

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに。

# 福祉くるべ



わからないから、  
いいんだよ。

特集「地域とつながり魅力を発信する」

スマイルワーカー 伊野美幸さんのお話

活動レポート

小物づくり教室

2023

# 11

November

[編集・発行] 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 令和5年11月1日発行

この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。

2023  
**11**

介護予防のための

## 元気はつらつ体操教室

黒部市福祉センター  
TEL.(0765)54-1082

★新規参加者随時受付中

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2 睡眠と健康の 知恵袋講座	3 文化の日	4
5	6	7 睡眠と健康の 知恵袋講座	8 自力整体	9 体操	10 脳トレ	11
12	13	14 体操	15 ヒートショック・ 薬について	16 自力整体	17 自力整体	18
19	20	21 自力整体	22 認知症 予防教室	23 勤労感謝の日	24	25
26	27	28 脳トレ	29 睡眠と健康の 知恵袋講座	30 ヒートショック・ 薬について	12/1 睡眠と健康の 知恵袋講座	2
3	4	5 自力整体	6 自力整体	7 アロマ・ヨガ	8 体操	9

★令和4年4月より、生き生き倶楽部の予定は広報くるべにて掲載しております。

- アロマ・ヨガ**  
村田 あゆみ 先生
- 自力整体**  
稲田 清美 先生
- 脳トレ**  
くろべ脳トレクラブ
- 体操**  
藤田 英子 先生
- 認知症予防講座**  
池田リハビリテーション病院
- ヒートショック・薬について**  
サエラ薬局
- 睡眠と健康の知恵袋講座**  
明治安田生命

■ は休館日  
時間/10:00~11:00  
対象/65歳以上の方  
参加費/300円(入館料のみ)

健康の  
**豆**  
知識

### 十分な睡眠と ちょっとした運動を!

富山県において  
睡眠で休養が取れていない人の割合

男性 47.3% (全国 **2位**)

女性 51.5% (全国 **1位**)

富山県の中高年男性は日本一の運動不足。  
女性もワースト2位という結果が。

**1時間に1度は席を立ち、  
2~3分でも歩きましょう!**



今月の表紙

リビングで横になってくつろぐ結翔(ゆいと)くんと愛犬のチーズ。思っていることがわかり合えるときもあるけれど、わからないことがほとんど。だから、毎日一緒にいておもしろい。お互いになくってはならない大事な存在です。

福祉・ボランティアに関することは

黒部市社会福祉協議会

<http://www.kurobesw.com/>



本所 黒部市福祉センター内

〒938-0022 黒部市金屋464-1 TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797  
TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター) Eメール kurobesw@ma.mrr.jp

宇奈月支所・黒部市東部地域包括支援センター 黒部市ふれあい福祉センター内  
〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111 TEL.(0765)65-1165 FAX.(0765)65-9533  
Eメール tobu-houkatsu@kurobesw.jp

私たちは5GOALS for 黒部を推進しています



ちょっと情報 [黒部市の人口] 39,804人 [65歳以上の人口] 12,869人 高齢化率 32.3% R5.9.30現在



2018年4月からパッシブタウンで始まった「めぐり、つながる KAYA DO! (かやどうフリー)」。4月から11月まで毎月第2日曜日に約50店舗が出店し、敷地内にある約100種類の植物を楽しみながら季節に合わせたイベントを開催しています。

今回は、KAYA DO! フリー実行委員会事務局の飛世裕香(とびせ ゆか)さんと実行委員会 地域メンバーの荻野弘文(おぎの ひろふみ)さん、鈴木杏奈(すずき あんな)さん、市橋友子(いちひしともこ)さんからお話を伺いました。

### 賑わいとつながりが生まれる場に

パッシブタウンの庭を管理する造園会社(株野上緑化)に勤めている飛世さん。パッシブタウンが第3街区まで完成したときに物件所有者であるYKKグループから「パッシブタウンを賑わいの場や地域とのつながりの場として活用することはできないか」と相談がありました。そこで、飛世さんが事務局を務め、実行委員会を立ち上げていくことに。実行委員には黒部で活動をしている人たちが活動したいと思っている人たちに声をかけていきました。

立ち上げ当初から実行委員である荻野さんは、「自分に声がかかったときは、定年退職後に独立して仕事を始めた年だったんです。仕事

をそのまま活かせると思ったし、ライフワークとしてやりたいことでもありました」と当時の振り返りをします。

手探りで始まったKAYA DO! フリー。その名称は、パッシブタウンの場所がかつて黒部市三日市茅堂(かやどう)と呼ばれる地域であったことと、行動を起こす意味を持つ「DO」、障壁がない、自由さを意味する「フリー」を掛け合わせてきました。

