

みんなのしあわせ 一緒につくろ！

げろ福祉だより



2026

7

Vol.128



「ちょっと困った」に寄り添うボランティア
～いつもの暮らしを支える地域のチカラ～



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-syakyō.jp/>



ご存知
ですが!?

私たちの市の「ボランティアセンター」

ボランティアセンター(下呂市社協)では、「ボランティアをしたい方・やってみたい方」と「ボランティアを頼みたい人」の思いをつなぎ、地域のチカラで市民の「ちょっと困った」を解決できることを目指しています。

通称「ボラセン」
覚えてね♪

事例紹介 坂の上までゴミ捨て

高齢で一人暮らし。
遠方のご家族が支援をしているけれど、毎回のゴミ出しに合わせて来るのが難しい。ゴミステーションは坂の上。本人さんが行くのには、往復1時間程かかり、体力的に負担が大きくて…。



相談を受けたボラセンの職員がコーディネートし、登録しているボランティアさんへつながりました。



【本人のつぶやき】

自分みたいな人が地域には暮らしている事を“**知って**”ほしい。こんな事を頼んでいいやろうかと申し訳なかったけど、寄り添ってもらえてありがたい。

【ボランティアのつぶやき】

ボランティア登録はしていても、普段は仕事で動けず…。今回は、出勤前にできることだったので“**出番**”がきた!と思って引受けました。



活動初回にはこんな会話も!!

申し訳なくなつて、自分で出しに行こうかと思って。この間も、ゴミを休み休み捨てに行きよつたら、地域の役員さんが飛んできてくれたんや。



申し訳なくないですよ! そのために私が来たんですよ。でも、気にかけてくださる方がおいでで安心ですね。私にも頼ってくださいね。遠慮せずに。



手から手へ…。
運んだのは、ゴミだけでなく新たな
「つながりと安心」だったようです。



生活の中の「ちょっと困った」に地域のチカラで寄り添います。

相談内容や状況によっては、地域の役員さんや隣近所の方に相談したり、専門機関につないだりと、既存のつながりや資源を大切にしたコーディネートを心がけています。自分や家族では解決できない生活の中の「ちょっと困った」の声を届けてください。



事務局	小坂支所	萩原支所	下呂支所	金山支所	馬瀬支所
52-4884	62-0038	52-3773	25-2082	33-2495	090-3104-2225

誰かの「ちょっと困った」に あなたの『ちょっと空いた時間』を貸してください。

できる時に。できることを。



例えば...

話し相手 家具の移動・組立
掃除 衣替え 草取り
携帯等の簡単な操作説明
趣味を生かして...等々



地域で活動いただける人が多ければ多いほど、様々な声に寄りそうことができます。
ぜひ、あなたの「ちょっと空いた時間・できること、得意なこと」を、ボラセンにご登録ください。



地域の現状にあわせた様々なボランティアセミナーの開催もしているよ。
ぜひ、参加してね。



福祉
×
企業の
チカラ

地域貢献活動について ご相談ください!

地域とつながり合い、支え合いながら、誰もが安心して暮らせる地域作りを一緒に進めませんか。

例えば...



空いている事務所のスペースを何か活用できないかな?

専門的な知識をもった職員がいっぱい、いるんだけどな...

地域の人も巻き込んで、職員と一緒に取組めることはないかな?

そんな
声から!



部屋やスペースを開放・提供し、
地域住民の集える場に!



地域住民の集いの場へ出前講座。
生活に役立つ情報を届ける!



地域住民と一緒にラジオ体操の実施。
職員の健康づくり×地域交流で一石二鳥!



R6.7 実施：(株)フローラ×社協×地域の集いの場

手法は様々です。「できること、得意としていること」で、企業の皆さまの持つ力をぜひ、お貸しください。

お問合せ：TEL 52-4884 (地域福祉課)

災害時における支え合いの仕組み

災害ボランティアセンターってどんな役割があるの？



災害ボランティアセンターは、被災地の「困りごと」とボランティアさんの「思い」をつなぎ、復旧・復興を支える拠点として、大切な役割を担っています。

災害ボランティアセンターの主な役割

① 困りごとの調査・受付



被災者の「困っていること」を聞き取り、整理します。

② 受付・募集(ボランティア)



