



「防災・災害講座」開催しました！

12月5日(木)、やすらぎ園において、令和6年度 防災・災害講座を開催しました。

講師として、東日本大震災では石巻市の災害ボランティアセンターの運営、現在も能登半島地震等の現場で運営支援を経験されているBIG UP 石巻 代表理事の阿部由紀氏をお招きし、災害発生後の地域生活がどのように変化してまうのかなど、実体験をもとにお話ししていただきました。

当日は70名ほどの参加者の皆さんが、なかなか復旧が進まない能登半島地震災害の現状等の話に真剣に聞き入っていました。

講演の後には、赤十字奉仕団さんの炊き出しによる豚汁とシウウガの混ぜごはん、昆布ごはんを参加者の皆さんと一緒に試食しました。災害がひとたび起これば、私たちの穏やかな生活が一変します。頻発化・激甚化する災害に他人事とは思わずに、明日にでも来るかもしれないという意識を持って日頃から備えてほしいと思います。

《赤十字奉仕団 高橋幸子委員長》

短時間での炊き出し訓練で、豚汁と2種類のごはんを作りました。それぞれの役割分担でチームワークを発揮することができました。災害に備えて今後も活動を続けていきたいと思っています。

《参加者の感想》 ☆被災者の困りごとへの理解、自分に置き換えて、大変参考になりました。☆災害時に炊き出しを経験した事がなく、作る側の大変さを詳しく知る事ができました。☆地域の中で自分がやれる範囲で、無理をしないという言葉を納得しました。☆実際に体験したことを、実例を上げて説明されていて、とても良かった。

(社) 桑折町社会福祉協議会 桑折町ボランティアセンター

〒969-1643 福島県伊達郡桑折町大字谷地字道下22番地

TEL 024-581-0255 Fax 024-581-0256 E-Mail vc-koori@koori-shakyo.or.jp

1月のサロン予定

サロンの名	予定日	内 容
桑折地区		
おげんき会 (東上・中区)	1/15(水)	(北郡公民館) 新年会 紙芝居・ハーモニカ
和みの会 (神屋)	—	お休み
本町サロン	1/23(木)	(ふれあい館) 茶話会・読み聞かせ (こころ館)
西町サロン	1/16(木)	干支ちぎり絵 (ふれあい館)
さわやか会 (諏訪)	1/27(月)	茶話会 (ホタビーハウス)
桑の実会 (桑島・方正寺)	1/17(金)	新年会
喜楽(きらく)会 (南万部)	1/9(木)	(縁がわ) 茶話会
西上おげんき会 (西上)	1/8(水)	(北郡公民館) 新年会 マジックショー
スマイル (みんのカワユ)	1/9(木)	(ふれあい館) 新年会
陸合地区		
成田サロン	1/20(月)	(下成田公民館) 新年会
サロン上成田	1/21(火)	(上成田集会所) 茶話会
サロン松原	1/17(金)	(松原公民館) 蕎麦の会
健康マージャンサロン		
健康マージャンサロン (高齢者のための)	1/7(火) 1/21(火)	(ふれあい館) 現在新規会員は、募集しておりません。

※予定は変更になる場合があります。サロンに関する詳細や連絡先をお知りになりたい方は、社協ボランティアセンター (581-0255) までお問い合わせください。

太陽学園 手作りパン販売日
日時 12月25日(水) 令和7年1月22日(水)

11時～なくなり次第終了

場所 ふれあい館(北町72)
★太陽学園は、障がいを持つ方々の就労を支援する施設です。

収益金はその活動を支援しています。
買い物袋と小銭をご準備ください。



平田地区	
(牛島屋) よらんしよ会	1/18(土)
(延屋敷) 出でらんしよ会	1/16(木)
サロンおいわけ	1/20(月)
桐ヶ窪サロン	1/14(火)
六丁目 ふれあいサロン	1/29(水)
(内之馬場) サロンうぶか	1/11(土)
田町お楽しみ会	—
中北さくら会	1/20(月)

伊達崎地区	
(伊達崎中屋敷) さくら会	1/10(金) 1/24(金)
(上郡上代) わだいサロン	1/12(日)
(前屋敷) ふじの会	1/18(土)
サロン南郷	1/17(金)
サロン吉沼	1/13(月)
道林サロン	1/17(金)

子育てサロン	
(0歳～2歳のファミリーサロン) ばかばかクラブ	1/24(金)
(子育てにゆだねる時間を) ikoi	1/21(火)

