

しゃきよ だより

2026. 6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

元気はつらつ！ 高齢者スポーツ大会



「令和8年度龍ヶ崎市社会福祉協議会会長杯高齢者スポーツ大会」が、龍ヶ崎市ふるさとふれあい公園で行われました。

この大会は、ゲートボール、輪投げ、グラウンドゴルフ、パタンクの4種目で構成されており「いばらきねりんスポーツ大会」の予選会を兼ねています。代表の座を目指して、力が入る熱い競技が繰り広げられていました。

木漏れ日の下で休憩したり、作戦会議をする姿も。地区の皆さんの交流が深められていました。

写真：令和8年5月14日（木）開催
輪投げ・ゲートボール大会の様子

- も
く
じ
- 2 成年後見支援センター
 - 3 しゃきよの交流サロン
 - 4～5 ボランティアだより、ふれ愛レシピ
 - 6 令和8年度事業計画
 - 7 令和8年度予算 寄付者紹介
善意銀行 クロスワードパズル
 - 8 社協からのお知らせ 連絡先一覧

「龍ヶ崎市成年後見支援センター」を開設しました

令和8年4月から、社会福祉協議会本所（市役所保健福祉棟1階）に開設しました。

「成年後見制度」や「日常生活自立支援事業」についての相談などを行います。

こんなとき…

お気軽にご相談ください

物忘れがひどく
金銭の管理に自信
がなくなってきた

ひとりで暮らしている
認知症の親が心配

将来、判断能力が
低下したときのために
備えておきたい

障がいがある子どもの
これからが心配



■ 龍ヶ崎市成年後見支援センター
(龍ヶ崎市社会福祉協議会内)

〒301-0836

龍ヶ崎市3543番地

(龍ヶ崎市役所保健福祉棟1階)

開館：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

9:00～17:00

☎ 0297-62-5176

Q 成年後見制度って何？

- 本人に代わって、預貯金の管理や契約締結など、本人の財産上の利益を保護するために財産の管理を行います。
- 介護施設への入所契約や介護サービスの利用契約など、本人の生活や健康に関する手続きなどの支援を行います。

Q 成年後見支援センターでは何ができるの？

認知症や知的障がい、精神障がいなどで、判断能力に不安のある方が、住み慣れた地域で、自分らしく安心して暮らすことができるようサポートを行います。

① 相談支援

成年後見制度に関する相談や利用申し立ての支援

② 普及啓発

成年後見制度に関する情報の発信、出前講座や講演会の開催

③ 日常生活自立支援事業

福祉サービスを利用するためのお手伝いや、ふだん使うお金の出し入れ、支払いなどのお手伝い



しゃきょうの交流サロン

市内3か所に、当会が運営する交流サロンがあります。お気軽にご利用ください。

交流サロンりゅう（中央支所）

各種活動のほか、地元野菜の販売や喫茶スペースがあります。毎月第4金曜はカレーの日を開催。ぷらっと立ち寄ることができる憩いの場として、どなたでもご利用いただけます。



住所：龍ヶ崎市2899番地
電話：0297-64-4335
開館：月～土曜日
（祝日・年末年始を除く）
9：00～20：00
※利用予約がない場合は17：00閉館



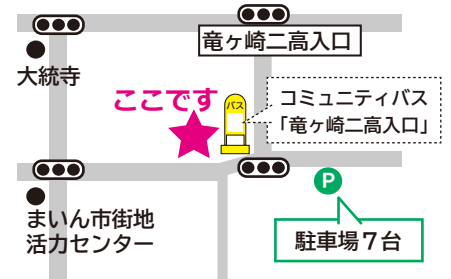
健康マージャン



太極拳

●主な活動

いきいきヘルス体操、輪投げ
健康マージャン、歌声ひろば、
太極拳、思い出を語ろうかい



まいりゅうサロン（佐貫西口支所）

お茶飲みやおしゃべりができるくつろぎの場としてのオープンスペース、地域の集まりや健康づくり、生きがいくりの講座などでご利用いただける多目的室を備えています。



住所：龍ヶ崎市佐貫町489番地29
電話：0297-75-6114
開館：月～土曜日（祝日・年末年始を除く）
・1階 オープンスペース
9：00～17：00
・2階 多目的室
9：00～21：00
※利用予約がない場合は17：00閉館



