

みんなのしあわせ 一緒に つ・く・ろ！

げろ福祉だより



2026

1

Vol.125

うまれ変わっても、下呂市に住みたいと
思える地域になることを願って！



編集・発行 社会福祉法人 下呂市社会福祉協議会 (通称: 下呂市社協)

岐阜県下呂市萩原町萩原875番地2 TEL 0576-52-4884 FAX 0576-52-3423 <http://www.gero-city-syakyo.jp/>



あけましておめでとうございます。



本年も皆様と共に福祉のまちづくりに努めてまいりますので、ご理解ご協力をお願いいたします。



令和7年度 福祉の映面上映会&講演会 in下呂市交流会館アクティヴ

第1部:福祉の映面上映会

「ばけますから、よろしくお願いします。」

第2部:特別講演

「ドキュメンタリー監督 信友直子氏」



以前、新型コロナウイルス感染症の拡大により中止を余儀なくされたこの上映会&講演ですが、5年の時を経て、ついに開催することができました。下呂市地域包括支援センターと共催したところ、約600名の市民の皆さんにご来場いただき、それぞれの「できること」を感じていただきました。「誰もが安心して暮らすことができるまちづくり」への着実な一歩となりました。

105歳のお父さんと、ひとり娘信友さんの言葉から考える。 安心して暮らせる地域のヒント!



Q1 嬉しいと感じているご近所や地域との関わりは？

A. 私が講演会などで家を空ける時は、近所に住む私の幼なじみが父の世話をしてくれています。彼女がいなければ私も講演活動はできなかったでしょうし、父も、子供の頃からよく知る彼女だからこそ気兼ねせず何でも頼めるので、親子共々とても感謝しています。

Q2 こんな関わり、声かけが嬉しい!のポイントはありますか？

A. 本人や家族は困っていても、近所の人には「迷惑かけるんじゃないか」と思って言い出せないこともあります。さり気なく「大変なことがあったら手伝うよ」と声をかけてもらったら嬉しいです。現在父の世話をしてくれている幼なじみも、彼女の方から「手伝おうか」と私に申し出てくれました。

Q3 誰もが安心して暮らせる地域を目指すために、大切だと思うことは？

A. 日本人は「人に迷惑をかけてはいけない」と思いがちですが、私は極論を言えば「迷惑かけたっていい」と思っています。その代わりに、自分が他人に何かを頼まれた時に迷惑と思わず「いいよ〜」と気軽にやってあげればいいんです。それが「おたがいさま」なのだと思います。私も、まだ体が動く今のうちは、ご近所のお年寄りをどんどん手助けするという「思いやり貯金」を心がけています。



「誰でもなる病気じゃけん
恥ずかしいことはないわい!」

「年寄りの社会参加は
社会に甘えることじゃの!」

●下呂市の皆さんへメッセージ♡

広島県呉市の私の実家のあたりは、「おたがいさま」の精神でご近所同士の助け合う風土があって、本当に助かっています。今回、下呂の町を散策したり、地元の方が入る日帰り温泉に行ったりしましたが、下呂の方たちにもそんな人情味を感じました。自分がこの町で自分らしく暮らすには、他の人が自分らしく暮らすお手伝いをしてあげることも必要です。そうやってみんなで「恩送り」し合って、より暮らしやすい地域社会を目指しましょう(^^)

「おたがいさま」。安心して暮らせる地域のつながり

「こんな時間に歩いて
いるけど...?」
「最近、姿を見てないな...!」

「今日も元気そうですね」
「寒くなってきたので気をつけましょうね」
「最近どうですか?」
「困った時は声かけてくださいな」など

さりげない見守り。声かけ。関わり。
「よろしくお願いします。」と、
気軽に言い合えるような
地域とのつながりを日頃から
大切にしていきませんか?



集いの場のあれこれ!色んな情報が“集まる・聞ける” 「集いの場 知恵袋」を開催しました!

知恵袋①

事例紹介 2団体から発表!

上村カフェ

西上田
ふれあいカフェ

参加者46名!



特別なことはせず、来られる方々が楽しくおしゃべりできる場! 運営も参加者も無理なく「気軽に集まれる」カフェスタイル運営の上村カフェ。

社会福祉協議会で貸出を行っているレクリエーション用具を有効活用した運営の西上田ふれあいカフェ。

「気軽に集まれる場所」としての役割も、「活動的な交流」を促す役割も、地域のニーズや参加者の好みによって形が変わっていくものです。どちらのスタイルも、地域における人と人とのつながりを強める大切な役割を果たしています!

知恵袋②

集いの場で活用できるレクリエーション用具(11種類)の体験会

「こんなものもあるんだ!」「今度これを貸りてみようかな!」参加者の皆さんは、初めて見る用具に興味津々!



