

しゃきょう だより

2026. 9 発行

編集・発行

社会福祉法人 龍ヶ崎市社会福祉協議会
〒301-0836 龍ヶ崎市3543番地
(龍ヶ崎市役所保健福祉棟内)

TEL 0297-62-5176

FAX 0297-62-5575

メール info@ryu-shakyo.jp

最新情報を
掲載中！

公式
ホームページ▶



公式SNS



facebook



YouTube



夏のジュニアボランティア体験 盲導犬体験

8月1日(土)、龍ヶ崎市多世代交流センターRINK(龍ヶ崎市役所保健福祉棟3階)にて、小学3年生から中学生を対象に「盲導犬体験」を開催しました。

東日本盲導犬協会から講師と3頭の盲導犬訓練犬を招き、実演やスライドを使用した説明を通して、分かりやすく、視覚障がいや盲導犬について学びました。

参加者の声 (一部抜粋)

様々な感想を持ち
福祉についての
学びを深めました

- 盲導犬はすべてのお店に入れるということを知った
- 目が不自由な人の体験が印象に残った
- 盲導犬はトイレなどをちゃんとしていた
- 盲導犬についての法律があることを知った
- 目の不自由な方への声かけがしやすくなった

白いハーネスは お仕事中の印

さわったりせず、
やさしく見守ってね



もくじ

P 2 ふれ愛広場2026

P 3 赤い羽根共同募金 社協トピックス

P 4~5 ボランティアだより ふれ愛レシピ

P 6~7 地域お宝情報(生活支援体制整備事業)

地域福祉活動計画 クロスワードパズル

P 8 社協からのお知らせ 連絡先一覧



しゃきょうだよりは、皆さまからお寄せいただいた「赤い羽根共同募金」により発行されています

ふくし♡まつり

ふれ愛広場

2026

10/3 (土) 10:00~14:30

会場：龍ヶ崎市ふるさとふれあい公園（龍ヶ崎市高須町4145）
龍ヶ崎市総合福祉センター（龍ヶ崎市川原代町5014）

小雨決行
荒天中止

ふくしのひろば

手話、点字などの福祉体験、健康相談など

あそびのひろば

こどものあそび場、手作り体験、縁日など

ふれ愛マルシェ

福祉団体・事業所等による販売、バザーなど

ステージ発表

楽器演奏やダンスなどオンステージ！

飲食店エリア

キッチンカーや飲食店などによる飲食販売

会場に「ごみ箱」はありません

ごみの持ち帰りに
ご協力ください

ご協力をお願いします

ご家庭に眠っている 食品をお持ちください

支援が必要な方や福祉団体に
提供させていただきます。

【場所】福祉センターロビー付近
「フードパントリー」

- ☑未開封
- ☑常温保存できる
- ☑賞味期限2か月以上



災害義援金

「令和8年熊本地震」など、
義援金を受け付けています。

最新情報はこちら

二次元コード
からアクセス
してください



※レイアウトは変更になる場合があります
※雨天時は大幅なレイアウト変更があります
※このイベントの売上金の一部は「災害義援金」
等に寄付させていただきます
※イベント風景の写真撮影を行います。撮影した
写真を広報紙等へ掲載することがございます
ので予めご了承ください

【主催】社会福祉法人龍ヶ崎市社会福祉協議会（TEL 0297-62-5176）

【協力】龍ヶ崎市ボランティア連絡協議会

【後援】龍ヶ崎市／龍ヶ崎市教育委員会



「赤い羽根共同募金」 ご協力よろしくお願いします

問 龍ヶ崎市共同募金委員会
(龍ヶ崎市社会福祉協議会内)
☎ 0297-62-5176

10月1日より全国一斉に募金運動が展開されます。

この募金は、『龍ヶ崎市』の皆さまの身近な福祉活動をはじめ、『茨城県全体』の福祉課題を解決するための活動や、災害時における被災地の支援などに役立てられています。

本年も、住民自治組織、民生委員児童委員、法人・団体、学校など多くの方々に募金を依頼いたします。

皆さまのご協力をお願いいたします。



社協トピックス

熊本地震災害支援のための街頭募金実施

8月2日(日)、熊本地震災害で被災された方々を支援するため、サプラスクエアにて街頭募金を実施しました。

当日は、高校生ボランティアと一緒に募金を呼びかけ、買い物に訪れた市民の皆さまから温かいご支援をいただきました。

ご協力いただいた皆さまに心より感謝申し上げます。



現在、災害義援金を募集しています

大規模災害により被災された方を支援するため、義援金を募集しています。お預かりした義援金は、共同募金会を通して、全額が被災地に届けられます。

【現在募集中の義援金】 令和8年8月27日現在

- ・令和8年熊本地震義援金
- ・令和6年能登豪雨災害義援金
- ・令和6年能登半島地震災害義援金(石川県・富山県・新潟県)
- ・令和8年8月千葉豪雨災害義援金 など