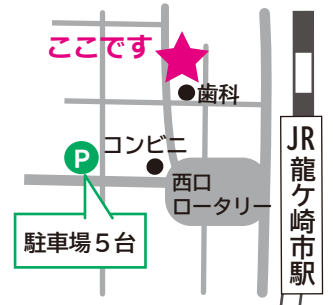
歌声ひろば



将棋・囲碁

●主な活動

将棋・囲碁、いきいきヘルス体操
シニア向けスマホ教室、ヨガ
健康マージャン、子育てサロン、
おもちゃ病院、歌声ひろば



元気サロン松葉館（松葉小学校内）

高齢の方が集い、講座や運動など様々な活動が行われています。お茶のみなど、憩いの場としてもご利用いただけます。ご利用いただく際には登録が必要です。



NEW 4月から土曜日も開館

住所：龍ヶ崎市松葉2丁目9番地
電話：0297-66-6422
開館：月～土曜日
（祝日・年末年始を除く）
9：00～16：00
対象：概ね60歳以上の方

対象：市内に住所を有する、概ね60歳以上の方。
ただし、要介護状態等の方は家族等の付き添い
が必要です



ラージボール卓球



いきいきヘルス体操

●主な活動

囲碁、将棋、絵手紙、ドミノ、
いきいきヘルス体操、太極拳、
書道、俳句、元気アップ体操、
手芸、健康マージャン、歌、
ラージボール卓球、折り紙、
思い出を語ろうかい



「龍ヶ崎市ボランティア連絡協議会」加盟団体一覧 (五十音順)

私たちの住む龍ヶ崎市を明るく住みよいまちにするために、それぞれの活動を尊重しながら、26団体が連携し、ボランティア活動の充実に努めています。各団体の活動内容をご紹介します。

また、会員の募集をしている団体もありますので、興味がある方はお問い合わせください。

	団体名	主な活動内容	活動日・場所	会員募集
1	アミューズ	料理講習を実施し、健康で楽しく食を味わえる人を増やしていく	月1回(不定期) 市内コミセン	○
2	一般社団法人竜ヶ崎青年会議所	社会奉仕活動、地域行事の運営・参加協力	月1回(定例会)他 龍ヶ崎市、稲敷市、河内町	○
3	おりづるの会	高齢者・障がい者と地域でのボランティア及び交流会	不定期 地域福祉会館など	
4	ききょうサークル	ひとり暮らしの高齢者へ、見守りの弁当作り	毎月第1～第4木曜日 地域福祉会館	○
5	米町ボランティアの会	高齢者昼食懇談会、地域行事の参加協力	不定期 米町・姫宮会館	○
6	さちのわグループ <small>令和8年度 新規加盟</small>	傾聴ボランティアとして、相手の話を丁寧に聞き、気持ちに寄り添い、心の負担を和らげるお手伝い	主に第4木曜日 高齢者施設	○
7	つくしんぼの会	高齢者給食交流会、地域行事の参加協力	毎月第3水曜日 松葉コミセン	○
8	トライアングルサークル	地域イベントにおいて、子どもを対象とした木工教室を開催	年1～2回 市内	
9	ひまわりの会	市内の小中学校や地域の防災訓練等にて、福祉体験(車いす)を展開	依頼があった時 市内小中学校など	○
10	龍ヶ崎おもちゃライブラリー	障がいのある子どもない子ども、おもちゃを介して一緒に遊びます。おもちゃの貸出も行っています	毎月第4木曜日 福祉センター	○
11	竜ヶ崎 ききょうライオンズクラブ	社会奉仕活動、青少年健全育成	毎週火曜日 ききょうライオンズ事務局他	
12	竜ヶ崎骨髓バンクを広める会	骨髓バンクの普及・啓発活動 骨髓移植に関する医療体制の充実を求める活動	随時 不定	○
13	龍ヶ崎市更生保護女性会	少年院等の支援、子ども食堂支援、子育て支援	月1回程度 市内	○

ご報告

ふれ愛映画会を開催しました

令和8年3月20日(金・祝)大昭ホール龍ヶ崎(大ホール)にてボランティア連絡協議会主催「ふれ愛映画会」を開催し、『梅切らぬバカ』を上映しました。

当日は、約580人の方にご来場いただき、一緒に映画を観て、感動したり、笑ったり、時には涙することで、地域がつながり、ふれあいの輪を広げることができました。

来場された方の声の一部(アンケートより)

- 久しぶりに映画を観ました。笑いあり、泣きありでとてもよかったです。
- 「共生」という言葉が残りました。老若男女、障がいがあってもなくても。
- すばらしい試みでした。来てよかったです。

