栗原市社協 第69号
平成30年12月16日発行

志波姫支所だより

〒989-5615 栗原市志波姫沼崎原83番1
【電話】0228-22-2713 【FAX】0228-22-2714

志波姫支部 地域支援事業「会食型食事サービス」

（歳末たすけあい募金配分事業）

10月9日(金)、会食型食事サービスを開催しました。

築館地区の菅原昭一さん（防災士）を講師に、「身近にある危険を知ろう!!」と題し、講話をいただきました。「天災は忘れた頃ではなく、忘れないうちにくるかもしれないので、災害時の連絡や避難の方法を考えておきましょう」など、とても役立つお話の後、消火器の使用方法を学びました。参加者の中には、始めて消火器に触れる方もおり、「緊張して上手く出来なかったけど、良い体験が出来た」との声が聞かれました。

講話後は、ボランティアグループ福寿草さんによる愛情いっぱいの手作り昼食をいただき、午後からは、レクリェーションをして過ごしました。「今月も心もお腹も満腹になったねぇ、また来月も楽しみだねぇ。」と皆さん笑顔いっぱいで楽しい一日を過ごしました。

地区社協活動紹介

～収穫祭～

宮中区 会長 石川 安廣

10月14日(日)、自治会と共催事業の収穫祭が開催されました。ゲームをしたり、歌ったり、屋台や持ち寄った品物でのバザーの特設会場もあり、地区民の手作りの行事です。子どもから高齢者まで家族みんなで参加し楽しみました。

若いお母さんが、おばあちゃんの手を引いてあげたり、おじいちゃんと孫が仲良くゲームしたり、いろいろな場面で素敵な交流が見えました。

～ウオーキング&芋煮会～

大平区 会長 飯田 紀一

11月11日(日)、恒例の行事である「ウオーキング&芋煮会」を開催しました。子どもから高齢者まで全地区住民対象の行事です。開会後、ラジオ体操で体を整え、足に自信がある人達は、ウオーキング出発です。センターの中では、健康づくり運動推進サポーターさんの指導のもと、健康体操をして過ごします。ウオーキング終了後は、地区のボランティアさん手作りの豚汁を食べながら「年に一回のウオーキングだけれど案外歩けるもんだね。来年も頑張るべ」と盛り上がっていました。

天候に恵まれ、ウオーキング日和でした。

志波姫中学校 キャップハンディ体験

9月27日(木)、志波姫中学校一年生が、車いす体験、白杖体験と高齢者擬似体験を行いました。介助する役、介助される役を二人一組になり体験しました。車いす体験では、自力走行や介助者に押してもらいながら、段差を走行しました。白杖とアイマスクを使用しての白杖体験では、普段何気なく歩いている校舎内を一歩一歩慎重に歩いていました。高齢者擬似体験でも、視野の狭さなどが日常生活ではどのように感じるのかなどを学び、貴重な体験の機会となりました。

高齢者生きがい活動支援通所事業

10月30日(火)、11月1日(木)、花山湯浜峠と道の駅「自然薯の館」に外出してきました。山の天気は変わりやすく、二日間ともあいにくの天候でしたが、車窓より、色付いた木々の葉を見学しました。花山地区に詳しい方が即興バスガイド役となり、車内には皆さんの笑い声があふれていました。昼食は、道の駅「自然薯の館」で美味しくいただき、交流を深めながら、楽しい外出となりました。

はい！
チーズ★

生活支援コーディネーターが見つけた 素敵な宝物

毎週月曜日の午後1時30分から、おもと荘を会場に、「はちみつレモン会」さんが「くりはら元気アップ体操」に取り組んでいます。くりはら元気アップ体操をする前に自分達で歌や音楽に合わせて体を動かしています。休憩時間には、何気ない話語りに花が咲きます。その後、ビデオを見ながら元気アップ体操を行います。帰りは皆さんとても良い笑顔で「来週の活動日が待ち遠しい、前より体が軽くなったような感じがするね」と顔を見合わせます。介護予防につながる良い活動となっています。

総合相談事業のお知らせ【相談無料・秘密厳守】

生活上の困りごと・心配ごとの相談はございませんか。お気軽にご相談ください。また、お茶っこ会等の地区行事へのボランティア派遣相談も受け付けています。

◆生活相談

	開設日	開設時間
平成31年	1月9日(水) 2月6日(水)	9時30分～11時30分
平成30年 平成31年	12月19日(水) 1月23日(水)	13時30分～15時30分

《場　所》老人憩いの家 おもと荘

◆電話相談

開 設 日　毎週月曜日から金曜日

開設時間　8時30分～17時30分

《問い合わせ先》栗原市社協志波姫支所　電話：22－2713