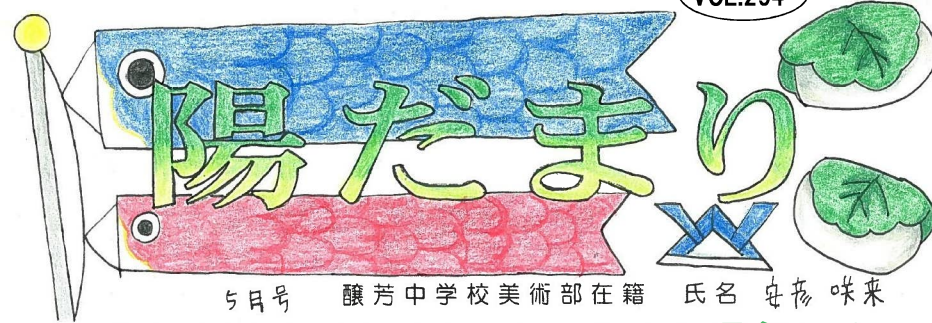




5月号 釧路中学校美術部在籍 氏名 佐藤 咲来

ふれあい・いきいきサロンでみんな元気に！

桑折町社協では、高齢者福祉事業の一環で「ふれあい・いきいきサロン」の開催に積極的に取り組んでいます。高齢になっても生き生きと楽しく元気でいられる地域の憩いの場として、現在桑折町内では、27ヶ所でサロンが開催されています。サロンは、「無理なく」「気軽に」「楽しく」「自由に」をモットーに、歌やゲームでちょっと体を動かしてみたり、お茶のみしながらおしゃべりをして楽しい時間を過ごします。

今年度もサロンごとに計画を立てて、4月から各地で開催されています。最後のページにます予定表をご覧ください。ぜひ、お近くのサロンに足を運んでみてください。

また、ふれあい・いきいきサロンの開催を考えている方、興味のある方、お気軽に下記のボランティアセンターへご相談ください。

「北沢ホットサロン」再開いたしました！

2020年より5年間休止していた「北沢ホットサロン」が、4月3日(金)北沢会館において、再開後の初めのサロンを開催しました。お世話係をはじめ参加者の皆さんも、初めてのことで緊張していらっしやいましたが、お話が弾むにつれて、表情もやわらかく、打ち解けていくのが良く分りました。月1回(第1金曜日)のサロンが楽しみです。

◇休会前のサロンより継続して長く参加されている参加者に、希望をお聞きしました◇

「サロンでみなさんと楽しく過ごすためにも、健康を維持するための、お話や体操を取り入れて欲しいです。」



代表 後藤としえさん(左列奥)と北沢ホットサロン参加者の皆さん

《代表 後藤としえさん》

サロンを再開するにあたり、分からない事ばかりで、戸惑いもありましたが、久しぶりに近所のみなさんと顔を合わせて、ゆっくりお話ができて、やっぱりサロンを開催して良かったと、心から思いました。これからも、皆さんの意見を参考に、協力していただきながら、無理をしないで、長くサロンを続けていきたいと思っています。北沢の皆さん、仕事の手が空いたらぜひ、ホットサロンに参加してください。楽しみにお待ちしております。

(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

6月のサロン予定

(開催地区) サロン名	予定日	(開催場所) 内 容
----------------	-----	---------------

桑折地区

(東上・中区) おげんき会	6/17(水)	(北部公民館) 健康講座
(陣屋) 和みの会	6/19(金)	(ふれあい館) 認知症と音楽療法
本町サロン	6/12(金)	(ふれあい館) 茶話会
西町サロン	6/18(木)	視察研修
(諏訪) さわやか会	6/22(月)	視察研修
(南方部) 喜楽(きらく)会	6/11(木)	(緑がわ) 茶話会
(西上) 西上おげんき会	6/10(水)	(北部公民館) SCIによる 生活支援講話
(みんなのカフェ) スマイル	6/11(木)	(ふれあい館) おしゃべりカフェ