地域内外からのボランティアさんの受付や事前説明を行います。

③ ニーズと活動をマッチング



ボランティアさんのできる活動を調整し、最適な活動につなげます。

④ 活動のサポートと安全管理



活動に必要な道具の貸出しと安全に活動できる環境を整えます。

⑤ 関係機関と連携



専門機関との連携を図ります。

ボランティアさんの活動内容は？

屋内や床下・庭等の泥だし
家財の運搬、ごみの仕分け・
清掃等

※重機等が必要な活動、専門技術がいる活動、危険を伴う活動はお受けできません。

～地域の方へご協力をお願い～

- ① 困りごとの集約、ボランティアセンターの周知
- ② 資機材や軽トラックの貸出し
- ③ ボランティアさんの送迎・活動場所への案内

※災害VCが立ち上がっても、被災者の困りごとが集まらなければ機能しません。被害状況によっては、資機材が不足すること考えられます。

ライン
LINEを活用した
事前登録を！



“下呂市災害ボランティア活動”への登録者を大募集！

- ① 2次元コードを読み取り友達登録。



- ② 下呂市ボランティアセンターアカウントへ【氏名・地域・年齢・性別・希望する活動】を送信。センターにて内容確認後、返信が届き登録完了。



災害時、皆さんの協力が被災地の早期復旧につながります!! ご理解、ご協力をお願いいたします。

災害ボランティアセンターだより



水害にあったときに

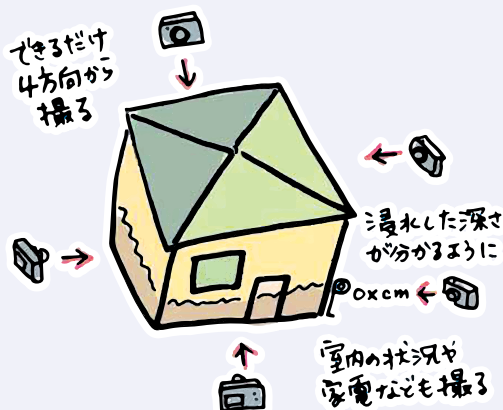
～浸水被害から生活再建までの流れ～

水害にあった際にすることの一般的な手順をまとめたものです。無理をせず、できるところから始めましょう。

1 片づけをする前に記録を残す

- 被害の様子がわかる写真や動画を撮る。
- 家の外をいろいろな向きから、浸水の深さがわかるように撮る。
- 室内の被害状況や、屋外の自動車なども撮る。

※写真はのちの手続きや保険金の請求の際に、被災状況を伝えるのに役立ちます。



2 被害にあったことを伝える

- 火災保険・自動車保険や共済の担当者に連絡する。
- 保険証をなくしたときや補償内容がわからない時も、火災保険・自動車保険や共済の担当者に連絡する。

3 罹災証明書^{りさい}をもらう

- 市役所で罹災証明書の申請をする。
 - 被害認定調査を受ける。
 - 調査には、住宅の外から見てもらう一次調査と内部の壊れ具合も見てもらう二次調査がある。
- 罹災証明書は、災害による住宅の被害の程度を証明する書類です。申請すると、市が調査を行い、判定します。

4 ぬれた家具や家電を片づける

- 片付けは、肌を出さない服装で行う。
- 作業中はこまめに休み、水分を取る。
- 小さな子どもは有害な物質を吸い込みやすいので注意する。
- 食器などは、消毒液を正しく使って洗う。
- 泥を落とすときは、ホースなどで水を流すだけで十分効果がある。

5 床下やカベ裏の確認をする

- 床下やカベ裏に泥が入り込んでいないか確認する。
- 見かけ上被害がなくても、裏側にカビが生えていることがある。
- ぬれた断熱材は早めに取り外す。



6 自宅の修繕について相談する

- 単純な片付けや掃除はボランティアに頼めることがある。
- ボランティアや災害支援 NPO の中には水害にあった家屋の対応経験が豊富な人たちもいる。
- 自宅の修繕は、施工会社や地元の工務店に相談する。

上記内容は「震災がつなぐ全国ネットワーク」が作成された「水害にあったときに」より一部抜粋してご紹介しています。下記ホームページに、より具体的なチラシや作業を詳しく説明した「冊子版」もありますので、ぜひご覧ください。

震災がつなぐ全国ネットワーク <https://shintsuna.org/tools/>



これからも、あなたの『安心・快適な外出の機会』を支えます。

福祉車両貸出事業 のご紹介



様々な外出の機会にご活用ください！

車椅子のまま乗り降りができる福祉車両を貸出しています。



利用対象者



▶ 下呂市内に居住し、車いす等での移動が必要な方で、単独での移動が困難な方。

運転者(利用責任者)

① 利用対象者の親族。

【親族内で運転手が見つからない場合は！】

② 利用対象者及び親族が認めた、
運転免許証取得後3年以上で75歳未満の方。



利用可能日

365日

※ 事務所休業日(土日祝日、年末年始(12/29～1/3))のご利用は、
直前の営業日に手続きと鍵をお渡しします。

リクライニング車椅子を
ご利用の方おススメ♪

貸出し車両の種類

長期活躍してくれた車両を、
赤い羽根共同募金の配分を受けて、
安心・安全に使用いただける車両に
更新できました。



小型車(スロープタイプ)



NEW!