※義援金は、受け入れ口座へ直接ご送金いただくか、本会の窓口でお預かりしています。

※義援金は、法人、個人ともに、税制上の優遇措置の対象となります。



詳細はこちら
(茨城県共同募金会ホームページ)

【佐貫西口支所】 大人 VS 子ども 将棋・囲碁大会

8月3日(月)・4日(火)、佐貫西口支所にて『大人 VS 子ども 将棋・囲碁大会』を開催しました。

夏休み中の子どもたちが大勢参加し、将棋を習い始めたばかりの子から大人顔負けの強者まで、真剣勝負が繰り広げられました。

また、同時開催されたアイロンビーズでキーホルダーを作るコーナーでは、親子で楽しむ姿も見られました。作品作りに夢中になり、「また作りたい!」という声も上がるなど、こちらも大変好評でした。





相手の話を丁寧に聞き、気持ちに寄り添う
～心の負担を和らげるお手伝い～

さちのわグループ

「さちのわグループ」は、平成19年から「傾聴ボランティア」として、月に1回、福祉施設を訪問し、高齢者の皆さまとの対話活動を19年間続けています。

デイサービスを利用される方、入所されている方々などと向き合い、ゆっくりとお話を伺いながら、笑顔や安心に繋がる時間づくりを大切にしてきました。

会話は、日々の楽しみや思い出、季節の話題などさまざまです。私たちも学ぶことが多く、温かい気持ちになり、感謝しています。

話すことが苦手な方には、無理せず寄り添い、心の負担を軽くできるように心がけています。

施設の方から「寂しさや不安を抱える方、認知症の方の話を親身に受け止めてくれることに感謝しています。また、訪問を心待ちにされ、帰りには名残惜しそうに“また来てね”と手を振り見送る姿にふれあいの大切さを痛感しています」との嬉しい言葉をいただきました。