アンケート結果はこちらをご覧ください➡
(社会福祉協議会ホームページ内)



©2021「梅切らぬバカ」フィルムプロジェクト



受付の様子



当日は、加盟団体より29人がスタッフとして参加し協力・連携し絆を深めました

主な連携事業



ふれ愛広場



高齢者スポーツ大会支援



親睦・交流事業

問 龍ヶ崎市社会福祉協議会

☎0297-62-5176

※略称を使用している箇所があります

・龍ヶ崎市地域福祉会館＝地域福祉会館

・コミュニティセンター＝コミセン

・龍ヶ崎市総合福祉センター＝福祉センター

	団体名	主な活動内容	活動日・場所	会員募集
14	龍ヶ崎市 シルバーリハビリ体操指導士会	高齢者の健康づくりや介護予防体操の普及活動	要問合せ 市内	○
15	龍ヶ崎市身体障害者福祉協会	地域身体障がい者スポーツ大会への参加、地域行事への参加協力	月2回(土曜日) 福祉センター	○
16	龍ヶ崎市長寿会連合会	高齢者の健康維持・増進、生きがいづくりなど	年間計画に基づき活動	○
17	龍ヶ崎市点訳友の会	市の広報紙等の点訳活動を通じ、視覚障がい者への支援と交流、点訳の普及活動	月3回 月曜日 地域福祉会館	○
18	龍ヶ崎市読書会連合会	テーマの本を読んで感想を話し合う定例読書会、文化講演会を図書館等と共催	年3回 龍ヶ崎市中央図書館	○
19	龍ヶ崎市 民生委員児童委員連合協議会	高齢者の実態調査・見守り活動、子育ての不安や妊娠中の心配ごとの相談・支援など	各委員月10日程度 市内	○
20	龍ヶ崎手話サークル たつのこ	聴覚障がい者と共に地域の行事に参加し、障がい者との交流を行う	毎月第1～第3木曜日 久保台コミセン	○
21	龍ヶ崎地方家族会 (通称 ピアかたつむり)	精神障がい者を抱える家族が支え合いながら、本人と家族のしあわせのために活動しています	原則、毎月第1土曜日 市民活動センターなど	○
22	龍ヶ崎中央ロータリークラブ	社会奉仕活動、国際奉仕活動	毎週金曜日 市内	○
23	龍ヶ崎分区保護司会	犯罪を犯した人が社会復帰できるよう保護観察期間中に支援します	通年、龍ヶ崎地区更生保護 サポートセンター・保護司宅	
24	龍ヶ崎ライオンズクラブ	社会奉仕活動、国際交流活動、薬物乱用防止活動	毎月第1・第3火曜日 まいん	○
25	龍ヶ崎朗読の会	目の不自由な方へ「りゅうほうー」「しゃきょうだより」を音訳、ボイスマガジン「ジョイフルタイム」を発行、CDを送付	毎月第2・第4火曜日 地域福祉会館	○
26	龍ヶ崎ロータリークラブ	社会奉仕活動、国際奉仕活動、青少年奉仕活動 (ロータリーカップ：サッカー・ミニバスケット)	毎週火曜日 菟仙	

かんたん No.58
ふれ愛レシピ

トマトそうめん **パスタ風**

材料(2人分)

そうめん	2束(100g)
トマト(ざく切り)	2個分
溶き卵	2個分
ニンニク(みじん切り)	2片分
オリーブ油	大さじ1～2
熱湯	2カップ
パセリ(みじん切り)	適量
コショウ	適量

★塩分はそうめんから出るため不要



- フライパンに、にんにく、オリーブ油を入れ中火にかける。
- にんにくの香りが立ったらトマトを加えて炒める。
- トマトがしんなりしたら、パラパラとそうめんを加え、熱湯を注いで煮立たせる。
- そうめんをさばきながら1～2分煮る。煮えたら溶き卵を回し入れ、火を通してでき上がり。
- 皿に盛り、好みでパセリ、こしょう少々をふり、湯気が出ているうちに食べる。

今回のレシピは「ピアかたつむり」よりご提供いただきました。
トマトは湯むきがいらない龍ヶ崎トマトがおススメです。
フライパンだけで作れる、イタリアンなそうめんをお楽しみください。



バックナンバーをホームページに掲載しています!