睦合地区

成田サロン	6/20(土)	(下成田公民館) 茶話会
サロン上成田	6/19(金)	視察研修
サロン松原	6/17(水)	視察研修

子育てサロン

(0歳ママのティーサロン) ぽかぽかクラブ	6/26(金)	(ふれあい館) おしゃべり会
(子育てに癒しの時間を) iko i	6/9(火)	(イコーゼ) ポルドブラ体操

健康マージャンサロン

(高齢者のための) 健康マージャン サロン	6/9(火) 6/23(火)	(ふれあい館) 現在新規会員を募集 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) でお問い合わせください。

半田地区

(下高屋) よらんしよ会	6/17(水)	(下高屋公民館) 民報出前講座
(荒屋敷) 出てこらんしよ会	6/18(木)	(荒屋敷会館) 健康講座
サロンおいわけ	6/15(月)	(追分町民会館) お薬について
桐ヶ窪サロン	6/9(火)	(桐ヶ窪会館) ミニ七夕飾り作り
六丁目 ふれあいサロン	6/24(水)	(六丁目会館) 笑いヨガ
(内之馬場) サロン・うぶか	6/1(月)	(内之馬場公民館) 民 謡
田町お楽しみ会	6/13(土)	(うぶかの郷) 日舞とダンス
中北さくら会	6/15(月)	(中北公民館) 健康講座

伊達崎地区

(伊達崎中屋敷) さくら会	6/12(金) 6/26(金)	(中屋敷集会所) 押し花教室 茶話会
(上郡上代) わだいサロン	6/11(木)	(上郡上代集会所) 茶話会
(前屋敷) ふじの会	6/18(木)	(前屋敷会館) 茶話会
サロン南郷	6/19(金)	(南郷会館) 昔 話
サロン吉沼	6/8(月)	(吉沼町内会館) 押し花教室
道林サロン	6/20(土)	(うぶかの郷) 蜚蜚賞会
北沢ホットサロン	6/5(金)	消防署見学

「あとがき」

ボランティア情報誌を作成して6年が経ち、ふと初めて新聞を作った中学1年の春を思い出しました。当時はガリ版で原紙が限られていたので、一文字一文字緊張して鉄筆で書きました。就職して「職場だより」は、原稿を印刷会社に送り作成して貰っていました。「陽だまり」はパソコンを使って自ら作成しています。作成方法は日々変化し、今はAIに作って貰うことができるそうですが、AIを未だに理解できない私にとって、使いこなすのは、まだまだ先になりそうです。K.I

「サロン松原」10周年おめでとうございます！

平成28年4月に開設した、ふれあい・いきいきサロン「サロン松原」は、今年4月に10周年を迎え、4月8日(水)松原公民館において、10周年記念式典を開催しました。高橋宣博町長他13名の来賓により祝辞をいただき、サロン代表の菅野朋子さんから、サロンの10年の歩みをお聞きして、スタッフの皆さんが、サロンに参加する皆さんに楽しんでいただくために、一生懸命活動してきたことがとてもよくわかりました。

10周年を迎えたサロン松原の皆さん

コンサートでは、桑折町在住の鴨田早希さんがマリンバを演奏し、咲き誇る桜との饗宴で、記憶に残る式典になりました。

マリンバを演奏する鴨田さん



「サロン松原」《代表 菅野朋子さん》

サロン松原は、春と秋の視察研修、秋彼岸は、松原寺住職の法話と精進料理、クリスマス会は童心に帰りみんなで歌を歌い、新年会は、大國屋の蕎麦屋を開店し、ひな祭りにはちらし寿司をいただきます。コロナ禍でサロンが出来なかった時期、「やっぱりみんなで楽しくおしゃべりして、一緒にご飯が食べたいなあ」と声をかけていただきました。メニューを考えたり食事を用意するのは大変ですが、みんなで協力して作るの、とても楽しいです。また、差し入れや、食材の提供など、スタッフの皆さんそして参加してくださる皆さんのお陰で、10周年を迎えることができました。心から感謝申し上げます。これからも松原のみなさんと一緒にふれあいながら、楽しく続けていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