昭和スターかるた



人間すどろく

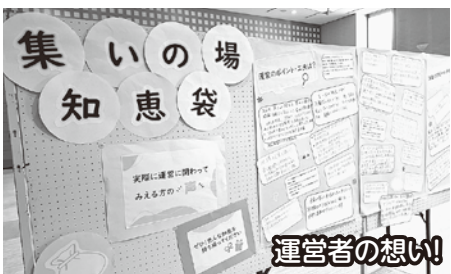
■その他

- ・モルック
- ・握力測定器
- ・じゃんけんタワー
- ・トレーニングラダー
- ・ボッチャ
- ・コミュニケーション
- ・セラバンド
- 麻雀
- ・ちょう座体前屈
- ・どこでもわなげ

知恵袋③

情報交流～運営者の想い・活動の様子を展示～

活動における悩みや運営の方法を意見交換!今後の活動に活かせるように情報共有が行われました!



運営者の想い!



活動の様子

今回の「集いの場 知恵袋」では、活動事例の発表やレクリエーション用具の体験、情報交換を通じてたくさんの笑顔と気づきが生まれ、参加者同士の横の繋がりを深めるひとときとなりました!

下呂市社協は、地域での繋がりを支える皆さんの活動をこれからも応援していきます。



この事業は、地域のみなさんから寄せられた優しい気持ち“**赤い羽根共同募金**”を財源に開催させていただきました。



家計のこと、仕事のこと…生活の中で困っていることはありませんか？

相談
無料

生活サポート相談センター

すまいるげろ

秘密
厳守



Q1 どんな人が対象ですか？

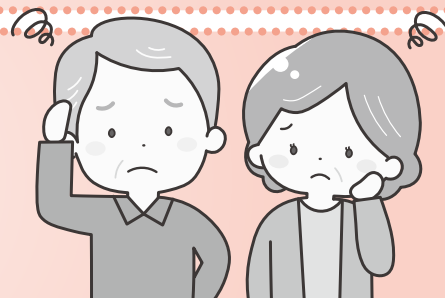
A1

下呂市内にお住まいで、困りごとのある方が対象です。
※ご本人はもちろん、ご家族からもご相談いただけます。

Q2 どんな相談ができますか？

A2

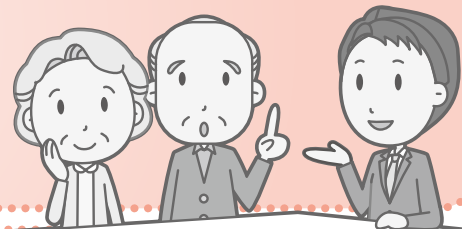
「家計のやりくりが、いつもうまくいかない」
「公共料金の滞納や借金の支払いに困っている」
「働き始めたいけど、人と話すのが苦手で…」など、
生活上の困りごとについて相談いただけます。



Q3 相談したらどんなことをしてもらえますか？

A3

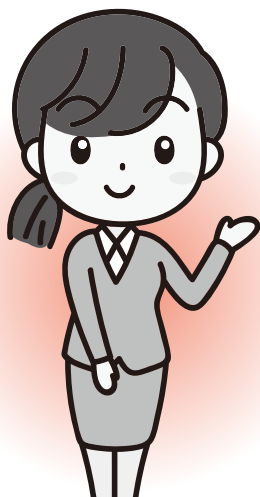
お話を伺って生活上の困りごとを整理し、今の暮らしが良くなる方法を
ご本人やご家族と一緒に考えます。
さらに支援が必要な場合には「家計管理のアドバイス」、
「仕事さがしに同行」、「利用可能な制度の紹介」、
「関係機関・相談窓口への同行」などを行います。



Q4 相談するにはどうすればいいですか？

A4

下記までご連絡ください。
※事前にご連絡、ご予約いただくと、当日の相談がスムーズになります。
※来所・訪問・電話・メールなど、ご事情に合わせた方法で相談をお受けします。



ゼロなやみ
0576-23-0783

〒509-2202 下呂市森883-1 下呂福祉会館 3階
※下呂市民会館駐車場の奥にある建物です。

【メールアドレス】 smile@gero-city-syakyo.jp

【FAX】 0576-25-5885

【相談日】 月曜日～金曜日 8:30～17:15

【お休み】 土・日・祝・年末年始

教育支援資金(貸付)のご案内

低所得世帯に対し、学校教育法に定められた高校・短大・大学・専門学校に入学するのに必要な経費を無利子でお貸しする制度です。



◎ 対象・条件

- ◆ 世帯所得が一定基準以内の世帯の学生（進学予定も含みます）
 - ◆ 他制度の利用が優先となります
- 日本学生支援機構・母子父子寡婦福祉資金・国の教育ローン（日本政策金融公庫）等