パッシブタウンの入居者でもある市橋さんは、「私は夫の転勤で黒部に来たので、ここでいろんなつながりを作りたいと思ったんです。ここに住んでいる以上しっかりと関わりたいという気持ちでKAYA DO! フリーのことをしている時間が好きですね」と話します。

黒部市地域おこし協力隊だった鈴木さんは、「パッシブタウンは国内外から転勤や移住されてきた方が多いので、そういった方々と地元の方々が垣根なく楽しめる場所になると思っています。ここが盛り上がりやすくと移住・定住にもつながると思っています」と話します。

### 世代を越えて、垣根を越えて

KAYA DO! フリーの今年のテーマは「連携・地域とのつながり」です。KAYA DO! フリーを知ってもらおうところから始ま



8月のKAYA DO! フリーで賑わう人々

り、今は他団体や地域と連携してKAYA DO! フリーを開催できるようになりました。7月には阿古屋野森づくりクラブによる竹のクラフトワークショップを開催。阿古屋野森づくりクラブの方々も参加者の方々もとても楽しんでいました。8月には黒部踊りと連携。黒部踊り街流し実行委員会にも所属している鈴木さんは、「同日開催と一緒に黒部全体を盛り上げていきたいなと思っていました。当日は、黒部踊りの会場とパッシブタウンをつなぐ電気自動車バス「EMU(エミュー)」を走らせることができて、KAYA DO! フリーチームで



(右奥から)荻野さん、鈴木さん、市橋さんと、(右側)飛世さん

Q. 子どもたちの思い出を教えてください。

数年前、公民館祭りが悪天候のために中止になり、演奏発表する予定の子どもたちが学童で演奏を披露してくれたことがありました。子どもたち自身も発表の場を得て喜んでいましたし、私たち指導員も子どもたちの姿を見て感動しました。また、今年8月には手形アート、ドミノ、ちぎり絵などをしました。指導員の特技を活かしたり公民館と連携を図ったりして活動ができ、どれも楽しい時間でした。

子どもたちが毎日安全に過ごせるように配慮し、個性を大切にしています。どのお子さんも元気が良く素晴らしい個性を持っているので、これからもそれぞれの良さを伸ばして行ってほしいと思います。

# スマイル ワーカー



放課後児童指導員  
**伊野美幸さん**  
(いのみゆき)

村椿学童育成会  
(村椿小学校放課後児童クラブ)




趣味  
手芸

活動レポート | 8月10日(木)浦山交流センター

## フルーツの音色で癒される人々の心と空間

フルーツアンサンブル「ひなたぼっこ」による演奏会が行われました。「ひなたぼっこ」は県内のフルーツ愛好家の方々と結成されており、浦山地区在住の福島光繁さんもメンバーの一人です。全6曲を披露し、浦山地区のみなさんはフルーツの音色に合わせながら歌を口ずさみ、「どの曲も素敵!」と感動していました。

「ひなたぼっこ」代表者の日南田智美さんは、「福島さんのように地元の方がいると、地域の方とご縁が広がるので、そういったご縁を大事にしたいです。音楽を通して曲が持つ力やメッセージを聴いてくださる方々に伝えていきたいです」と話されました。



「星条旗よ永遠なれ」の曲で一体となった会場



ステージ発表を終えた子どもたちが遊ぶ様子

黒部踊りにも参加することができました」と話します。市橋さんは、「黒部踊りのような伝統芸能が実は私たちの身近にあるんですね。子ども頃の頃にお祭りに参加した思い出がある人が多いほど伝統も続いて行くと思うので、地域をつないでいくお祭りを大切にしたいなって感じました」と話します。9月には黒部民謡友の会によるステージ発表も行われ、訪れた若い人々が伝統に触れる場となりました。

桜井高校や富山大学によるワークショップもあり、イベントサポーターとして協力してくれる学生も増えてきています。「学生さんたちが就職活動や将来に活かせるような体験ができればいいなと思っていて、実行委員以外にも協力してくださる人を増やしていけたら、いろいろな変化が付けられると思いますね」と飛世さんは話します。

### 知ってもらおうことから 次のステップへ

工夫を凝らしながらも立ち上げたときの思いを大切にしている飛世さんと実行委員のみなさん。企画を考えるとときには地元の声、若い世代の声、入居者の声に耳を傾け、最近ではシニア層の声も届くようになってきました。たくさんの方の声が混ざり合ってKAYADO!フリーができています。