これからも、素晴らしいメンバーの方々と共に、高齢の皆さまの心に寄り添ってまいります。



メンバーと仲良く活動しています



活動の様子

メンバー募集しています♪
人と接するのが好きな方、
聞き上手な方、お待ちしております

問 さちのわグループ（深澤）
☎ 090-9809-8391

■ ボランティア掲示板 Information

こども集まれ！参加者募集中！

龍ヶ崎おもちゃライブラリー

おもちゃでいっしょに遊ぼう！！

障がいの有無に関わらず、全ての子どもたちがおもちゃを介して、共に育とうという想いのもとに開催しています。

【開催日】毎月第4木曜日

【場 所】総合福祉センター

（龍ヶ崎市川原代町 5014 番地）

【時 間】10:30～12:00

★参加無料♪親子参加でお願いします

★おもちゃの貸し出しもしています

見学も大歓迎！
お気軽にお越しください



公式HPはこちら

問 ☎ 0297-66-8751（飯嶋）

ご協力のお願い

龍ヶ崎ライオンズクラブ
竜ヶ崎きょうライオンズクラブ



献眼登録をお願いします

献眼とは…事前にアイバンクに登録をし、角膜の移植でしか視力を回復できない方のために、死後角膜を提供することです。

【登録できる方】

アイバンクはどなたでも献眼できます。年齢制限ありません。
（ただし、感染症や眼内の癌、白血病等の方は移植することができません）

【登録方法】

アイバンクに電話連絡し、郵送された献眼登録申込書に記入し返信します。登録されると登録証が郵送されます。

問 公益財団法人 茨城県アイバンク
☎ 029-306-9390

竜ヶ崎骨髄バンクを広める会

骨髄バンクに登録をお願いします

病気（白血病など）により、骨髄の提供を必要とされている多くの方がいます。

かけがえのない命を助けるには、皆様のご協力が必要です。

【登録できる人】

- ・年齢が18歳以上、54歳以下で健康な方
- ・体重が男性45kg以上、女性40kg以上
- ・提供の内容を十分に理解されている方

☆ドナー登録って簡単！

近隣ではつくば献血ルームで登録できます。所要時間は約15分、採血は2mlと負担が少ないです。

ドナー登録や骨髄バンクの詳細はこちら

日本骨髄バンクHP▶



【登録窓口】つくば献血ルーム

住所：つくば市吾妻 1-7-1 トナリエ

つくばスクエア CREO 4 階

☎ 0120-298-102

又は 029-852-7888



持続可能なインパクトを生み出そう

龍ヶ崎中央ロータリークラブ



ロータリークラブは、社会奉仕と国際奉仕を目的に、日本を含めた世界各地にある団体です。
龍ヶ崎中央ロータリークラブもその一つとして地域への貢献を果たしてきました。

パラアート展

障がいのある方が、生きがいやリハビリをかねて、自由な発想で表現した絵画や工作といったアート作品を展示しました。



ボランティア

龍ヶ崎市ボランティア連絡協議会のメンバーとして、例年ふれ愛広場に参加して、地域との繋がりに努めています。



クリスマス・ドロップ

ミクロネシア諸島に、空中から援助物資を投下しクリスマス気分を届ける作戦です。米空軍と日本の自衛隊のタッグで実施され、当クラブは、姉妹クラブのGuam Sunriseロータリークラブと共に梱包作業をお手伝いしています。



国際文化交流

国際交流事業として、留学生中心の青少年を対象に神社参拝や伝統芸能を見学して意見交換し、我が国の伝統文化を伝え、文化交流につなげる活動をしています。



社会奉仕活動

令和8年7月、福祉教育推進のため、龍ヶ崎市社会福祉協議会へポッチャを2セット寄贈しました。また龍ヶ崎市の伝統芸能「撞舞」に毎年協賛するなど、地域への社会奉仕活動にも積極的に取り組んでいます。



志を共にする仲間を募集しています

毎週金曜日、定例会を開催し、熱い議論を交わしています。また楽しい親睦会も行います。会員を随時募集しています。ご興味のある方はご連絡ください。



問 龍ヶ崎中央ロータリークラブ事務局
☎ 0297-64-3956

かんたん No.59 ふれ愛レシピ

ゴーヤの佃煮

材料（作りやすい分量）

ゴーヤ	500g（2、3本）
★砂糖	100g
★酢	50ml
★しょう油	50ml
ちりめんじゃこ	20g
かつお節	10g
いりごま	大さじ2



- ① ゴーヤを縦半分に切り種をとる。2～3mm位に薄く切り、沸騰したお湯で2～3分茹でる。
- ② ①の粗熱がとれたら水気をよく絞り、★の調味料とちりめんじゃこと共に鍋に入れ、汁気が無くなるまで煮つめる。
- ③ かつお節といりごまを加え混ぜたら出来あがり！

バックナンバーをホームページに掲載しています！



ほろ苦く、しっかりした味付けで、ごはんが進みます。
ビタミンCや食物繊維、カルシウムが摂取できる、栄養満点な佃煮です。



【栄養成分】

エネルギー	680kcal
たんぱく質	28.3g
脂質	9.1g
炭水化物	127.5g
塩分	10.1g

大宮
地区

『笑顔つながる舞踊のひととき』

「舞踊と着付けは、頭と体の健康づくりの秘訣」と笑顔あふれる舞踊会。
持ち寄ったおやつを囲みながら、茶話会を楽しみます。「暑いね、最近どう？」
「この前こんなことがあってね」と、何気ない会話から、自然と交流の輪が生ま
れます。健康づくりと人とのつながりを感じられる時間と集いは、安心して過ご
せる「地域の場所」です。

見学・

初心者も大歓迎！

開催日時：毎週日曜日 13:30～16:00

問 大宮コミュニティセンター ☎0297-64-8149

八原
地区

『傾聴ボランティアぷらざ』

八原地区でのサロン活動の一つ「傾聴ボランティアぷらざ」は、龍ヶ崎市民
交流プラザにて毎月第1・第3月曜日（10:00～12:00）に活動しています。
「思いでを語ろうかい」として始まった経緯から、脳トレや昔懐かしい話のほか、
龍ヶ崎市で考案されたスポーツ「まいりゅうコロコロ」を取り入れ、仲間づくり
・生きがいづくりの場として続けられています。

現在、参加者は10人ほどで、常時参加者を募集しています。参加者のお一人
は「年に一度開催されるランチが楽しみ」と話しをしていました。興味のある方
は、ぜひ一度見学してみてください。

龍ヶ崎西
地区

龍マジシャンズクラブ『マジックは脳トレ！！』

毎月第4金曜日（10:00～12:00）、龍ヶ崎西コミュニティセンターを練習
拠点に、マジック講座で習ったマジックの復習やYouTubeなどで習得した
マジックを、和気あいあい教え合っています。「難しい～」と諦めそうになると
「脳トレ！脳トレ！」と声をかけ、笑顔で楽しく練習しています。

