
長野市社会福祉協議会

# ふくしながの

—私たちの身近なところにある「ささえあい」の取組  
そして、日々変わる福祉の制度や事業  
「ふくしながの」は、そんな「身近な福祉情報」をお届けします—

「ふくしながの」は長野市社会福祉協議会ホームページからもご覧いただけます  
<https://www.csw-naganocity.or.jp/>



▼ご利用者がデイサービスの庭を活用し、季節の野菜作りに挑戦しています。



▼福祉有償運送運転者講習の様子。ご利用者の安心・安全を支えるため、真剣に講習に取り組んでいます。



## 長野市社協ってどんなことをしているの？



▲皆様のご協力によりご寄付いただいた食品を、相談者様へお渡ししている様子です。



▲住民を対象とした防災に関する研修を行っています。

長野市社会福祉協議会、通称「長野市社協」。社協ってどんな組織なの？どんなことをやっているの？そんな疑問をお持ちの方は少なくないようです。

長野市社協では、地域福祉を推進する中核的な団体として、誰もが支え合いながら安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進することを使命として業務を行っています。今回の特集では、普段、あまり福祉活動等に関わりがない方にも長野市社協について知っていただけるよう、取り組んでいる事業を紹介します。

## 第86号 - CONTENTS -

特集 「相談も、支え合いも。社協のしごと」

… P2～P3

長野市社協の相談窓口、ご寄付について、クイズ

… P4

# も。社協のしごと

福祉の窓口として活動しています。



## 福祉のまちづくりをすすめます

### 地域の生活課題解決に向けて、いっしょに考えます！

地域福祉の担い手のひとつである住民自治協議会や民生委員、ボランティアの方々などとパートナーシップの強化を図り、誰もが住み慣れた地域で暮らし続けられるようにするために、何ができるか一緒に考えます。

お茶のみサロンや子育てに関する集まりなどのほか、地区それぞれが特色や独自性を活かした取組を行っています。

### 「お互いさま」のたすけあいを進めます！

各地区の住民自治協議会と協働して実施している「地域たすけあい事業」では、地域にお住まいの方同士が「お互いさま」の気持ちを大切に、身の回りの家事や通院のお手伝いをしています。協力会員の皆様にはご自身ができることを、できる範囲でご協力いただいています。



◀長野市のまちづくり・ボランティアに関する取組の他、市民の皆様が取り組まれている地域での福祉活動をInstagramにて発信しています。ぜひご覧ください。



▲長野市ボランティアセンターでは、ボランティアグループの交流と、市民の皆様がボランティア活動を始めるきっかけづくりとして、毎年「ボランティアのつどい」を開催しています。



長野市のまちづくり  
(長野市社会福祉協議会地域福祉課)  
(naganoshi\_syakyo\_chiiki)



地区の活動計画会議の様子。(大豆島地区)▶  
地域の課題解決に取り組みます。

## 高齢者・障害者の暮らしを支えます

### 住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるように

介護が必要になったり、当たり前のように暮らしてきた日常生活が難しくなった時でも安心して在宅生活が送れるよう、私たちは通所介護（デイサービス）、訪問介護、居宅介護支援等の事業所を運営し、地域での暮らしを支えています。

通所介護では、ご本人が「やってみようかな」と自発的に取り組める活動づくりに力を入れ、地域のお店や事業所と協力したエコバック等の作成や農作業など、これまでの経験や得意なことを活かして地域の方々に関わることができる機会も設けています。

訪問介護では、介護保険サービスに加えて障害のある方の支援にも取り組み、外出が難しい視覚障害のある方の通院や買い物などの支援も行っています。また、長野市の事業を受託してヤングケアラーの支援にも力を入れています。

居宅介護支援では、ケアマネジャーがご利用者やご家族の「思い」や「生活スタイル」を大切にしながら、可能な限り住み慣れた地域の中で自立した日常生活を営めるよう支援しています。