◎ 種類及び貸付条件

資金種類	教育支援費	就学支度費 ※入学時に必要な経費
資金用途	就学するのに必要な学費等 (授業料、設備費、PTA 会費、通学定期代等)	入学に際して必要な支度費 (入学金、教科書、制服、進学カバン、通学用自転車代等)
貸付上限額	<p>【月 額】</p> <p>高等学校 35,000円以内</p> <p>高等専門学校 60,000円以内</p> <p>短期大学 60,000円以内</p> <p>大 学 65,000円以内</p>	<p>【入学時1回のみ】</p> <p>500,000円以内</p>

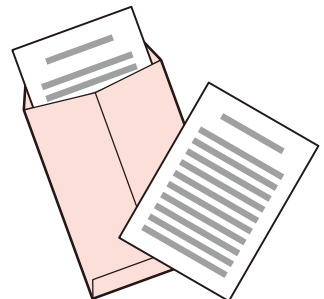
○貸付利子：無利子（延滞利子 年3%） ○据置期間：卒業後6ヶ月以内 ○償還期限：10年～20年以内

貸付には審査があります。

申込みから貸付決定・送金までにおおむね1～2ヶ月程度必要となります。納付期限等に間に合うように、お申込みください。



より詳しい内容は
こちらの二次元コードから
ご確認ください。



相談・申込の窓口

下呂市社会福祉協議会 総合相談室（担当；福井） TEL 23-0783
※担当者が不在の場合がありますので、来所前にお電話をお願いします。

実施主体

社会福祉法人 岐阜県社会福祉協議会 TEL 058-201-1547



『福祉サービス利用援助事業』で 安心して暮らせるようサポートします。

こんなことでお困りではありませんか？

『福祉サービスを使いたいけど、手続きが分からない』『お金の使い方に不安があるけど、誰に相談すればいいか分からない』『通帳や、大事な書類がどこかに行ってしまう』。

◎ 対象となる方

- 認知症の高齢者の方、知的障がいのある方、精神障がいのある方のうち、判断能力に不安のある方。
- 本事業のサービスをおおむね理解し、利用する意思がある方。

◎ サービスの内容

福祉サービスの利用手続きのお手伝い（基本サービス）

- 福祉サービスの利用相談や情報の説明。
- 福祉サービスの利用申し込みや利用料の支払い手続き など。



■以下の①、②、③はご希望に合わせてお選びいただけます。（選択サービス）

① 日常生活に必要な事務手続きのお手伝い

- 届いた郵便物の整理や、手続きのお手伝い など。

② 日常のお金の管理のお手伝い

- 医療費、税金、家賃、電気代、水道代などのお支払い。
- 生活費などを銀行から出してお届け。

③ 大切な書類を安全な場所でお預かり

- 預貯金通帳、印鑑、キャッシュカード、年金証書などをお預かり。
- 必要な時に通帳や印かんをお届け。



◎ 利用料金（ご相談は無料、お手伝いが始まると料金がかかります）

- 1時間 **1,200円**（1時間を超えると30分ごとに600円加算）
- 通帳など書類の預かりは、1か月 **500円**



＊ まずはお気軽にご相談ください。

下呂市社会福祉協議会 総合相談室 電話:0576-23-0783(担当:福井)
または、社協 各支所 専門員まで。

無料福祉総合相談

1月・2月カレンダー



一人で悩まないで！心配事のある人なら誰でも相談ができ、相談内容等について秘密は守ります。

■よろず相談 ※心配事や困りごとについて、身近な地域で活動されている各種相談委員が相談を受けます。

時間／13:00～16:00【予約制】 すまいるげろ 0576-23-0783

1月	6日(火)	萩原 星雲会館	行政相談委員 民生委員
2月	3日(火)	金山振興事務所 4階	行政相談委員 民生委員

■法律相談 ※岐阜県弁護士会の弁護士による無料の法律相談です。相談時間はお一人30分です。

時間／13:00～16:00【予約制】 すまいるげろ 0576-23-0783

1月	14日(水)	萩原 社会福祉協議会 相談室	岐阜県弁護士会弁護士
	28日(水)	金山振興事務所 4階	
2月	12日(木)	下呂福祉会館 3階	
	25日(水)	萩原 社会福祉協議会 相談室	

※よろず相談及び法律相談の予約状況は下呂市社協ホームページからご確認ください。右側の二次元コードから直接アクセスできます。



■高齢者・障がい者・生活困窮者のための法律相談

※高齢者・障がい者・生活困窮者、及びこれらの方から依頼を受けた家族・福祉関係者が同席して、岐阜県弁護士会の弁護士に相談できます。予約時の確認で一定の資力基準を満たす方は無料、満たさない方は有料(5,500円)となります。