こちらから
ご覧ください

【栄養成分】(2人分)

エネルギー	823kcal
たんぱく質	28.0g
脂質	38.1g
炭水化物	96.7g
塩分	4.3g

ふだんの
くらしの
しあわせ



誰もが安心して、ふだんのくらしを しあわせに
すごせる まちづくりをめざします。

青少年ボランティア育成事業

小学生から高校生が、ボランティア活動に関心を持ち、福祉への理解を深められるよう関係機関との協働により、参加・体験型の事業を実施します。



生活支援体制整備事業

生活支援コーディネーターが地域を訪問し、地域のニーズを把握、ささえあいの地域づくりや社会参加の促進に取り組みます。



ふれあい相談サロン事業

住民の様々な相談の窓口として、気軽に利用できる相談所を運営します。心配ごと相談（第1・第3火曜日）、法律相談（第2・第4金曜日）。

長寿会事業

高齢者が、仲間づくりをしながら地域に貢献し、生きがいを高めるために、長寿大学、スポーツ大会、作品展などの事業を実施します。



ふれ愛給食サービス事業

ボランティア（調理、宅配）の協力により、交流の促進と安否確認を目的として、ひとり暮らしの高齢の方にお弁当を宅配します。



移送サービス事業、福祉車両・車いすの貸出

歩行が困難な方の通院や入退院時の移動手段として、福祉車両を使用した移送サービスを実施します。また、福祉車両、車いすの貸出を行います。



成年後見センター支援事業

認知症や、知的・精神障がいなどで判断能力が不十分な方に対し、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができるよう、相談窓口を開設し、支援を行います。

災害ボランティアセンターの機能強化

災害時に円滑な支援が行えるよう、災害ボランティアネットワーク連絡会の活動を充実させ、行政及び市内の企業や団体、関係機関と更なる「顔の見える関係」の構築を進めます。

広報の強化

広報紙やチラシ、SNSなどの媒体を活用し、当会の活動への理解と会費に対する協力を呼びかけるとともに、住民自治組織や企業、事業所に対し協力依頼を行います。

食品の提供（フードバンク）

生活困窮世帯に対する緊急、一時的な支援として、NPO法人フードバンク茨城と連携し食品を提供します。



シルバーカー・チャイルドシート 購入助成事業

高齢の方の外出支援としてシルバーカー、子育て支援の一環としてチャイルドシートの購入費用の一部を助成します。



ふれ愛広場【令和8年10月3日（土）開催】

福祉に関わるボランティア団体や事業者、企業などが、出店や運営を通して交流し、また来場者がボランティア体験を通してボランティアの輪を広げることを目的に開催します。



子育てサロン

親子同士が遊びを通して交流し、保護者の仲間づくりや地域の居場所として実施します。



皆さまからお寄せいただいた会費は、このような事業に大切に活用させていただいています。ご協力よろしくお願ひします。

令和8年度予算

単位：円

収入 491,359,000 円

支出 491,359,000 円

・会費	6,180,000
・寄付金	1,550,000
・県社協補助金	3,675,000
・市補助金（運営費・事業費）	164,370,000
・共同募金配分金	2,707,000
・市受託金	79,983,000
・貸付事業償還金	1,000,000
・事業収入	10,347,000
・負担金収入	99,000
・就労支援事業収入	2,400,000
・障害福祉サービス等事業収入	118,065,000
・その他の収入 （雑収入、受取利息配当金、前年度繰越金等）	100,983,000
収入合計	491,359,000

・法人運営事業費 （施設管理費・人件費・事務費）	150,111,000
・企画広報事業費	1,852,000
・ボランティアセンター事業費	2,456,000
・ふれあいのまちづくり事業費	8,458,000
・地域福祉推進事業費	11,309,000
・共同募金配分金事業費	4,282,000
・いきがい交流事業費	360,000
・在宅福祉サービス事業費	400,000
・生活支援体制整備事業費	8,158,000
・元気サロン松葉館運営事業費	6,845,000
・敬老会事業費	8,079,000
・総合福祉センター運営事業費	48,055,000
・佐貫西口支所運営事業費	9,068,000
・障害福祉サービス事業所ひまわり園運営事業費	84,559,000
・障害福祉サービス事業所あざみ運営事業費	40,824,000
・特定相談支援事業費	7,308,000
・ふるさとふれあい公園運営事業費	16,925,000
・障がい者自立化支援事業費	9,442,000
・その他の支出（支払準備金）	72,868,000
支出合計	491,359,000