▲通所介護で日々の機能訓練の様子。



▲職員の資質向上のために研修を行っています。

社協の介護サービスについてはこちらから▶





# 相談も、支え合い

ひとりひとりの声を大切に、社協は地

## 生活・仕事・住まいの困りごとに寄り添います

### こんな不安、抱えていませんか？

- 収入が不安定
- 物価高騰で家賃や光熱水費の支払いが心配
- 仕事のことで悩んでいる
- 家族のことが心配
- どこに相談したらいいかわからない



▲フードドライブを実施してご寄付いただいた食料

### ひとつでも当てはまったら、まずは電話かメールでご相談ください

- 相談は無料、秘密は厳守します
- ご本人だけでなくご家族からの相談もお受けしています
- 来所が難しい場合は訪問での相談も可能です



◀まいさぼ長野市についてはこちらから

### 職員の声

失業や病気、障害など何らかの要因により誰しものが生活困窮になる可能性があります。

また、地域社会とのつながりがなく、身近に相談できる人がいないため困りごとを誰にも言えずに一人で抱えてしまうことがあります。

まいさぼ長野市では、困りごとをお聞かせいただき、相談者様の気持ちに寄り添い、今の状況を整理しこれからのことを一緒に考えます。相談にお見えになる方からは、「もっと早く相談すればよかった」「誰にも言えない悩みを聞いてもらってよかった」といったお声も聞かれています。

ひとりで悩まず、まずは困りごとをお聞かせください。(ご連絡先はP.4「まいさぼ長野市」をご参照ください。)

### フードドライブ実施中

※相談者の方に提供している食料品等は、市民や企業・団体の皆様からご寄付いただいたものです。食料品等の寄付の受付もまいさぼ長野市で行っております。ご家庭で余っている食料品等がありましたら、「誰かのためにできること」を無理のない範囲でご協力いただきますようお願いいたします。

## ひとりひとりの暮らしを支えます

### あなたのそばに、寄り添う支援があります



身寄りがない方や、親族がいても頼ることが難しい方の中には、将来の一人暮らしや入院、施設への入所、亡くなった後の手続きなどに不安を感じている方がいます。

私たちは、そうした将来への不安や悩みをお聞きし、任意後見制度などの公的支援制度の利用に向けたご案内や、医療機関や福祉施設、公的機関、専門職などと連携して、安心して暮らすことができる支援体制づくりをサポートしています。

また、認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力に不安があり、福祉サービス利用の手続きに支援が必要な方には、契約に基づいて、福祉サービスの利用支援や日常のお金の出し入れなどをお手伝いします。(日常生活自立支援事業・暮らしのあんしんサービス ☎026-225-0155)

加えて、判断能力が不十分な方を法的に保護し、支援をする成年後見制度に関する相談や申立ての手続きの支援も行っています。

市民の皆様からのご相談をお受けしています。電話や来所のほか、ご自宅などへの訪問相談も行っています。来所、訪問による相談をご希望の方は、事前に電話でご予約ください。相談は無料です。どうぞお気軽にお問い合わせください。

(ご連絡先はP.4「長野市成年後見支援センター」、「『おひとりさま』あんしんサポート相談室」をご参照ください。)

# 長野市 社協の相談窓口

お困りの方どなたでもご利用いただけます。  
(ただし長野市在住又は在勤の方に限ります。)