習得したマジックは高齢者施設や高齢者給食交流会などで披露。最高齢93歳
のメンバーも披露し、皆さんに元気と笑顔を届けています。

長山
地区

『ふれあいサロン』

毎月第1日曜日の午後、長山コミュニティセンターに集まり、体操や脳トレ、
ゲームを楽しむサロンを開催しています。

6月のサロンでは脳トレと体操で体をほぐした後、紙皿のフリスビーでペット
ボトルを倒すゲームで大いに盛り上がり、上位者にはプレゼントもありました。
最後は仲間の伴奏で季節の歌を合唱し、和やかな時間となりました。

参加者の一人は「家にいても話す人がいないので、ここに来ればみんなとおしゃ
べりできるのがいい」と笑顔で話していました。

久保台
地区

『思い出を語ろうかい』

令和8年6月から、ライフヒルズ星の郷を会場に、回想法（昔の経験や思い出
を語り合う）を取り入れた会がスタートしました。

毎月第2・4火曜日（10:00～11:30）に10人程度の方が参加し、テーマ
を決めて昔の話を語り、ゲーム、脳トレ、童謡を歌ったり、楽しみながら行っ
ています。

お盆の風習をテーマにした際には、北海道から九州・沖縄まで、似ている点や
地元の習わしを紹介し合い、「知らなかった」「意味が分かった」などの声があ
がり、和やかに盛り上がりました。



参加者募集中

『地域のお宝（サロン・居場所づくり）交流会』



居場所づくりに取り組む仲間たちと、気軽にお話ししましょう！
皆さんのご参加をお待ちしてます♪

日時：10月8日（木）13：30～15：30

会場：龍ヶ崎市多世代交流センターRINK

定員：先着50名

対象：市内のサロン・居場所づくりの参加者、興味関心のある方

問 社会福祉協議会 ☎ 0297-62-5176



申込みはこちら

楽しく情報交換♪(＾０＾)／



『地域福祉活動計画』って、なんだろう？

地域福祉とは、「子どもから高齢者まで、誰もが住み慣れた地域で、安心して自分らしく暮らし続けられるまちをつくること」です。

市や社協、住民の皆さんが一緒になって取り組む、第3期計画を策定し、令和5年1月からスタートさせました。

第3期計画の
全文はこちら



あなたの声を聞かせてください！

この計画をよりよいものにするため、
来年度に見直しを行います。

そこで、アンケートを実施します。

みなさんが思う「こんな龍ヶ崎市に
なったらいいな」を、教えてください。

スマートフォンから
回答できます



回答期限：12月31日

誰でも参加できる
活動の場があったら…

気軽に声をかけ合える
まちになるといいな…



※当計画は、市の『地域福祉計画』と社協の『地域福祉活動計画』を一体的に策定しています。第3期計画からは、市の『成年後見制度利用促進基本計画』も一括して策定しています。

クロスワードパズル

賞品提供 千葉県ヤクルト
販売株式会社



応募方法

住所・氏名・電話番号・年齢・答えをご記入のうえ、郵便
はがき、FAX、二次元コードのいずれかでご応募ください。
★ご意見・ご感想もお待ちしております。

応募期限

10月15日（木）必着

応募先

住所：表紙をご確認ください
FAX：0297-62-5575



応募用二次元コード

パズルに文字を入れ、右下にある言葉をお答えください。

正解者の中から抽選で10名様に、千葉県ヤクルト販売株式会社様よりご提供
いただいた、Yakult（ヤクルト）1000 糖質オフ をプレゼントします！

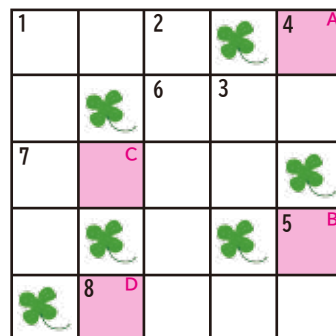
※ご当選された方には、賞品をヤクルト販売スタッフがお届けします。
お届けは平日の日中となりますのでご了承ください。

たてのカギ

- 1 秋にオレンジ色の花を咲かせる、甘い香りのキン〇〇〇〇
- 2 数が限りなく多く無数であることを意味する日本語。〇〇〇〇〇〇の神
- 3 投げ縄を使って牛を誘導する、馬に乗った〇〇ボーイ
- 4 食事で使うもの。2本1組で1膳（ぜん）と数える
- 5 手裏剣などの忍術が得意な〇〇者

よこのカギ

- 1 何事もその道のプロが一番優れている
ということわざ。「餅は〇〇〇」
- 6 チョコやスナックなど、おやつに食べる物。
食べ過ぎには気をつけよう。
- 7 地球上で太平洋に次いで、2番目に大きい
海洋。「大〇〇〇〇」
- 8 留守で電話に出られない時に、相手の用件
を録音する機能の略称。