皆さまのご協力ありがとうございました（順不同・敬称略）

■社会福祉協議会へのご寄付

令和8年3月1日～5月31日

【寄付金】

松葉サイクル
 長山中学校
 川崎町町内会6班
 松永ケイ子
 (有) 茨城シー・ティー・ヴィー・サービス
 匿名1件

【寄付品】

根本仁
 NPO法人テディ・ベア
 ききょうの会

■赤い羽根共同募金

令和8年3月1日～3月31日

【戸別募金】

上町上区
 小通幸谷1区
 城ノ内1丁目自治会
 城ノ内3丁目自治会

【学校募金】

馴柴小学校

※3月発行号にて掲載した地区名に誤りがありました。
 正しくは「若柴3自治会」です。お詫びして訂正いたします。

クロスワードパズル

賞品提供

創業昭和5年 こだわりあられの
萬寿金製菓（株）



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

7月15日(水) 必着



応募用二次元コード

応募先

住所：表紙をご確認ください
 FAX：0297-62-5575

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5名様に、**萬寿金製菓（株）**様よりご提供
 いただいた、**こだわりあられ**をプレゼントします！

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

たてのカギ

- 頭に立派なツノがある夏の昆虫。○○` ○○○
- にっこりと笑うこと
- 田んぼで育てる植物。秋には米が収穫できる。
- 病気やケガから回復する訓練のこと。○○ピリ
- 物事をうまく処理するためのちょっとした秘訣

よこのカギ

- 黒い鳥といえば。○○○が鳴いたら帰りの合図
- 「元気サロン○○○` 館」ヒント：6ページ
- 人口が多く、商工業などが盛んなエリア
○○○⇔田舎
- 意味が似ている言葉のこと。○○○`
- 思考や知識の幅を広げること。
○○を広げる
- ある物事に向かって気持ちが燃え立つ
こと。情○○



答え あ **A** **B** **C** **D**

しゃきよう からのお知らせ

▼このページのお問い合わせ先

社会福祉協議会 ☎ 0297-62-5176

募集 『ふれ愛広場2026』 出店者を募集します

「人・ふれ愛・ささえ愛～ボランティアの輪を広げよう」をテーマに、福祉に関わる様々な団体などが出店やステージ発表を行います。

子どもから高齢の方、障がいのある方など、さまざまな方が楽しめる出店（飲食・物販・ワークショップなど）やステージ発表を募集します。


詳細&
お申し込みは
こちらから



応募者多数の場合は抽選となることがあります

日程	令和8年10月3日(土) 雨天決行・荒天中止・延期なし
時間	10:00~14:30
会場	ふるさとふれあい公園(高須町4145番地) 総合福祉センター(川原代町5014番地)
対象	龍ヶ崎市及び近隣地域に在住・在勤で、福祉に関わる活動をしている団体、企業など キッチンカー・飲食営業については、原則、市内及び近隣地域での営業実績があること
募集区	・テントあり 20区画 ・場所のみ 10区画 ※テント(2間×3間)を半分に区切って1区画
締切	令和8年8月7日(金)

募集 龍ヶ崎市社会福祉協議会職員募集

採用年月日	令和9年4月1日
募集人数	2人
受験資格	平成4年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による高等学校を卒業、または令和9年3月31日までに卒業見込みの方。
一次試験	令和8年9月20日(日)
受付期間	令和8年8月24日(月) 9:00から 令和8年9月8日(火) 17:00まで
申込方法	所定の応募書類を持参または郵送 ※詳細はこちらをご覧ください➡ 

募集 歳末地域たすけあい助成金

市内で行われる「地域の助けあい・支えあい」の活動に対して助成を行います。ぜひご活用ください。



対象となる活動(例)

- ・多世代交流のイベント
- ・年末年始の見守り訪問
- ・高齢者へのお節配布
- ・居場所づくり など



▲詳細はこちら

※令和8年11月1日(日)~12月31日(木)の期間に実施される事業が対象

【申請期間】10月23日(金) 必着

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】 7月 7日(火)、7月21日(火)
8月 4日(火)、8月18日(火)
9月 1日(火)、9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】 7月10日(金)、7月24日(金)
8月14日(金)、8月28日(金)
9月11日(金)、9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)

龍ヶ崎市社会福祉協議会 連絡先

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。

龍ヶ崎市社会福祉協議会 本所 ☎ 0297-62-5176
Fax 0297-62-5575
(龍ヶ崎市役所保健福祉棟1階)

龍ヶ崎市総合福祉センター ☎ 0297-62-5851
Fax 0297-62-7789
・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

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

龍ヶ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

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)

元気サロン松葉館 ☎ 0297-66-6422