家族介護交流事業！

① 勉強会～衛生用品の使い方編～

6月12日(金)13:30～15:00

おむつアドバイザーを招き、排せつについて勉強会を開催します。衛生用品の使い方やトラブル防止をする方法など学びます。

- 場所 やすらぎ園 集団検診室
- 参加費 無料 ※事前申し込み制
- 締め切り 6月5日(金)

② 多肉植物の寄せ植えワークショップ疑似体験

6月24日(水)9:30～15:30

自宅で介護をしているなかで生じる悩みや介護の方法を相談します。介護している方同士だからこそ話せることもありますので、是非ご参加ください。

- やすらぎ園発着のバス旅行です。
- ルート やすらぎ園→会場 サンライフ福島にてワークショップ～多肉植物の寄せ植えを行います。
- 対象者 在宅で介護をしている家族
- 参加費 無料 ※定員 20名
- 締め切り 6月12日(金)

《申し込み・問い合わせ先》

担当ケアマネジャーもしくは桑折町地域包括支援センターへお申込みください。

桑折町地域包括支援センター 024-582-1188

参加者募集



桑折町赤十字奉仕団第35回総会開催！

4月22日(水)、桑折町赤十字奉仕団の35回総会が、保健福祉センターやすらぎ園で会員28名が出席して行われました。桑折町赤十字奉仕団は、災害時に備えて、各防災訓練及び講座における炊き出し訓練、年間を通しての4号国道沿い花壇美化活動、デイサービス、子ども食堂等への支援活動を行っております。今年35周年を迎え、日本赤十字社福島県支部桑折町分区分長(桑折町長)より祝辞をいただき、桑折町民にとって、赤十字の人道博愛の精神のもとに活動する赤十字奉仕団の役割は極めて大きく、今後も共に支え合い「住み続けたいまちこおり」を実現していきたいとお言葉をいただきました。



高橋分区分長及び高橋委員長(前列中央)と活動を支える会員のみなさん

議長を務める高橋幸子委員長

桑折町赤十字奉仕団では、一緒に活動していただく会員を募集しています！

芸能ボランティア！～花詩集(かしず)～



4月15日(水)下高屋公民館で行われた「よらんしよ会」のサロンに、新しく芸能ボランティアに登録していただいた「花詩集」(羽根田ひとみさん・柳沢明美さん)にお越しいただき、すてきな歌声とギターの伴奏で、中島みゆきさんの「糸」そしてサロンの皆さんがとても良かったと絶賛した、羽根田さん作詞作曲の「ふるさと」他たくさん曲を披露していただきました。オープニングに歌った童謡「にじきつとあしたはいいてんき」は、懐かしい思い出と当日の青空が相まって、深く心に響きました。

← ⑦羽根田さん、⑧柳沢さん、みんなで一緒に歌いましょう！

子育てサロン ～肩回りをほぐす「ポルドブラ」～

ikoï ～子育てに癒しの時間を～

子育て中・妊娠中(妊活中を含む)の皆さんを対象に、

日々疲れのたまりやすい肩回りをほぐす体操「ポルドブラ」教室を下記のとおり開催します。

日時:6月9日(火) 10:00～11:30 場所:イコーゼ キッズルーム

講師:柴田裕見トレーナー 持ち物:水分補給用の飲み物 タオル

＜ポルドブラとは？＞ バレエとダンスの動きを基礎にしたエクササイズです。ストレッチ効果や筋力アップ・姿勢改善などの効果があります。基本的にゆったりとした動きの中で行うので、年齢、体力の有無を問わず、初心者でも楽しむことができます。

※ 参加費:無料 ※ 要予約:下記ボランティアセンターへ

《問い合わせ先》 桑折町社協ボランティアセンター Tel 024-581-0255



昨年のポルドブラ、お子さんと一緒に