「あとがき」

ボランティアセンターから毎年、お世話になった方々に年賀状をお出ししてありますが、今年から年賀状による年始のご挨拶を控えさせていただきますことになりました。何卒事情ご察察のうえご理解を賜りますようお願い申し上げます。これからも皆さんと一緒に精進してまいります。思いますので、何卒変わらぬご厚情を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様方のますますの健康とさらなるご発展を心よりお祈り申し上げます。皆さま良いお年をお迎えください K.I

生活支援コーディネーターの持地純子です

生活支援コーディネーターは高齢者を支え、地域で安心して生活できるように、地域内にある住民組織や関係団体との調整を果たす他にもいろいろな事を行っています。その他に「**有償助け合いサービス**」制度の高齢者と活動者をつなぐコーディネーターも行っております



「有償助け合いサービス」って

「ちよと困りごと」

「**ちよと困りごと**」を抱える高齢者に対して、**隙間時間**を利用して活動者が手助けをしてくれる制度です。だから、「テレビが映らないので直してほしい」など、専門性のある事はできませんが、「ついでのゴミ捨て」のような隣近所の助け合いなど、少しの謝礼をお支払いして支援してもらおう活動です。ところがここで**問題**なのは、高齢者を支援したいのですが、**活動者が少ない**状態で「**担い手不足**」となっているため「**有償助け合いサービス**」普及活動も行っております。

11月12日には「JA 女性部ボランティアグループひまわりの会定例会」にお声掛けいただき「**有償助け合いサービス**」を紹介をさせて頂きました。



サロンだより

和みの会

11月15日(金) 和みの会では、吉田アヤ先生をお招きして、ちぎり絵で来年の干支「巳」の色紙を作成しました。

《代表 関本まゆみさん》

吉田アヤ先生には、毎年干支のちぎり絵を教えていただいています。会の皆さんも自分で作る干支の色紙をお家にかざることをとても楽しみにしています。今年の干支「巳」も簡単そうと難しく苦労しましたが、額に入れてみると、とても素敵で、皆さんの笑顔で写真を撮りました。

「来年も良い年になりますように」がっ!
また、吉田先生には、桑折町に伝わる「昔話」や「言葉」などを教えていただき、とても勉強になっています。来年もどうぞよろしく願っています。



吉田先生(前列中央)と和みの会の皆さんの干支の作品

骨盤エクササイズ

みんなのカフェ「スマイル」

11月14日(木) ピュアネス福島より大内明子トレーナーの「骨盤エクササイズ」を開催しました。

《参加者感想》

大内トレーナーのエクササイズを毎年楽しみにしています。来年もお会いするまで、しっかりエクササイズ頑張ります。

《代表 大瀬睦子さん》

歳を重ねる毎に体のケアが大切だと毎年恒例の体操で実感しています。また、心のケアが必要だと感じていらっしゃる皆さん、ぜひ「スマイル」にご参加ください。



大内トレーナー

硬くなった股関節をやさしくほぐしていきます
☆ 次回 1月9日(木) ふれあい館で「新年会」お待ちしております!

肩まわりをほぐす「ポルドスラ」

子育てに疲しの時間を「ikoi」

11月19日(火) 柴田裕見トレーナーによる「ポルドスラ」を開催しました。



《参加者感想》

普段使わない体の部位や動きをして、ポカポカになりました。久しぶりに体を動かさせてスツキリしました。子育てをしていると、下ばかり見ているような気がします。大きく体を伸ばして、上を見上げて気持ち良かったです。

柴田トレーナー 優雅な動きでストレッチ効果、美しい姿勢を!

《代表 嶋田早希さん》 柴田トレーナーの姿勢や動きが、とても綺麗でした。ディズニーの曲にあわせて体を動かしてとても楽しかったです。また、来年も楽しみにしています。

☆ 次回 1月21日(火) ふれあい館で「茶話会」お待ちしております!

幼児の応急手当・救命処置講座

ぽかぽかカフェ

11月22日(金) 伊達地方消防組合西分署の消防士より乳幼児、幼児の応急手当と救命処置について指導いただきました。

《参加者感想》

なかなか体験できない幼児や乳児の応急手当を学ぶので、そういう場面にでくわした時、しっかり生かせるようにしたいと思いました。

《代表 小山美紀子さん》

スタッフ一同事故のないよう心掛けていますが、もしもの時に備えて、119番通報をしてから救急車がくるまでに確認すること、心臓マッサージや人工呼吸、AEDの使い方など、また、のどに詰まらせたときの処置のしかたについて教えていただきました。ありがとうございました。

☆ 次回 1月24日(金) ふれあい館で「おしゃべり会」お待ちしております!

