



@HASHIMOTOSHI_SHAKYO



なごみ

2026年

3月号

No.236

発行

社会福祉法人 橋本市社会福祉協議会
〒648-0072 橋本市東家1丁目3番1号
橋本市保健福祉センター2階
電話 33-0294 FAX 33-4377



(写真左から) 橋本市社会福祉協議会会長 荻田一郎、絵師 森魚嵐様、未来工房きのくに代表 津田廣行様

あたたかいご寄付をいただきました

森魚嵐様から、主催された展示会の収益の一部 300,000 円を橋本市社会福祉協議会にご寄付いただきました。
ご協力いただき、本当にありがとうございます。

令和8年度 いきいきシニアリーダーカレッジ 橋本校

高齢者がそのもてる力を十分に発揮し、「誰もが生きがいを持ち、健康で自立した生活を送れる長寿社会づくり」のため、地域活動をリードする人材を養成し、高齢者の社会参加を促進するために開催します。みんなで支え合う地域づくりにチャレンジしてみませんか！

- ◆入学資格 和歌山県内に在住または勤務するおおむね 60 歳以上の方であり、かつ全ての講座に出席が可能で学習意欲のある方
- ◆開催期間 令和8年5月～令和9年2月（2コース各10回）
- ◆開催時間 各コースともに 13：30～ 2時間程度
- ◆開催場所 橋本市保健福祉センター3階 多目的ホール
- ◆受講料 各コース年間 1,000 円
- ◆各コース内容は次のとおり



① ささえあいコース（定員 80 名）

毎月第 2 火曜日 13:30～15:30

| 月 | 日 | 内容 |
|----|----|-------------------------|
| 5 | 12 | 人生を楽しく生きるための地域づくり、仲間づくり |
| 6 | 9 | フレイル予防について |
| 7 | 14 | ニュースポーツ（ボッチャ）に挑戦！ |
| 8 | 4 | “サッカー脳を鍛える”：認知×運動の健康法 |
| 9 | 8 | 誰もが実感！多様な音楽効果でフレイル予防 |
| 10 | 13 | 元気なうちに考えよう～我が家の将来～ |
| 11 | 10 | ～脳と同時に鍛えるライフネティック～ |
| 12 | 8 | 薬の基礎知識について |
| 1 | 12 | 認知症サポーター養成講座 |
| 2 | 9 | みんながいきいきと暮らす地域づくりのために |

② 紀北の魅力発見コース（定員 80 名）

毎月第 4 火曜日 13:30～15:30

| 月 | 日 | 内容 |
|----|----|----------------------|
| 5 | 26 | 高野山及び高野参詣の歴史 |
| 6 | 23 | 郷土の偉人を知ろう |
| 7 | 28 | 和歌山県の自然環境 |
| 8 | 25 | 橋蔵さんの落語を鑑賞しよう！ |
| 9 | 29 | 美術館のお仕事 |
| 10 | 27 | 世界遺産、葛城修験道、埋蔵文化財について |
| 11 | 24 | 思い出の高野山町石道 |
| 12 | 22 | 和歌山県の観光振興 |
| 1 | 26 | 外国から見た高野山 |
| 2 | 16 | 和歌山を自慢しよう！～ふるさと再発見～ |

※講座の内容は、講師・会場等の都合で変更する場合がありますので予めご了承ください。

◆申し込み方法

ハガキ又は FAX にて次の必要事項を記入の上、市社会福祉協議会へ申し込みください。
希望するコース番号（①②両方希望でも可）、郵便番号、住所、氏名（フリガナ）
年齢、性別、電話番号、「シニアリーダーカレッジ希望」と記入。
右記の Google フォームからでも可能です。



◆申し込み締め切り日 令和8年3月31日(火)

