

# Ciao! ちゃお!

つながる・ひろがる・ふくしのわ

## 所沢社協だより

### もくじ

- 2~5 特集 スマホを使って日常をより豊かに
- 6~7 インフォメーションコーナー／寄付報告
- 8 生活支援コーディネーター(SC)にご相談ください！

回覧

No.117

2026

1/1

「ちゃお」とは…

おはよう、こんにちは、さようならを兼ねるイタリアの挨拶語(ciao)。気軽に声をかけあえる地域福祉を目指します。



所沢市社会福祉協議会のシンボルマークです。

### 特集

## スマホを使って日常をより豊かに

スマートフォン(スマホ)を使う機会がますます増えています。

今年のお正月から、便利で楽しいスマホライフをはじめてみませんか？



所沢社協だより「ちゃお！」は、  
共同募金の配分金を活用しています。

本紙では、固有の名称を除き「障がい」と表記します。

点字版・音訳版も  
あります

点字版は「花みづき」、音訳版は「デイジー所沢」の  
両ボランティアグループにご協力いただいています。  
利用希望の方は、所沢社協までご連絡ください。

## 特集

# スマホを使って日常をより豊かに



所沢市社会福祉協議会  
会長 本橋 栄三

こんなことって  
ありませんか？



スマホを使えるようになると…



スマホを便利に使ってみませんか？

各地区で開催！スマホの学び場

所沢市では、どなたでも気軽にスマホに関する疑問や、困りごとの解決に向けた相談ができる場が広がっています。ちょっとした質問でもスタッフが寄り添い、解決の糸口へと導きます。

