

# ほっとかへんだより



第30号



今年度も色々とお世話になりました。

地域の情報を毎月お届けしてきましたが、いかがでしたでしょうか。

これからも旬な活動を取り上げていきますので、お楽しみに！

## サロンボランティア交流会 ～笑顔と運動～

社協では住民が集い、つながる居場所として、ふれあい・いきいきサロンを推進しています。代表者や役員を対象に、団体同士の情報交換や内容の充実を目的とした交流会を開催しました。

活動事例として他地区とのコラボや運営者の負担軽減など工夫をしながら運営されているサロンを紹介した後、あしだメディカルより作業療法士の長尾さん・介護支援専門員の上田さんを講師に迎え、運動の効果と注意事項、簡単ストレッチを紹介していただきました。とても楽しいお話で笑いが絶えない和やかな会となり、またグループ内でも意見交換をしてお互いの活動を知っていただける機会になりました。

今後も、楽しく無理なくサロンが続けていけるよう応援していきたいと思えます。



## 歌声ひびく、笑顔の居場所

和田三省館で月に1度（お盆と正月を除く）行われている中町ふれあいサロンでは、ボランティア10名がお揃いのエプロンと三角巾を身に付けて、彩り豊かな食事を作られています。

お昼ごろには12名が歩いて来館され、みんなでワイワイと食事を楽しんだ後は、キーボードの演奏に合わせて歌を歌い、楽しい時間を共に過ごしました。

参加者のお一人に話を伺うと、毎月のふれあいサロンやいきいき百歳体操にも参加されているようで、地域の居場所での交流が生活の生きがいや暮らしの充実につながっています。

ふれあいサロンに参加してみたい方、また楽しい場づくりに協力していただける方！お繋ぎしますので、地域の民生委員・児童委員さん、または社協までご連絡ください。



# わちゃわちゃ語る、普段の暮らしと

## これからの小川地区

小川地区では、社協と有志の方で誰もがいきいきと暮らせる地域を目指した話し合い、支えあい会議（名称仮）を行っています。まずは地域住民の暮らしぶりや思いを知ろうと企業や地元住民からご協力をいただいた焼き芋を食べながら語り合いました。

当日は 20 名近い方が参加され、互いの顔の見える居場所の重要性を再認識して、現在の暮らしの楽しみや小川地区への要望を聞きながら過ごしました。

1人ひとりがこの地域で暮らし続けたいと思える社会を目指して、今から出来ることを考え、積み重ねていきます。



## 合同研修会でスキルアップ ～お困りの方に寄り添うために～



〔久下地区〕社協山南支所より説明

地域で活躍されている民生委員・児童委員さん、主任児童委員さん、民生児童協力委員さんは、知識や情報を得るために日々研鑽を積み重ねています。山南民生委員児童委員協議会では、2月から3月にかけて各地区で合同研修会を実施されました。上久下地区では「障がいのある人への支援方法について」、久下地区では「民生委員・協力委員・福祉委員との連携について」、小川地区では「人生会議 ACP について」、和田地区では「認知症について」を学ばれました。

民生委員・児童委員さん等は、社協が地域福祉を進めるにあたり必要不可欠な存在であり、生活でお困りの相談者があれば一緒に寄り添って支援してくださるパートナーとして、いつも感謝しております。

生活困窮や介護等でお困りの方は、解決の糸口が見つかることもありますので、社協や民生委員・児童委員等に一度ご相談ください。



〔和田地区〕南部地域包括支援センターより説明