金山支所の車両更新



大型車(リフトタイプ)

利用料金

① 市内・市外(片道20km未満)…無料 ② 市外(片道20km以上)…燃料費自己負担

利用の流れ

利用日の3日前までにご予約ください。

1 事前登録
(操作説明)
※初回のみ

申込書

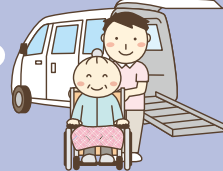
2 事前利用予約



3 申請・利用



4 返却



お問合せ、事前登録・
予約等は、
最寄りの社協事務所
へご連絡ください。



無料福祉総合相談

7月・8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。

行政相談委員による行政相談 ※道路、雇用、医療、年金など様々な国の行政に関する苦情や意見、要望を受け付けます。
時間／13:00～16:00【予約制】 総合相談室 0576-23-0783

7月	7日(火)	星雲会館	行政相談委員
----	-------	------	--------

法律相談 ※事故、借地・借家、貸金など社会生活や事業活動に関する事、離婚や相続など家庭に関する事などが相談できます。
時間／13:00～16:00(お一人30分)【予約制】 総合相談室 0576-23-0783

7月	8日(水)	小坂健康ふれあいセンター	岐阜県弁護士会弁護士
	22日(水)	下呂福祉会館 3階	
8月	12日(水)	萩原 社会福祉協議会 相談室	
	26日(水)	金山振興事務所 4階	



※行政相談、人権擁護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いただけます。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) 総合相談室 0576-23-0783

7月	2日(木)	下呂福祉会館 3階	岐阜県弁護士会弁護士
8月	6日(木)	小坂健康ふれあいセンター	

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】 高山公証役場 0577-32-4148

7月	16日(木)	下呂福祉会館 3階	高山公証役場公証人
8月	20日(木)	萩原 星雲会館	

こころの健康相談 ※精神科主治医がいない方の心の不調について、ご本人やご家族などが相談できます。
時間／14:30～15:30【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

7月	23日(木)	下呂市民会館	精神科医師
8月	27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 ※若者本人(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 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

7月	14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
	28日(火)	萩原 星雲会館	
8月	4日(火)	下呂福祉会館 3階	
	25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。

上記の各種相談についての
お問い合わせは

総合相談室

TEL 0576-23-0783

ゼロなやみ

寄せられたあたたかい善意

【令和8年3月21日～令和8年5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。

なるほど!
解説

知っているようで知らない!?

あなたの身近に「福祉委員」



Q

福祉委員って… どうやって選ばれるの? 何人いるの? どんなことをしているの?

A

自治会からの推薦を受けて、概ね20～50世帯に1名を目安に設置されています。

※任期は原則2年。自治会の実情によって異なる場合があります。

●福祉委員の役割!!

ふだんの生活の中で…

顔の見える範囲に
福祉委員さんがいるんだ!



その1 さりげない見守り



その2 困りごとの把握



その3 つなぎ役

福祉リーダーへ

- ・福祉委員長(分会長)
- ・民生委員・児童委員
- ・区長(役員)



日々の生活での小さな変化「あれ?」の気づきを大切にしながら、「ちょっと困った」の声をキャッチし、関係者へつないでくれているんだね!心強い!

●地域の実情に合った必要な活動を展開!



【福祉委員会等の開催】



【民生委員・児童委員、区との連携】



【集う場の開催】



【見守り訪問】

情報共有

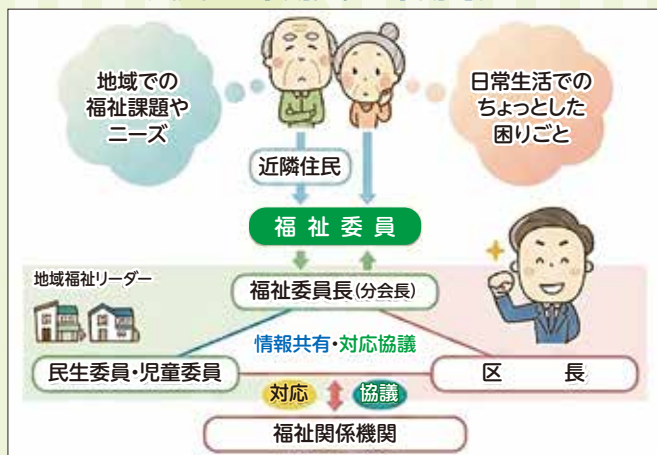
見守りや困りごとを把握する活動

人口減少や高齢者のみ世帯の増加に加え、人とのつながりの希薄化等、社会環境が激変するなか、福祉委員の存在が地域の安心を支えているんだね!



困った時は『お互いさま』。地域の福祉委員はあなたのそばにいます。

困りごとや異変に“早期発見・早期対応”するしくみ



住み慣れた地域で安心して
暮らせるように!

地域の皆さんへ

困りごとや異変に気づくには、近隣や地域のつながりが大きな役割を果たします。

皆さんも隣・近所をさりげなく見守っていただき、気づいた異変などをつないでください。



→ 小地域ネットワーク