答え

そ A B C D

クロスワードパズル 6月号の答え 「あまやどり」でした。 ご応募ありがとうございました。

【お詫び】6月号「よこのカギ」のヒントに誤りがありました。正しくは3ページです。ご指摘いただいた皆さま、ありがとうございました。

社協からのお知らせ Information

募集

『eスポーツ体験会』参加者を募集 ～楽しみながら、心も体もいきいきと～

シニア世代の方の健康促進・社会参加の機会を増やすことを目的に、誰でも楽しむことができる「eスポーツ体験会」を開催します。

※eスポーツとは…
電子機器を使ってゲームなどを楽しむ
娯楽・スポーツのことです。



- 日 時 12月2日(水) 13:30～15:30
- 場 所 総合福祉センター(龍ケ崎市川原代町5014番地)
- 定 員 15名程度(市内在住の60歳以上の方)
- 参加費 無料
- 申込方法 11月9日(月)～11月27日(金)に電話にて

申込・問合せ 総合福祉センター ☎ 0297-62-5851

募集

～地域をつなぐ聴く力～

仕事・家庭・地域で 今すぐ役立つ『傾聴講座』

多様性を尊重し、共に生きる社会をめざすために、
いろいろな人と出会い、話を聴いてみませんか？

- 日 時 11月14日(土) 13:30～15:30
- 場 所 龍ケ崎市多世代交流センターRINK
(龍ケ崎市3543番地)



講師 池田 幸也 氏
(茨城キリスト教大学 講師)

- 定 員 50人
- 参加費 無料
- 申込方法
二次元コードから



問 社会福祉協議会 ☎ 0297-62-5176

受付中

『敬老会』記念品の受け取り

9月13日(日)開催の「敬老会」に来られなかった方は、
案内はがきをご持参のうえ下記の窓口までお越しください。

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ■市役所 福祉総務課
(市役所保健福祉棟内) ■東部出張所 ■市民窓口ステーション ■総合福祉センター ■社会福祉協議会中央支所 ■社会福祉協議会佐貫西口支所 | <p>10月30日(金)まで</p> <p>10月16日(金)まで</p> |
|--|---------------------------------------|

問 総合福祉センター ☎ 0297-62-5851

募集

【ふるさとふれあい公園】

ライトアップ用 LED電飾の 寄付を募集しています

「もう使わないけど、まだ使える」
そんなLED電飾がありましたら、
ぜひお譲りください。

皆さまからいただいた電飾を、
冬の公園を彩るライトアップに
大切に活用させていただきます。

まずは電話でお問い合わせください



昨年の様子

問 総合福祉センター ☎ 0297-62-5851

ご案内

社協の無料相談

心配ごと相談 心配ごと相談員が何でも相談に応じます

【相談日】 10月 6日(火)、10月20日(火)
11月10日(火)、11月17日(火)
12月 1日(火)、12月15日(火)

【場 所】市役所保健福祉棟1階(社会福祉協議会にて受付)

【申 込】予約不要 先着順で受付

【時 間】13:30～16:30(最終受付:16:00)

法律相談 弁護士による個人生活に関連する法律相談

【相談日】 10月 9日(金)、10月23日(金)
11月13日(金)、11月27日(金)
12月11日(金)、12月25日(金)

【場 所】市役所保健福祉棟1階(社会福祉協議会にて受付)

【申 込】電話で申し込み 定員(3名)を超えた場合は抽選
※同一内容での複数回相談は不可

【時 間】13:30～(1人あたり45分)

龍ケ崎市社会福祉協議会 連絡先

龍ケ崎市社会福祉協議会 ☎ 0297-62-5176
本 所 (龍ケ崎市役所保健福祉棟1階) Fax 0297-62-5575

中央支所 ☎/Fax 0297-64-4335
(交流サロンリゅう・福祉の店りゅう)

佐貫西口支所 ☎/Fax 0297-75-6114
(まいりゅうサロン・福祉の店まいりゅう)

利用できる日時など、詳細は各施設にお問い合わせください。

龍ケ崎市総合福祉センター ☎ 0297-62-5851
・高齢者福祉センター
・指定特定相談事業所
・障害福祉サービス事業所あざみ
Fax 0297-62-7789

龍ケ崎市ふるさとふれあい公園 ☎ 0297-62-7628

障害福祉サービス事業所 ひまわり園 ☎ 0297-64-2772

元気サロン松葉館 ☎ 0297-66-6422