時間／13:00～16:00【予約制】(相談前日の12:00まで) すまいるげろ 0576-23-0783

1月	8日(木)	下呂福祉会館 3階	岐阜県弁護士会弁護士
2月	5日(木)	萩原 社会福祉協議会 相談室	

■公証役場相談 ※遺言・相続・後見・離婚・賃貸借・債務弁済等に関する相談を、公証人が無料でお受けします。

時間／13:00～16:00【予約制】 申込み・問合わせ先/高山公証役場 0577-32-4148

1月	16日(金)	下呂福祉会館 3階	高山公証役場公証人
2月	20日(金)	萩原 星雲会館	

■こころの健康相談

※精神科の主治医がいない方が対象です。

時間／15:00～16:00【予約制】 申込み・問合わせ先/岐阜県飛騨保健所 健康増進課 保健予防係 0577-33-1111

1月	22日(木)	下呂市民会館	精神科医師
2月	19日(木)	下呂総合庁舎(萩原町羽根)	

■岐阜県若者サポートステーション 下呂市出張相談 ※本人(15～49歳まで)とその保護者を対象とした、若者の社会的・職業的自立についての相談窓口です。

時間／10:00～16:00【予約制】 申込み・問合わせ先/岐阜県若者サポートステーション 0577-35-4772

1月	13日(火)	下呂福祉会館 3階	岐阜県若者サポートステーション
	27日(火)	萩原 星雲会館	
2月	10日(火)	下呂福祉会館 3階	
	24日(火)	萩原 星雲会館	

※各種相談の開催については中止、延期、電話相談への変更等になる場合がございます。ご了承ください。

「あなたの悩み 一緒に考えていきます」

生活サポート相談センターすまいる げろ

相談
無料

秘密
厳守

まずはお電話でご相談下さい。

ゼロなやみ

TEL0576-23-0783

寄せられた あたたかい善意

【令和7年9月21日～令和7年11月20日までの受付分】

金一封

物品等寄付

●介護用品、物品ほか

●古切手、書き損じハガキほか



以上の方々から善意のご寄付をいただきました。
福祉のまちづくりのために有効に使わせていただきます。

ボランティアセンターからのお知らせ

自分に出来ることや趣味・特技
を活かしてみませんか？

暮らしの中で「ちょっと困った。
でも頼める人が…」と、お困りでは
ないですか？

その思い…

ボランティアセンターへ
ご相談ください！

下呂市ボランティアセンター(下呂市社協)では、「**ボランティア
したい方・やってみたい方**」と「**ボランティアを頼みたい人**」の
思いをコーディネーター(調整役)がつなぎ、地域のチカラで市民
の困りごとが解決することを目指しています。

地域で活躍！事例紹介

日本語交流サロン ボランティア



下呂市
担当者

？ 金山で開催する日本語交流サロンで、参加者に寄り
そって一緒に活動していただける方を探しています。
どなたかみえませんか？

日本語交流サロン:日本語を学ぶ外国籍の住民(学習者)と地域の皆さんが気軽に集い、やさしい日本語で会話を楽しみながら交流する場所

金山地域の方で、個人登録いた
だいているボランティアさんに
声をかけてみますね！



ボランティアセンター
職員

5人のボランティアさんが活動!~誰かのために。自分も笑顔に~



下呂市
担当者

地元にお住まいのボランティアの皆様にご協力いただけたことで、参加した
学習者の方々も、より深く地域とのつながりを感じられたと思います。また、
参加くださったボランティアの皆様自身も、積極的に交流を楽しんで下さる様
子が拝見でき、主催者としても、大変嬉しく、温かい気持ちになりました。



日頃、外国の方と接する機会がほとんどないため、ボランティアでありながらも私にとっても新鮮で面白い経
験になりました。海外の方の考え方や価値観にも触れられ、学ぶことが多かったです。文化の違いやお互いの
思いを知ることができ、参加して本当に良かったと感じています。自分自身もとても楽しい時間でした。



ボランティア

寒い季節だからこそ広がる地域のチカラで心もぽかぽか♪

お待ちしてます。



寒いけど重くて…。
⇒給油のお手伝い



外にでる機会が減ってさみしい…。
⇒お話し相手

- 冬だからこそその困り事を抱えていませんか？その思い、ぜひ届けてください！
- 「地域のために何かできないかな？」
困りごとに寄りそって活動して下さる
ボランティアさんを募集しています！

皆さんの思いや声を、ぜひ最寄りのボランティアセンター(社協)までお届けください！

この広報は、赤い羽根共同募金の配分を受けて発行しています。