荻野さんは、「最初の3年間は特別なイベントのような感じがありました。人々の心をつかむにはそれでよかったと思いますが、そろそろ地域に根差していく時期だとも感じています。市内の他のイベントと全く同じにならないように特別感も残しつつ、もっといろんな人たちが来やすいように生活に寄り添ったものにしていきたいですね」と話します。

「私自身もKAYADO!フリーに関わったからこそ、黒部に素敵なお店や楽しい場所があることを知ってたくさんの方に魅力を感じられました。みなさんのアイデアや今までの経験が絡み合うから、毎回おもしろいことができるのだと思います。地域のみなさんに愛されるKAYADO!フリーでありたい、ここでの気づきを暮らしに持ち帰っていただきたいという思いでまだまだ試行錯誤中です」と飛世さん。4人のお話からは、立ち上げ時の思いは忘れずに新しいことを試みていくことで、地域の賑



黒部民謡友の会によるステージ発表(9月のKAYADO!フリー)

＼CHECK /

Instagram

Facebook

ホームページ

KAYADO!フリーの  
最新情報配信中

わいの場や人々のつながりの場としての可能性を広げていけるのだと感じました。そして、多くの人や団体がイベントに参加することで世代を越えた出会いとコミュニティが広がり、地域の魅力を感じられるようになると思います。

市内**204**箇所 (令和5年10月1日現在)  
に募金箱を設置しました！

設置してくれるお店を募集しています！

もし見かけたら募金にご協力をお願いします。

<b>生地</b>
生地公民館
生地こども園
魚の駅「とれたて館」
魚の駅「できたて館」
ファミリーマート黒部生地漁港前店
JA生地支店
(株)高岡商店
丸中水産(株)
(有)能登石油
朝日歯科クリニック
藤が丘クリニック
むらおかクリニック
のと歯科
<b>石田</b>
石田公民館
黒部市美術館
黒部市総合体育センター 体育館
黒部市総合体育センター 温水プール
せせらぎハウス黒部
吉田タイヤ(株)
横山精肉店
モルトポーノ
石田こども園
REIWA PANCAKE
森岡酒店(株)
JA本店
JA南部支店
中野工業(株)
PLANT黒部店
KOKOくろべ
桜井建設(株)
石油部石田マリンサービスステーション
<b>田家</b>
田家公民館
田家保育所
黒部市ふれあい交流館あこや〜の
ジャンプ黒部店
(有)八木商店 (田家)
セブンイレブン黒部田家店
<b>村椿</b>
村椿公民館
村椿保育所
くろべ工房
吉田科学館
YKK労働組合「図書室」
(株)YKKツーリスト
YKKセンターパーク (受付・カフェ)
潟田石油(株)
共和土木(株)石油スタンド
<b>大布施</b>
大布施公民館・大布施農村研修館
おおふせ認定こども園
さくら幼稚園
ちびっこぎらら保育園

たんぼぼ保育園
大阪屋ショップ黒部店
ニイカワポータル
黒部市立中央児童センター
(有)リバース工房 ライフサポート笑
アルコットケア(株)
(株)MITAI
JA北部支店
いわた
喫茶狐狸庵
狐狸庵 (中華)
売店 ひだまり (黒部市福祉センター)
黒部市福祉センター
風車
黒部商工会議所
黒部クリーン(株)
セブンイレブン黒部堀切店
セブンイレブン黒部沓掛店
カーフィールド
ファミリーマート黒部植木店
岩井整形外科医院
桜井建設(株)
石油部桜井サービスステーション
<b>三日市</b>
三日市公民館
三日市保育所
三島保育所
黒部愛児保育園
黒部市役所 (受付・福祉課ほか)
黒部市役所 (食堂)
(有)デスクサポート くりっぷ
喫茶ちび
黒部市国際文化センター コラーレ
ラジオ・ミュー (コラーレ内)
パ・ド・ドゥ (コラーレ内)
マックスバリュ 黒部コラーレ前店
ラーメンショップみやぎ
黒部市立東部児童センター
かって屋 (コミサボ黒部)
メルシー
ファミリーマート黒部三日市店
黒部市民病院 (窓口・売店・カフェ)
リラハウスもりおか
北辰自動車工業(株) (三日市)
ケーキハウスミユク
昌栄堂
チューリップ薬局黒部店
サエラ薬局黒部店
ひらた資生堂薬局
中井酒店
酒のすがの
黒部青年会議所
焼肉ひろ亭
あんず薬局
ジュメル

