

Ciao!

つながる・ひろがる・ふくしのわ

所沢社協だより

回 覧

No.118

2026

4/1

「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。

GO! DASH!



所沢市社会福祉協議会のシンボルマークです。

もくじ

1～3 特集 スポーツウエルネス吹矢で仲間と楽しく健康に! ~ねんりんピックを応援しよう!~

4 令和8年度 所沢市社会福祉協議会の会員になりませんか? / 寄付報告

特集

スポーツウエルネス吹矢で 仲間と楽しく健康に!

~ねんりんピックを応援しよう!~

今年のねんりんピックは埼玉県が主催し、所沢市ではスポーツウエルネス吹矢の大会が開催されます。今号では所沢市内でスポーツウエルネス吹矢を行う団体に取材し、その魅力を聞いてみました!



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「花みずき」、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。

スポーツウエルネス吹矢で仲間と楽しく健康に!

本会では、所沢地域包括支援センターや、生活支援コーディネーター(SC)による地域で活躍する人材の発掘や地域づくりの支援により、介護予防や健康、いきがづくりを推進しています。

所沢市でも「トコトコ健幸マイレージ事業」や「トコロん元気百歳体操」等のさまざまな活動による健康づくりが行われており、さらに今年は「ねんりんピック」が開催されるため、大会種目となっている競技を通じた健康づくりも注目されています。



埼玉県マスコット「コバトン」「さいたまっちゃん」

第38回全国健康福祉祭埼玉大会
ねんりんピック
彩の国さいたま2026
咲き誇れ! 長寿と笑顔 彩の国
令和8年11月7日(土)~10日(火)

「ねんりんピック」ってなに?

ねんりんピックの愛称で親しまれている「**全国健康福祉祭**」は、高齢者を中心とするスポーツや文化種目の交流大会を始め、健康や福祉に関する多彩なイベントです。ふれあいと活力ある**長寿社会**の形成に寄与するため、厚生労働省創立50周年に当たる昭和63(1988)年から毎年開催されています。

第38回となる今回は「**咲き誇れ! 長寿と笑顔 彩の国**」をテーマに、厚生労働省、埼玉県等の主催により開催され、県内各地で計30種目の大会が行われます。

応援しよう!

所沢市ではスポーツウエルネス吹矢の交流大会が実施されます。活躍する選手たちをみんなで応援しましょう!

- 競技会場: 所沢市民体育館
- 日程: 11月8日(日)



埼玉県マスコット「さいたまっちゃん」「コバトン」

ねんりんピックの詳細、大会情報は埼玉県特設ホームページで

「スポーツウエルネス吹矢」ってどんなスポーツ?

「スポーツウエルネス吹矢」は、5mから10m離れた円形的のめがけ、長さ120cmの細長い筒から息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。1ラウンドに5本の矢を吹き、規定ラウンドの合計点を競います。

腹式呼吸をベースにした「スポーツウエルネス吹矢式呼吸法」を用い、**ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツ**として注目されています。



～ねんりんピックを応援しよう!～



所沢支部の皆さんに聞きました!

「スポーツウエルネス吹矢」の魅力

ルールが簡単でとっつきやすい!



腹式呼吸がポイント! 肉体的負担が少ない!



会社を辞めた後、外に出る機会を探していたときに市の広報で見つけた体験会に参加しました。

的の中心にあたる感覚が癖になり、「また次も!」というモチベーションになっています。1年前に初段を取得しましたが、合格するのが難しく、簡単に始められる一方で奥の深い競技だと感じています。

週に1度集まって話すことが人とのつながりにもなっています。



たしろさん

医者から運動を勧められ、ウォーキングをしても続かなかったときに、近所の友人と参加したことをきっかけに始めました。

人生のほとんどのことを経験したので緊張することは少なくなりましたが、昇段試験を受けるときには日常では得ることのできないドキドキを感じられます。点数制というゲーム性もあり、点数を暗算するときは頭の体操にもなります。

競技以外のイベント等を通してメンバーとの交流も深まり、さまざまな情報を得る機会にもなっていて、今では練習日が待ち遠しいです。



おおにしさん

車いすに座ったままでも吹ける!