○相談は無料 秘密は厳守します

※祝・休日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)、毎月第3日曜日はお休みです。

こんな時はお電話ください。

<p>生活が苦しい、 就職がうまくいかない</p>	<p>まいさぼ長野市(月～金曜日 8:30～17:15) ☎026-219-6880</p>
	<p>相談員と一緒に考えたり、現状を整理をしながら生活の立て直しや、困りごとの解決をお手伝いいたします。 ○経済的に困窮している方 ○引きこもりや孤立状態にある方 ○仕事に就けない方 ○困っているのに誰に相談して良いか分からない方 など</p>
<p>悩みや困りごとを聞いて欲しい</p>	<p>きぼう相談 (本部：毎週火・金曜日 9:00～16:00) ☎026-226-8200 (篠ノ井：毎週月曜日 9:00～16:00) ☎026-292-1151</p>
	<p>相談員がじっくり話をお聞きし、必要な場合は様々な専門機関につなぎます。 ○どこに相談して良いか分からない方 ○専門機関に相談するほどではないかもしれない…というような悩みをお持ちの方 など</p>
<p>成年後見制度について知りたい</p>	<p>長野市成年後見支援センター(月～金曜日 8:30～17:15) ☎026-225-0153 (信濃町、飯綱町、小川村の方もご利用頂けます。)</p>
	<p>判断能力の不十分な方が安心して地域で生活を送れるように後見人が資産の管理や契約の支援を行います。 ○家族や自身の今後に備えあらかじめ制度のことを知りたい方 ○「後見制度の活用が必要」と言われたが、どのように進めればよいのか知りたい方 など</p>
<p>一人暮らしをしていて将来が不安だ</p>	<p>「おひとりさま」あんしんサポート相談室(月～金曜日 8:30～17:15) ☎026-219-5115</p>
	<p>身寄りのない方のおひとりでは解決が難しい困りごと・不安解消のお手伝いをします。 ○今は元気に一人暮らしをしているけれど、将来の準備をしておきたい方 ○一人暮らしで将来、入院するとき、頼れる親族がおらず不安な方 など</p>
<p>ボランティアについて相談したい</p>	<p>長野市ボランティアセンター(月～金曜日 8:30～19:30 / 土・日 9:00～17:30) ☎026-227-3707</p>
	<p>ボランティア活動や市民活動に関する様々な相談をお受けします。 ○ボランティア活動してみたい方 ○ボランティアの力を必要とする方 など</p> <p style="text-align: right;">長野市ボランティアセンター 公式LINEアカウント 最新のボランティア情報を発信しています。</p> 
<p>地域の活動をどう進めて良いか 分からない、知りたい</p>	<p>地域福祉担当(月～金曜日 8:30～17:15) ☎026-227-3030</p>
	<p>各地区の福祉活動を進めるための支援をいたします。 ○地区地域福祉活動計画の策定…アドバイスから他地区の情報提供、策定に向けた支援を行います。 ○活動の助成…サロンや地域福祉大会など各地区の福祉活動を進めるための活動費の助成をいたします。</p>

この他 WEB サイトからもご相談頂けます URL : <https://www.csw-naganocity.or.jp/contact>



## ご寄付を賜りまして 誠にありがとうございます

令和7年8月から令和8年2月までにご寄付をいただいた方々をご紹介します。皆様の善意に厚く御礼申し上げます。

- ・北陸銀行 長野支店 様
- ・「小さな親切」運動長野支部 様
- ・生長の家白鳩会 長野教区川中島地区連和み支部 様
- ・NTT 労組退職者の会 長野地区協議会 様
- ・長野地域退職者連合 様
- ・長野市ママさんバレーボール連盟 様
- ・宗教法人真如苑 様
- ・長野清泉女学院中学・高等学校 様
- ・戸谷 菜穂子(スソバナ電化) 様
- ・小松 亮太 様
- ・長野市ママさんバレーボールクラブ 様
- ・株式会社第一ビルディング 松本支店 様
- ・戸谷 芳仁 様
- ・NTT 東日本 長野支店 長野施工管理担当 様
- ・匿名 様



## ご寄付のお願い

皆様からのご寄付が地域福祉を推進するための貴重な財源となっておりまして、より多くのご支援を心よりお願いいたします。

- ～ご寄付の例～
- 金銭による寄付
  - 食料品の寄付
  - 未使用タオルの寄付
  - など

ご寄付については現金、クレジットカード、銀行振込、遺贈などの方法で承っております。  
詳細については、本会ホームページをご覧ください。  
ご寄付は、担当までお問い合わせください。

○総務課総務担当 TEL : 026-225-1234  
○住所 : 長野市大字鶴賀緑町 1714-5  
長野市ふれあい福祉センター



こちらから  
ご寄付いた  
だけます

## 「ふくしながのクイズ」で図書カードを当てよう!

クイズ

「長野市社会福祉協議会、通称〇〇〇〇〇」  
〇〇〇〇〇に入る言葉(漢字5文字)をお答えください。

○答え・氏名・住所・年齢・ふくしながのや本会についてのご意見、取り上げて欲しい情報等をはがきを書いて下記までお送りください。  
○抽選により10名の方に「ふくしながのオリジナル図書カード」をプレゼントします。  
○締め切りは4月30日(木)です。  
○送り先 〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町 1714-5  
長野市社会福祉協議会「ふくしながのクイズ」係