山谷書店
シェルグラン
花水木
アイリーハウス
JA三日市支店
はんこ堂岩井印房
吉澤内科医院
パレス扇寿
カフェ・ボンフィーノ
パッシブキッチン
スポーツ黒部
(株)てらだ
植万
神谷酒店
高桜内科医院
(有)八木商店 (三日市)
黒部市勤労青少年ホーム
くろべハートフル館「花いかだ」
にいかわ若者サポートステーション
(有)カーメンテナンス朝倉
セブンイレブン黒部三日市店
大橋耳鼻科・眼科クリニック
岩田クリニック
こいずみクリニック
藤森内科医院
アイン薬局 黒部市民病院店
新川ベースボールパーク バッチコイ!
学習支援ハウス みんなの家
くらた皮ふ科クリニック
<b>前沢</b>
前沢公民館
前沢保育所
黒部市シルバー人材センター
きときと寿し黒部店
手打ちそば はなと
北辰自動車工業(株) (前沢)
くろべ牧場まぎばの風
さんさん前沢(前山公民館内)
ロータス勇晃
<b>荻生</b>
荻生公民館・荻生の館
荻生保育所
ワークマンプラス黒部店
原信黒部店
まつみ食堂
ジェノバ
J-Quest黒部店 (株)ジェイクエスト
水の時計
米原商事(株)エネルギー部黒部給油所
金田クリニック
桜井病院
<b>若栗</b>
若栗公民館

若栗保育所
黒部市地域観光ギャラリー
(有)八木商店 (若栗)
(有)八木商店 (黒部インター前)
吉沢工業(株)
丸田石材工業(株)
<b>東布施</b>
東布施公民館
東布施保育所
<b>宇奈月</b>
宇奈月公民館
黒部市芸術創造センターセレネ (受付・カフェ)
関西電力(株)黒部川電気記念館
北陸銀行宇奈月支店
多喜屋薬局
黒部峡谷鉄道(株) (トロッコ駅・事務所)
宇奈月温泉駅 (富山地方鉄道)
宇奈月温泉総湯・宇奈月温泉観光案内所
ホテル桃源
やまのは
お酒のお宿 喜泉
延楽
ホテル黒部
湯快リゾート黒部・宇奈月温泉
宇奈月グランドホテル (受付・売店)
カフェ・ボンフィーノ宇奈月店
河田書店
<b>内山</b>
内山とちの里・内山公民館
黒部市役所宇奈月サービスセンター
<b>音沢</b>
音沢公民館
<b>愛本</b>
愛本交流館・愛本公民館
あいもと里山工房
<b>下立</b>
下立公民館
下立保育所
宇奈月麦酒館
宇奈月食菜館
うなづき友学館
<b>浦山</b>
浦山公民館
うらやま保育園
黒部市ふれあい福祉センター
黒部市宇奈月体育センター
黒部市教育センター
黒部市生涯学習文化スクエア
ぶらっと
大阪屋ショップ宇奈月店
よか楼
JA東部支店
ヒ口助

順不同

黒部の町を  
良くするのは、誰だろう。



あなたのまちに、  
帰るお金。

70%が、  
あなたのまちに  
届いています。

赤い羽根共同募金で集まったお金は、  
その約70%が募金されたまちで  
使われています。  
あなたが住んでいるまちや、好きなまちが、  
もっと良いまちになるためのお金です。

じぶんの町を良くするしくみ。  
赤い羽根共同募金

2023

黒部市内の**204箇所**のお店や施設が  
この募金箱を置いてくれています！



募金の  
つかいみちは  
こちらで検索！

はねっと 検索

ピンバッジ募金として1,000円以上募金いただいた方に、ウォー太郎ピンバッジを1個お渡ししています。  
ご希望の方は黒部市共同募金委員会窓口(黒部市福祉センター)までお越しください。(平日8:30~17:00)

募金箱設置に関するお問い合わせ 黒部市共同募金委員会 〒938-0022 黒部市金屋464-1 Tel.0765-54-1082

じぶんの町を良くするしくみ。  
**赤い羽根共同募金**  
募金期間：2023年10月1日～12月31日

## 黒部市福祉センターのお知らせ

休憩時間/8:30~16:00 入浴/10:30~15:30

## 11月

5日(日) 10:30~ グリーンロード富山(カラオケ・踊り)

11日(土) 10:00~ こぶしカラオケ愛好会

12日(日) 12:30~ 虹の会(歌と踊り)