スポーツウエルネス吹矢の詳細、お近くの会場についてはこちら▶



体験してみました!



もりもとSC

「所沢支部」の皆さんにご協力いただき、「自分らしく暮らしていけるまち」をめざして介護予防等の活動に取り組むSCが、競技を体験してみました。

SCは地域のさまざまな活動をつなげ、組み合わせる調整役。地域で何か活動してみたい、人と関わりたいという方に、スポーツウエルネス吹矢を選択肢の1つとして提案していきたいです。

- ★初心者でも真ん中に当てられて楽しい!
- ★運動経験が少ない方でも楽しめる!
- ★競技や練習中に会話がはずむのも魅力的!



所沢支部とは…一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会に入会している国内1,190支部のうちの一つとして所沢市で活動しています。所沢の中では最も長く続く支部で、昨年創設20周年で表彰されました。会員21名の平均年齢は80歳超えで最高年齢は92歳です。現在は月に4~5回、並木まちづくりセンターにて練習を実施し、競技を通じた健康づくりや交流を行っています。

埼玉県・所沢市から

皆さんの「お・も・て・な・し」で大会を盛り上げましょう!

大会ボランティア募集中

県内各地の県主催イベントで募集します!

- 募集期間 / 令和8年5月31日(日)まで
- 応募要件 / 埼玉県内に在住・在学・在勤で、平成23年4月1日以前に生まれた方(応募時に18歳未満の方は、保護者の同意が必要)
- 活動期間 / 令和8年11月6日(金)~10日(火) ※1日でも可

募集人数
1,500人
程度

所沢市での活動は11月8日(日)
所沢市文化センター「ミューズ」です!

申込・詳細は
埼玉県特設
ホームページ▶



▲大会を盛り上げるため所沢市テーマソングを作りました!
所沢市こどもと福祉の未来館もロケ地になっています!

問い合わせ 所沢市高齢者支援課

TEL04-2998-9120 FAX04-2998-9138
MAIL a9120@city.tokorozawa.lg.jp

所沢市社会福祉協議会の 会員になりませんか？

所沢社協が推進する、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせる「福祉のまちづくり」は、会員の皆さまからいただいた会費に支えられています。会費は、所沢市の地域福祉推進の取り組みに活用していることから、地域福祉活動に参加する1つの方法といえます。会費を活用した主な事業は以下のとおりです。多くの皆さまからのお申込みをお待ちしています。

活用事業

- 災害ボランティアセンターシステム導入
- こどもの居場所支援
- ふくし学習用備品貸出(白杖や車いす等)
- 判断能力に不安がある方への権利擁護
- 福祉のまちづくり推進助成金
- 車いすちよい借りステーションの運営
- 車いす短期貸出
- ふくし掲示板の設置・管理
- 暮らしの相談



車いすちよい借りステーション



こどもの居場所支援



地域のサロン活動



ふくし掲示板

問い合わせ 地域福祉推進課

TEL04-2925-0041 FAX04-2925-3419

お申込み等の
詳細はこちら▶



社協会員の種類(年会費)

住民会員 (世帯、自治会等)

世帯	1口	200円
自治会等	1口	200円
× 会員加入を希望する世帯数		

福祉会員 (福祉活動を行う方)

個人	1口	500円
団体	1口	1,000円
法人・事業所	1口	2,000円

賛助会員 (本会に賛助する方)

個人	1口	1,000円
団体	1口	2,000円
法人・事業所	1口	5,000円

特別賛助会員 (本会に特別に賛助する方)