※定員に満たない場合は、令和8年4月17日(金)（当日消印有効）まで受け付けます。

- ◆入学者の決定 (1) 定員超過の場合は、新規入学申込者を優先の上、抽選により入学を決定します。
(2) 入学の可否を入学申込者全員に文書で通知します。

◆申し込み・お問い合わせ 〒648-0072

橋本市東家1-3-1 橋本市保健福祉センター2階

橋本市社会福祉協議会 地域福祉係

電話:33-0294 FAX:33-4377（平日8:30～17:15）



困ったときは、まず相談を



生活が苦しい、急な出費で不安、
仕事や収入の悩みなど、
社会福祉協議会で生活困窮者相談を
行っています。

—生活福祉資金の相談もできます—
一時的に生活が苦しい世帯を対象に、
制度の案内や申請をサポートします。

生活福祉資金って？

生活に困ったとき、学費や生活費などを
無利子または低利子で借りられる公的な
制度です。

社会福祉協議会が相談を受け、状況に
応じた支援につなぎます。

「これからの生活が不安」、「学費のこ
とで悩んでいる」など、まずは気軽にご相談
ください。

※ご相談の内容により、利用できる資金の
種類が異なります。また、資金の種類によ
って貸付条件や基準、金額、貸付実行ま
での期間が異なります。

相談に関するお問い合わせ・
予約は、橋本市社会福祉協議会
☎33-0294まで



車椅子や福祉車両の 貸出を行っています

車椅子

市内在住の方で、一時的に車椅子を必要とする
方。利用期間は、原則2週間程度もしくは、1か
月以内です。

福祉車両

市内在住の障がい者、高齢者、歩行が困難で車椅
子を利用されている方。利用期間は、原則3日以
内です。費用は無料ですが、使用燃料のみ負担し
ていただきます。希望する日の3か月前から1週
間前までに申請が必要です。

何れも利用前にお電話で空き状況等をご確認くだ
さい。



◀車種「タント」
車椅子ごと乗れるタイプです。

▼車種「フリード」
助手席が外まで降りて、
乗り降りしやすいタイプです。

令和7年度 赤い羽根共同募金のお礼

みなさまにご寄付いただきました募
金は、和歌山県共同募金会で取りまと
められ、県内の民間社会福祉施設・団
体・社会福祉協議会への助成や災害時
の避難者救援活動支援積立金など、地
域福祉を推進するための資金として活
用されます。

これからも自分たちの住む地域の福
祉を推進し、その運営や活動を応援し
ていくことが共同募金の役割です。今
後ともご支援、ご鞭撻をいただきます
ようお願い申し上げます。

令和7年度募金実績

3,627,126 円

(令和7年12月末現在)



社協の相談事業 3月 相談予定カレンダー

| 相談事業名 | 相談日 | 相談時間 | 備考 |
|--|------------------|-----------------|---|
| 心配ごと相談 日常生活での悩みごとや心配ごとなど | 3/2(月) 3/6(金) | 13:00～ 16:00 | <ul style="list-style-type: none"> ■対象は橋本市内在住の方になります。費用は全て無料です。 ■相談場所はいずれも橋本市保健福祉センター。 ■まちの法律家相談 <ul style="list-style-type: none"> ・予約受付… 2/27(金)～3/12(木) ・定員2名で、電話予約制となっています。 ・キャンセルの場合は必ずご連絡ください。 ・1名につき年度内2回までの相談回数とさせていただきます。 |
| まちの法律家相談(予約制) 相続・遺言・成年後見制度など 原則として制度のしくみなど | 3/19(木) | 13:00～ 15:00 | |
| 福祉防災相談 | 3/5(木) | 13:00～ 16:00 | |
| 福祉まるごと相談 日常生活上の困りごとに幅広く相談に応じます。 ◆失業による生活再建、入学・就学費 ◆介護に関すること ◆相談先がわからない心配ごとなど | 月～金曜日 | 9:00～ 17:00 | |

相談に関するお問い合わせ・予約は、市社会福祉協議会 ☎33-0294まで

善意のお気持ち

市社会福祉協議会では、市民のみなさまからの「地域のために使ってほしい」という思いのこもった金銭や物品等をお預かりして、地域福祉のために大切に使っています。

みなさまからのあたたかい善意をお待ちしています。

【一般寄付】

匿名 10,000円
森魚嵐(豊岡秀治)様(東家) 300,000円
矢倉脇 TV 共同視聴組合 様 5,053円

【遺志金】

辻脇伸幸 様(高野口町小田) 50,000円
亡母 辻脇光代 様の遺志として

【使用済み切手・ハガキをいただきました】(敬称略)

辻眞理/三浦
高野口町商工会女性部/青木水産/和歌山県退職
公務員連盟橋本支部/紀見北地区公民館
匿名2名

【食材等の提供をいただきました】

てまり農園 様
青ネギ
大光寺 様
お菓子、即席味噌汁
廣畑政也 様
玄米
匿名9名
パスタ、缶詰、即席麺、玄米、缶詰、佃煮
カレー、みかん

【食料品の寄付を募っています】

- ◎常温保存でき、賞味期限が1か月以上あって、未開封であるもの
- ◎お米は収穫から2年以内のもの

たとえば・・・

- 穀類(お米、麺類、小麦粉等)
- 保存食品(缶詰、瓶詰等)
- インスタント食品、レトルト食品
- 調味料、食用油
- 乾物(海苔、ふりかけ、お茶漬け等)
- お菓子類(クッキー、せんべい等)
- 飲料(ジュース、お茶等)
- 粉ミルク、ベビーフード
- 日持ちする野菜・果物
(特にたまねぎ、じゃがいも)

ご寄付いただける方は市社会福祉協議会までお持ちください。

ご寄付いただいた食料品は、フードドライブやこども食堂等に活用させていただきます。

