

## ■楽しく小物づくり

さくらんぼサロン部 部長 高橋悦子

久しぶりの文化祭出品に向けて、9月11日、25日の2回にわたり布バックを作りました。針と糸を使わず接着剤で簡単にできます。スタッフが声をかけながら、ゆっくりとしたペースで仕上げていく中でも、時折は集中力を出して難関を突破していける人生の先輩方。さくらんぼサロンは、地域に根づいた憩いの場です。参加者の皆さまの知恵もいただきながら、無理のない時間が過ごせるよう願っています。



9/11 みんなで物づくりをしよう

## ■古志元気サロン部

古志元気サロン部 部長 吉井乃里子

7月19日の古志元気サロンでは、「健康体操」で楽しみながら体を動かしました。講師の石塚弘子先生の軽妙なトークに乗せて、リンパの流れをよくして体内の水分の排泄を促す運動、喉の筋肉を鍛える運動、内転筋を鍛える運動等、むくみ・誤嚥・転倒予防を意識した運動を行いました。終始和やかに笑ったり頷いたりといったあつという間の1時間でした。



7/19 健康体操

# 古志福祉だより

## 第91号

令和5年10月

古志地区社会福祉協議会

TEL 21-0925

FAX 21-1066

ふれあいと みんなが 笑顔の まちづくり

## ■一人暮らしの方へ 誕生日プレゼントを届けよう

青少年部 部長 高塚康代

今年度も一人暮らしの方へ誕生日プレゼントを作って届ける活動が、7月26日にスタートしました。瓶の中へ乾燥花を入れ、オイルを流し込んだハーバリウムの飾りを作りました。そして今年は、3年ぶりに一人暮らしの方へ直接手渡そうと、お宅訪問をさせていただきました。プレゼントを手にして喜んでいただいた姿を見て、子ども達にも笑顔があふれていました。



みんなで一つ一つ作っていきます

完成しました！

今年度は新宇賀町内の石橋美代子様が白寿になられました。先日社会福祉協議会のお祝いの品をお届けしました。美代子様は施設で生活をしていらっしゃる、大変元気に過ごしていただいております。これからお元気で、そして御長寿であられることをお祈りいたします。

## 白寿のお祝い

古志地区社会福祉協議会 会長 三谷 進

## ■乳幼児部事業

乳幼児部 部長 三谷裕美子

未就園児と保護者同士の交流の場である「りんごちゃん」を9月6日にしまね花の郷で行いました。この日は雨も止み、暑さも和らぎ、仲間とふれあう中で楽しくすごしました。集まった子どもは、生後6ヶ月4人、9ヶ月1人、2才1人で、ほとんどが新米ママたちでした。



9/6 おでかけ楽しいな！

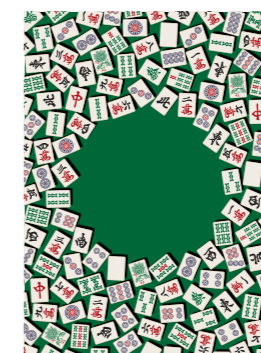
「何もかも初めての経験で、仲間と話ができてうれしい。」一方、「子どもの個性を受け止めるようにしたら、私のストレスが減った。子どもを伸び伸びと育てたい」とベテランママの話も聞けました。

## ■健康マージャン 高齢者部 部長 横木行夫

初めての“健康マージャン”を7月に行いました。長年のコロナウィルス感染拡大により、4人で卓を囲んで楽しむことのできるこの活動も、残念ながら延期のままでした。21日当日は、誰も活動の様子がわからないまま迎えましたが、お陰様で8名の皆様にご参加いただきました。親しく楽しく、二つの卓を囲むことができましたこと、深く感謝申し上げます。次回の第2回目は、年末の11月中・下旬に2～3卓を囲んで開催できるよう願っています。



経験者は楽しく真剣に



初心者も楽しく教えてもらいながら

## 編集後記

先般、民生児童委員の皆さんと一緒に、松江市の川津公民館で開催されている「こども食堂」の視察に出かけました。「こども食堂」というと貧困家庭の子どもに食事を提供するというイメージですが、川津公民館の「こども食堂」は、毎月1回最終日曜日に開催されており、食事の提供という当初の目的は当然あるものの、地域の交流の場、子ども達の学習支援、レクリエーションなど活動内容が多岐にわたっていました。

この日は、参加者は40名ほどでしたが、これらの活動を支えるために、地域の方がボランティアとして30名ほど参加しておられました。

川津公民館のある川津地区は、人口1万5千人余りで、島根大学などの学校も多く、「こども食堂」を開催するのに十分なマンパワーがあると感じました。

(総務部長 勝部和徳)



川津公民館の「こども食堂」