親切丁寧に  
教えてくれたので、  
また相談しに行きます。

スマホの学び場 参加者の声



電車の  
乗り換えアプリの  
使い方を聞けたので  
安心して同窓会に  
行けます！



スマホの学び場では、参加者への声掛けや  
ちょっとしたお手伝いをするスマホサポーターが  
見守っています。

スマホの文字を  
大きくする方法がわかつて、  
メールが読みやすくなりました。

スマホのこと知っていますか？

## ミニスマホ検定

スマホを安心して便利に使う基本的な操作や知識を5つピックアップ！お使いのスマホをお手元にご用意のうえ、いくつわかるか、ぜひチェックしてみてください！

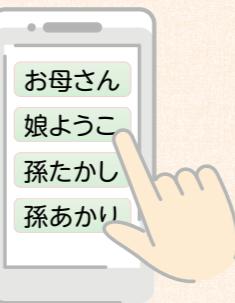
\*スマホの機種によって、機能や操作が異なる場合があります。

### その1 ☑ 電話をかける



- ① 電話の絵が描かれているマーク（アプリ）を、軽く1回触る（タップ）

- ② 電話帳の中から電話をかけたい人をタッチ



- ③ 登録された番号が出てきたら、電話マークをタッチするとかけられる

### その2 ☑ 写真・動画を撮影する



- ① カメラの絵が描かれているアプリをタッチ



### その3 ☑ 写真・動画を見返す

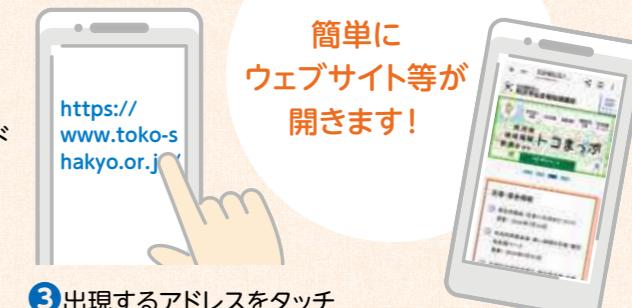


- フォルダからいつでも  
どこでも写真や動画を  
見返すことができる

### その4 ☑ 二次元コードを読み取る



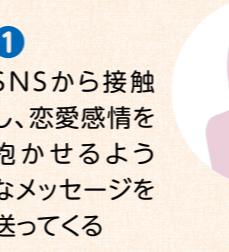
- ① カメラアプリをタッチ



- ③ 出現するアドレスをタッチ

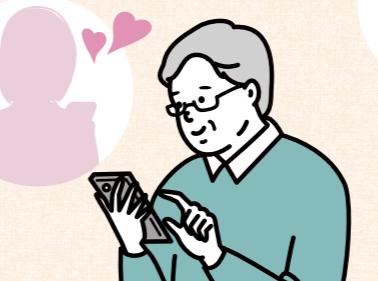
簡単に  
ウェブサイト等が  
開きます！

### その5 ☑ 詐欺手口への理解



- ①

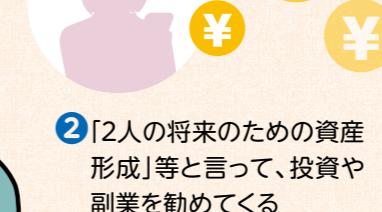
SNSから接触



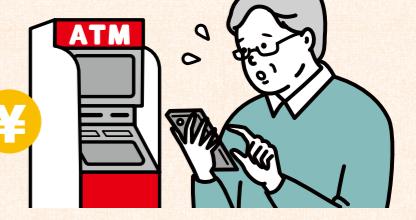
し、恋愛感情を抱かせるよう

なメッセージを

送ってくる



- ② 「2人の将来のための資産形成」等と言って、投資や副業を勧めてくる



- ③ 指定された口座に振り込みを行い、  
多額のお金をだまし取られる  
通称「ロマンス詐欺」といいます

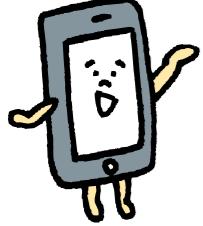
出典：警察庁「SNS型ロマンス詐欺」

いくつわかりましたか？

- 0～1個 → スマホを安心して便利に使うために、ぜひ「[スマホの学び場](#)」へ
- 2～5個 → 「[スマホサポーター](#)」として、ぜひ「[スマホの学び場](#)」へ

詳細は次のページへ！

## 地域に広がるスマホの学び場



お住まいの地域で気軽に参加でき、困ったときに早期で相談ができるよう、多くの地域でスマホ教室が開催されています。現在はスマホ教室やスマホカフェ、スマホサロン等、地域の実情に応じて様々な形態の活動も増えてきています。ご自身に合う場所にきっと出会えるはずです！



所沢警察を講師として詐欺予防の講座を開いた様子

### スマホサロン吾妻

お互い様で、気軽にやり取りできる場をめざし、コミュニケーションを取りながら、楽しく開催しています！「予約なし」で「気軽」にお越しください！

\*来ていたい全の方に対応したいのですが、お部屋が小さく、待ち時間等が出てしまうことがありますのであらかじめご了承ください。

- 日時 令和8年2月10日(火)  
14:00~15:30
- 場所 あづま～る(久米1538-9)

問い合わせ 吾妻地域包括支援センター  
TEL 04-2929-6965  
FAX 04-2925-6600

お住まいの地域での活動については、8ページ「第2層SC」にお問い合わせください。



## スマホサポーターと一緒に「できること」を増やしませんか？

スマホの学び場では、本会の養成講座を受講したボランティア「スマホサポーター」が活躍しています。現在56名が登録し、参加者と同じ目線で、一緒にスマホのお悩みに寄り添います。

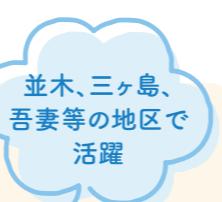


スマホサポーター  
ゆわきさん

スマサボ歴  
3年

スマホの基本操作を伝える中で、何かひとつでもその日に参加者が持ち帰れるものがあるようにすることを大切にしています。スマホカフェには先生はいません。サポーターも一緒に楽しみながら学び合えることがやりがいです。関心のある方には、ぜひスマホを好きになって、生活の視野を広げられたら楽しい人生になるのではないかと思います。

活動を通じて、スマホ教室はスマホを持っていても操作に慣れていない方に最適だと感じています。教室では個別相談形式で、持ち方や基本操作等を一から学ぶことができます。参加者の質問に一緒に調べて解決策を見つけるときが一番の喜びであり、それが自分自身の学びにもつながっています。



スマホサポーター  
ぐんじさん

## スマホがつなぐ世代間交流

～富岡まちづくりセンターの取り組み～



「スマホを持ってはいるけれど使い方がよくわからない…」等のお悩みを持つシニアの方々へ、日常的にスマホを使う学生ボランティアが相談を受ける取り組みが「富岡シニアスマホ学園」で行われています。リピーターも多いというスマホ学園の魅力をお聞きしました！