個人・団体・法人・事業所	1口	10,000円
--------------	----	---------



寄付報告 皆さまの善意

令和7年11月16日～令和8年2月15日

社協事業へのご理解とご寄付に深く感謝申し上げます。

※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。

愛の福祉基金 / 合計 797,670円

- **団体** / 所沢市農業祭実行委員会様、建設埼玉西埼玉地区本部様、ノーサイドクラブ所沢チャリティーコンサート実行委員会様、所沢友和会様、北斗不動産杯チャリティーゴルフコンペ様、所沢商工会議所女性会様、埼玉土建一般労働組合所沢支部様、所沢市茶道連盟様、東京西武学館様、西新井馬頭観音様、山二ガス(株)様、さいしん所沢友の会様

子ども未来基金 / 合計 1,990,782円

- **団体** / 所沢天照院様、オーケストラ・アンサンブル・バウム様、所沢友和会様、(一社)実践倫理宏正会所沢支部様、ノーサイドクラブ所沢チャリティーコンサート実行委員会様、山二ガス(株)様、所沢地区遊技業防犯協力会様
- **個人** / 高橋様、那須好貴様、松田鉄蔵様、高橋梨香様、緒方友雄様、瀬戸巧様、外崎修汰様、匿名10名様

一般寄付 / 合計 366,290円

- **団体** / 秋草学園福祉教育専門学校様、東所沢二丁目自治会様、リコージャパン(株)埼玉支社所沢事業所様、地域食堂ところの苑様、(株)富士建設工業(「ぐんぎんSDGs私募債」発行記念 / (株)群馬銀行)様、吾妻地区民生委員・児童委員協議会様、マンマチャオ東所沢店様、ヤマザキ製パン従業員組合埼玉支部様、NPO法人所沢市学童クラブの会様、フレンド会様、セブンスデー・アドベンチスト所沢キリスト教会様
- **個人** / 杉沢宏様、中嶋稔様、大谷節子様

物品寄付 / 内訳 保存食等

- **団体** / (一社)実践倫理宏正会所沢支部様、所沢東ロータリークラブ様、新所沢ロータリークラブ様、ヤマザキ製パン従業員組合埼玉支部様、所沢市私立保育園協会北ブロック様(陽明保育園様、双実子ども園様、所沢元氣保育園様、向陽保育園様、小手指向陽保育園様、Nicot新所沢様)、第一生命保険(株)様、秋草学園短期大学様、秋草学園福祉教育専門学校様、青梅信用金庫様、シチズン時計(株)所沢事業所様、匿名2団体様
- **個人** / 木下泉様、田中晴美様、川田博様、山下信寿様、牧祥一郎様、高橋淳様、渡辺貴美世様、蕪野裕行様、中西哲夫様、菊池律子様、中川奈緒美様、匿名38名様

問い合わせ 企画総務課

詳細はこちら▶

TEL04-2926-8202 FAX04-2925-3419



寄付による社会貢献活動

キフ活、はじめませんか？

こんな方法
あります！

心の潤いに音楽を、
地域の潤いに寄付を！

問い合わせ 企画総務課

TEL04-2926-8202
FAX04-2925-3419

詳細は

こちら▶



所沢市愛の福祉基金と所沢市子ども未来基金へのチャリティーコンサートが開催予定！
所沢市民文化センター「ミュージズ」に、ぜひお越しください！

オーケストラ・アンサンブル・バウム メンデルスゾーン・ツィクルス 第2回

- 日時 令和8年5月6日(水・祝) 13:40～(開場13:00)
- 入場 無料・自由席(申込制)
- 申込・問合せ アンサンブル・バウム
080-5029-9510(事務局)
詳細は演奏会ブログ参照



山二ガス(株) プレゼンツ 親子で楽しめるチャリティーコンサート

- 日時 令和8年5月9日(土) 14:30～(開場14:00)
- 入場 無料・指定席(申込制)
- 申込・問合せ NPO法人えむの集い
080-5546-3260(廣瀬)
hirose326musica@gmail.com



所沢社協だより「ちゃお！」
第118号 令和8年4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(所沢市子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

所沢 社協

検索



■ 次回、「ちゃお！」119号の発行は令和8年7月上旬(全戸配布)を予定しています。配架を希望する法人・企業等は所沢社協へご連絡ください。
■ 最新情報は所沢社協HPや各問い合わせ先でご確認ください。