18日(土) 10:30~ 魚津カラオケ友好会

19日(日) 10:30~ 歌謡パラダイス・歌謡くらぶ

25日(土) 10:45~ #なんでもや~歌謡団b(歌と楽器演奏)

26日(日) 11:00~ 藤間流華松会(日本舞踊)

休館日 毎週月曜日(6日・13日・20日・27日)  
祝日の翌日のため4日・24日は休館日です。

## 12月

2日(土) 10:30~ 華の会(歌謡ショー)

3日(日) 10:30~ グリーンロード富山(カラオケ・踊り)

9日(土) 10:30~ 立山相碁会(相撲碁句)

23日(土) 10:00~ こぶしカラオケ愛好会

休館日 毎週月曜日(4日・11日・18日・25日)  
年末年始のため12月30日~1月3日まで休館日です。

催し物と休館日のご案内

## ポールウォーキング

- 10日(金) 13:30~15:00  
場所:石田交流プラザ(現地集合)
- 24日(金) 13:30~15:00  
場所:大布施公民館(現地集合)

## 囲碁・将棋クラブ

金曜日(3日・10日・17日) 9:00~16:00  
場所:黒部市福祉センター 研修室

## 元気カラオケクラブ

9日(木)・23日(木) 9:00~15:30  
場所:黒部市福祉センター 研修室

今月のクラブ

## お知らせ

小物づくり教室

## ちりめんで作る 干支の置き物(辰)



日時	①令和5年11月28日(火) 13:30~15:30 ②令和5年12月5日(火) 13:30~15:30 ※1回の受講で完成します。
場所	黒部市福祉センター 研修室
講師	高島 真実子 氏
定員	各回15名
参加費	700円 ※入館料込み
持ち物	縫い針、まち針、はさみ、黒糸
申込み期間	11月1日(水)~11月20日(月)
申込・ お問合せ	黒部市社会福祉協議会 TEL.(0765)54-1082

## 今月の相談日

### 弁護士と法律相談

■黒部市福祉センター(金屋464-1)  
11月21日(火) 13:30~15:30  
予約受付11月1日より※先着4名  
相談内容問わず、年度につき  
1人3回までのご利用とさせていただきます。

### 富山県東部生活自立支援センター 生活自立支援相談

■黒部市福祉センター(金屋464-1)  
11月13日(月) 10:00~11:30  
予約受付11月1日より

## お知らせ

秋のイベント2本立て  
「今日、コラーレに行かないと」

2023年11月28日(火)

黒部市国際文化センター コラーレ マルチホール

参加  
無料

参加者 各イベントに興味のある方、どなたでも

申込みは  
二次元コード  
又は  
社協HPから



ふくしDXフォーラム  
in くらべ



第2回 ウェルビーイングな  
まちづくりを考えるワークショップ

問い合わせ 黒部市社会福祉協議会  
TEL.(0765)54-1082 または、  
一般社団法人SMARTふくしラボ  
TEL.(090)5754-3888  
メール smalab.1@smartfukushilab.org

## プログラム

13:30-16:30

### 「ふくしDXフォーラム in くらべ」

福祉分野のデジタル化、DX推進を目指し、様々な取り組みを知り、学びながら、ふくしDXを進めていく上での課題やポイントについて参加者とともに考えていきます。様々な企業様からふくしDXにつながる出展ブースも紹介されます。

18:00-20:00

### 第2回 ウェルビーイングな まちづくりを考えるワークショップ

第1回に引き続き、一般社団法人スマートシティ・インスティテュートの南雲氏、デジタル庁の下山氏を招き、黒部市内で集めた主観的データ(アンケート結果)を基に、福祉と暮らしとまちづくり、そして地域と自分の幸せについてみんなで考えます。

## 活動レポート | 9月30日(土)黒部市立東部児童センター

### おもちゃ病院スタッフと一緒に くるくる回るメリーゴーランドを作ってみよう!

東部児童センターと中央児童センターによる「合同児童センターまつり」にて、黒部おもちゃ病院ピノキオによる「くるくる回るメリーゴーランドを作ってみよう!」教室が行われました。この手作りおもちゃは、磁石と乾電池で磁力を発生させ、飾りを付けた針金が回転するものです。針金が動く様子を見た子どもたちは歓声をあげ、親御さんは「わからないところを教えてください、なぜ針金が動くのか、子どもが考えるきっかけになったと思います」と話されました。

黒部おもちゃ病院ピノキオでは、身近な物でおもちゃを作る楽しさを伝え、おもちゃを大切に使う気持ちを育てています。

完成作品



添え木を使って針金をきれいに曲げる工程