### 富岡シニアスマホ学園とは？

新たにスマホを持ち始めた方だけでなく、長年使用しているけれどLINEやカメラの使い方がわからない等、スマホの使い方でお悩みがあれば、どなたでもお越しいただけます。学生ボランティアが親身になって使い方を教えることはもちろん、主体的に事業全体の改善にアイデアを出す等、活動しています。

令和7年2月に開催された全国都市改善改革実践事例発表会にて  
**「富岡シニアスマホ学園」の取り組みが最優秀賞を受賞！**

詳細は  
こちら



所沢市富岡まちづくりセンター  
にしむらさん



### 世代を超えた温かい交流

スマホショップに相談するとお金がかかったり、家族からは教わりにくかったり等の事情もあって、参加するシニアからは、「学生とのコミュニケーションが楽しい」「とても親切に教えてくれるので助かる」という声が多くあがっています。学生は「特別なスキルがなくても、人の役に立て感謝されるのが嬉しい」とやりがいを感じています。

また双方ともに普段関わることの少ない世代との交流を楽しんでおり、スマホの相談から世間話に発展する等、和やかで笑顔あふれる活動となっています。



スマホ学園の様子

### 活動から見つかる「将来の夢」

学生にとっては地域貢献や世代間交流を通して、就職活動等にも役立つ社会経験を積めることも参加を後押ししています。

所沢市やまちづくりセンターとしても、地域課題である情報格差解消に取り組むことができるとともに、「将来は市の職員になりたい」と考える学生も出てきており、未来の地域につながる思いが育まれています。

### 活動の輪が広がる！出張講義スタート

シニアの方々の要望だけでなく、学生たちから「ほかの地区でも活動を行いたい」という声が多くあがり、令和7年度から希望のあった地区で出張開催をしています。

これまで新所沢・山口・吾妻で実施してきましたが、どの地区でも大好評で、継続開催を望む声が多く届いています。



スマホ学園学生ボランティアとスタッフの皆さん



学生ボランティア  
登録用二次元コード▶

問い合わせ 富岡まちづくりセンター  
TEL 04-2942-3110 FAX 04-2942-3244

# インフォメーションコーナー

## 認知症サポーター養成講座

参加者募集

認知症の基礎知識や対応方法を学んで、認知症の方やその家族を地域で見守り・支える「認知症サポーター」になりませんか？



■日時：令和8年1月30日(金)  
14:00～15:30

■場所：所沢市こどもと福祉の未来館  
1階 多目的室1・2号

■定員：50名 ■申込：二次元コードまたは電話・メール

■申込期間：令和7年12月1日(月)～(先着順)

問い合わせ 地域福祉推進課

TEL 04-2925-0041 FAX 04-2925-3419



## 応援します! 地域福祉活動団体交流会

参加者募集

住民参加のふくしのまちづくりを進める団体同士の交流会を開催します。



市内で活動中の方や、新たに立ち上げを検討中の方もぜひご参加ください。

■日時：令和8年2月10日(火) 14:00～16:00

■場所：所沢市こどもと福祉の未来館  
3階 多目的室3・4号

■申込：電話・メール

■申込期間：令和8年1月5日(月)～2月3日(火)

問い合わせ 地域福祉推進課

TEL 04-2925-0041 FAX 04-2925-3419



## 第20回 手しごと展示販売会

来場歓迎

「ぬくもりの輪・和・話」をテーマに、障がい者による作品の展示・販売会を開催します。所沢市を中心とした福祉施設で作られている、想いが込められた丁寧な手しごと品の数々。既成概念にとらわれることなく、あふれる想いを自然に表現したデザインのアートグッズ等、高品質なお手ごろな、「ここ」にしかない逸品が勢ぞろいします。

■日時：令和8年2月17日(火)～19日(木)

■場所：西武所沢S.C.8階 特設会場

問い合わせ 企画総務課

TEL 04-2926-8202 FAX 04-2925-3419

## 所沢市こどもの居場所 情報交換会

参加者募集

団体同士のつながりづくりのためのグループワークを実施します。市内のこどもの居場所活動団体やこどもの居場所づくりに興味・関心のある方はぜひお越しください。



■日時：令和8年3月3日(火) 14:00～16:00

■場所：所沢市こどもと福祉の未来館3階 多目的室3・4号  
■定員：65名(会場の都合上、1団体につき2名まで)  
■申込：二次元コードまたは電話・メール  
■申込期間：令和8年1月5日(月)～2月20日(金)

問い合わせ 地域福祉推進課

TEL 04-2925-0041 FAX 04-2925-3419



高齢になった親族の  
金銭管理等でお悩みの方へ

相談無料

「あんしん相談」をご活用ください

権利擁護や成年後見制度に関する問題について、経験豊富な地元の弁護士が無料で相談に応じます。



■日時：毎月 第4木曜日

9:30～12:00

祝日の場合は翌週

(面談時間は原則1組30分以内)

■申込：電話またはFAX

問い合わせ 所沢市成年後見センター  
TEL 04-2929-1711 FAX 04-2923-4780

## フードドライブにご協力ください

協力者募集

ご家庭で食べきれない食料品を提供いただき、経済的に困窮し、食べるものがなくて困っている世帯にお渡ししています。  
日々の生活や経済的なお困りごと、社会的な自立に向けた支援だけでなく、食品ロス削減にもつながります。所沢市こどもと福祉の未来館1階「福祉の相談窓口」へお持ちください。



- 受付中の食料品
- ①賞味期限が明記され、かつ2カ月以上あるもの
  - ②未開封であるもの
  - ③缶詰・インスタントやレトルト食品・カップ麺等  
※常温で保存できるもの

問い合わせ 所沢市あつたかサポートセンター  
TEL 04-2968-3960 FAX 04-2923-4780


Follow Us ! / 情報配信中!

**所沢社協**  
**公式インスタグラム**はじめました！

本会や地域の取組みをタイムリーに発信していきます。  
ぜひフォローしてください！

**フォローは簡単3ステップ**

- 1 スマホにインスタアプリをインストール
- 2 インスタグラムのアカウントを作成
- 3 二次元コードを読み取って、所沢社協アカウントをフォロー

**情報発信をお手伝い！**

掲載できる情報は、所沢市内や近隣におけるボランティア募集、ボランティア等に係るイベント告知、地域福祉活動の活発化を図る助成金等の福祉情報です。  
要綱を確認の上、ボランティア情報掲載申請書をご提出ください。  
要綱・申請書はこちら▶

問い合わせ 地域福祉推進課 TEL04-2925-0041 FAX04-2925-3419

情報の受け取り方、選べます！

LINE



メール



YouTube



社協事業へのご理解とご寄付に深く感謝申しあげます。

\*本会への寄付は、寄付金控除の対象となります。詳しくは最寄りの税務署にご相談ください。

一般寄付／合計 128,712円

- 団体／所沢婦人クラブ様、障害者をバックアップする会 エレファント様、西武学園医学技術専門学校様、(株)Integra Academy様
- 個人／匿名1名様

## 寄付報告 皆さまの善意

令和7年8月16日～11月15日

愛の福祉基金／合計 86,281円

- 団体／所沢婦人クラブ様、障害者をバックアップする会 エレファント様、西武学園医学技術専門学校様、(株)Integra Academy様
- 個人／匿名1名様

こども未来基金／合計 1,028,650円

- 団体／とことこまちづくり実行委員会様、所沢天照院様、ところざわ倶楽部様、(一社)実践倫理宏正会所沢支部様、西武学園医学技術専門学校様
- 個人／高橋様、那須好貴様、大出勇様、畔柳和子様、又吉春雄様、匿名5名様

物品寄付／内訳 保存食等

- 団体／所沢理容組合様、(一社)実践倫理宏正会所沢支部様、埼玉りそな銀行様、ビレッジハウス所沢自治会様、所沢市私立保育園協会南ブロック様(やまゆり保育園様、あきつやまゆり保育園様、桑の実西所沢保育園様)、Wood佳成様、山ニガス(株)様、(株)ダイナム様、JAいるま野所沢女性部様
- 個人／蕪野むね子様、田中稔様、下村貴志様、岡田充様、匿名22名様

こんな方法あります！

## 自動販売機の手数料から寄付

自動販売機の設置場所も募集中！

## キフ活、はじめませんか？

自動販売機ベンダーから支払われる手数料の一部を寄付する方法です。飲料で購入者の喉を潤すだけでなく、ご寄付で地域福祉も潤せます。設置されている自動販売機の営業担当者、または下記ベンダーにご連絡ください。新規設置のご相談もお受けします。

### 対応自動販売機ベンダー

- 西武商事 ————— TEL.04-2957-2900
- サントリービバレッジソリューション 所沢支店 — TEL.04-2943-2525
- 滝沢商会 ————— TEL.049-257-8680
- ダイドードリンコ 首都圏第二営業部 — TEL.080-5761-3615
- ハヨウフーズ 小平営業所 ————— TEL.042-347-0088

社屋、店舗や集合住宅の空きスペース等、本会が自動販売機を設置してもよい場所がありましたら、ぜひご連絡ください！



問い合わせ 企画総務課

TEL 04-2926-8202 FAX 04-2925-3419

詳細はこちら▶



地域で

新しいことを始めたい!

交流の場を立ち上げたい!

そんな気持ちが芽生えたら!

生活支援コーディネーター(SC)に  
ご相談ください!



## 生活支援コーディネーター(SC)って?

SCは、「地域支え合い推進員」とも呼ばれます。「地域づくり」「つながりづくり」「人づくり」をしながら、「自分らしく暮らしていけるまち」をめざし、地域の皆さんの知恵と力を合わせて、その調整役として取り組んでいます。地域の特性や生活課題(困りごと)を把握し、支え合いの仕組みづくりや支え合い活動に参加する人を増やす活動を行っています。



第1層

所沢社協のCSWが担う **所沢市全域のSC**

■ 第1層SC(所沢社協CSW) 連絡先 04-2925-0041



第2層

各地区的地域包括支援センター職員が担う  
**日常生活圏域のSC**

担当地区等は、所沢市HP「あなたのまちの  
地域包括支援センター」をご参照ください▶



※一部地域で地区がまたがることがあります。

■ **所沢地区** 連絡先 04-2926-4426

日吉町・東町・旭町・御幸町・寿町・元町・金山町・有楽町・  
北有楽町・喜多町・宮本町・西所沢・星の宮・くすのき台1~2丁目

■ **松井東地区** 連絡先 04-2951-5500

松郷・下安松・東所沢和田

■ **松井西地区** 連絡先 04-2994-1615

西新井町・東新井町・牛沼・上安松・くすのき台の一部

■ **柳瀬地区** 連絡先 04-2951-8887

坂之下・城・日比田・亀ヶ谷・新郷・南永井・東所沢・本郷

■ **富岡地区** 連絡先 04-2942-0067

中富・下富・神米金・北中・中富南・所沢新町・岩岡町・北岩岡

■ **新所沢地区** 連絡先 04-2937-7105

緑町・泉町・青葉台・榎町・けやき台・向陽町

■ **新所沢東地区** 連絡先 04-2968-8899

弥生町・美原町・北所沢町・花園・松葉町

■ **三ヶ島 第1地区** 連絡先 04-2947-2837

三ヶ島・糀谷・堀之内・林・和ヶ原・西狭山ヶ丘

■ **三ヶ島 第2地区** 連絡先 04-2926-7800

東狭山ヶ丘・狭山ヶ丘・若狭

■ **小手指 第1地区** 連絡先 04-2947-1211

上新井・小手指元町・小手指南・小手指台・小手指町5丁目・  
北野・北野南・北野新町

■ **小手指 第2地区** 連絡先 04-2968-3311

小手指町1~4丁目

■ **山口地区** 連絡先 04-2928-7525

上山口・山口

■ **吾妻地区** 連絡先 04-2929-6965

北秋津・東住吉・西住吉・南住吉・久米・松が丘・荒幡・  
くすのき台3丁目

■ **並木地区** 連絡先 04-2943-7333

こぶし町・若松町・下新井・中新井・並木・北原町

所沢社協だより「ちゃお!」

第117号 令和8年1月発行

発行 社会福祉法人 所沢市社会福祉協議会 〒359-1112 埼玉県所沢市泉町1861-1(所沢市こどもと福祉の未来館3階)  
TEL.04-2926-8202 FAX.04-2925-3419(平日8:30~17:15)  
URL <https://www.toko-shakyo.or.jp/> 印刷 望月印刷株式会社

