

中部地区社協だより

令和4年12月発行
第206号



こもれび



中部地区社会福祉協議会（中部福祉センター内）
（安城市新田町新栄84-1 ☎76-0090/FAX 71-0190）

西別所町福祉委員会“しいの木サロン” ～伊藤園お茶の入れ方セミナー～

西別所町福祉委員会からサロンで行う催しについて相談があったので、以前から地域貢献事業に積極的な株式会社伊藤園さんに、地域のサロンでのセミナー開催を打診したところ、快く引き受けていただきました。

早速、西別所町福祉委員会を交えて打ち合わせを行い、11月2日（水）の「しいの木サロン」にて、おいしいお茶の入れ方セミナーを開催しました。



株式会社伊藤園の講師



▲おいしいお茶の入れ方についての説明模様

セミナーでは、講師がお茶を入れる道具一式を用意してくださり、お茶の歴史、種類、おいしい入れ方を教えてくださいました。

その後は、いよいよお茶の入れ方の実践です。教えていただいた一つ一つの工程を丁寧に行い、自分でお茶を入れています。



▲実際にお茶を入れています

入れ方によるお茶の味の違いに、参加者の表情は驚きから喜びの表情へと変わっていききました。

参加者からは「家でもやってみたい」「私が家族に教えてあげたい」などの声が聞かれ、会場は和やかな雰囲気になりました。

最後に、講師の柴田さんから「これからも、より良いお茶を飲んでください」という言葉をいただきました。

中部地区お互いさまの会 ～古新聞の搬出依頼～

安城北中学校区の住民を対象とした、生活上のちょっとした困りごとを解決するためのお手伝いを目的に結成された「中部地区お互いさまの会」に、「新聞を廃品回収場所まで捨てに行ってほしい」という依頼があり、メンバーが活動を行いました。

当日は、お互いさまの会のメンバーと、地区の民生委員が、捨てられずに溜まっていた新聞紙の束 10 個程を、近くの廃品回収場所まで運びました。新聞紙は、依頼者が丁寧に束ねておいてくれたので、いつでも運び出せられる状態になっていました。



新聞の束を階段の下まで運びます

実際の活動の様子



実際に運んでいる様子

☆今回の依頼の経緯

包括支援センター中部が自宅に訪問した際に、溜まっている新聞紙の束を見つけ、「捨てないのか」と確認したところ、「足が痛くて階段を下りて捨てに行けない」という話があり、お互いさまの会での支援に繋がった。



作業終了後にちょっとお話…

利用者からは、「自分では捨てられずに困っていたのでとても助かった」との感謝の言葉をいただきました。また、活動を行ったお互いさまの会のメンバーは「自分には簡単に出来る行動でも、それができずに困っている人はいるのだと感じた。私も活動を通して元気をもらうことができる。これからも続けていきたい。」といった意欲的な言葉が聞かれました。

～生活上のちょっとした困りごとを解決するためにメンバーがお手伝いをします。～
「中部お互いさまの会」の利用についての相談は、中部福祉センターまでお問い合わせください。
問い合わせ先 中部福祉センター (76-0090)

中学生防災隊防災教室を開催しました

10月8日（土）に、中部福祉センターにて中学生防災隊防災教室を開催しました。この教室は自宅や地域での防災意識を高めるために毎年開催しており、安城北中学校の生徒と地域の自主防災組織の方々に参加していただいています。講師には、NPO 法人コミュニティサポーターほっぷの皆さんをお招きし、地震についての講話や、こなまず号による地震体験、災害時のトイレ、家具転倒防止など、実際に災害が起こった時の対処法や被害を少なくするための方法について学びました。

また、地域の自主防災組織の方と交流することもでき、自分たちの住んでいる地域の防災はどのように進められているのかを知る機会にもなりました。



▲日本で起きた災害について



▲棚を使っての家具の転倒防止について



▲災害時のトイレの重要性について



▲こなまず号に乗って、地震による揺れを体験

講話の中では、東日本大震災の発生直後の映像が紹介されました。震災当時の記憶があまりない中学生たちは、真剣な表情で説明を聞いていました。実際の映像を見ることで、震災の恐ろしさを知り、地域でどんな事が起こりうるのか、中学生の自分たちに何ができるのかを考えるきっかけになりました。

家具の転倒防止、災害時のトイレの説明の中では、日頃の対策の重要性だけでなく、いざという時に何が活用できるのか、などを含めて学ぶことができました。

災害時は、中学生も災害支援やボランティアとして、地域での活躍が期待されています。今回学んだ事を友達や家族とも共有して、北中学校区の防災の輪を広げていってほしいと思います。

中部福祉センターからのお知らせ(12月・1月)

問い合わせ先:中部福祉センター ☎76-0090

※サロン・イベント等は、事前申込みは不要です。
お気軽にご参加ください。

★イベントカレンダー

○無料 ●有料

足湯サロン

参加自由

- ・12月10日、1月14日(土) 午前10時～
- 内容:浴室で足湯を体験。足先からカラダも心もぽかぽか!足の疲れを和らげ、リラックス効果も抜群です♪
- 協力:稲垣 ちづ子 氏

頭の健康体操教室

参加自由

- ・12月2日、1月6日(金) 午前10時～
- 内容:頭と身体を同時に使った体操を行いながら、認知症予防につなげます。
- 協力:有料老人ホームオレンジ

リサイクル折り紙サロン

参加自由

- ・12月16日、1月20日(金)
- 午前10時30分～午後2時30分
- 内容:リサイクル用紙を活用し、手先を使って様々な作品作りを楽しんでいます!
- 協力:森 みつ江 氏、米田 みづき 氏

ものづくりサロン

参加自由

- 内容:身に付けたり、お部屋に飾ったりできる小物作りをとおして、手作りの楽しさを味わってみませんか!
- ・12月22日(木) 午前10時～
「PPバンドでクリスマス飾り」
協力:林 朝子 氏
材料費:100円
- ・1月21日(土) 午前10時～
「うさぎの根付」
協力:赤尾 るり子 氏
材料費:200円



▲来年の干支はうさぎです

日にち・開始時刻	内容
12/1 木 10:00	○ すっきり・しゃっきり健康教室
12/2 金 10:00	○ 頭の健康体操教室
	○ 香りの湯
12/7 水 10:00	● イキイキ体操講座(申込みした方のみ)
12/10 土 10:00	○ 足湯サロン
12/13 火 10:00	○ シニアのための初めてのヨガ講座(申込みした方のみ)
12/15 木 10:00	○ すっきり・しゃっきり健康教室
12/16 金 10:30	○ リサイクル折り紙サロン
12/20 火 10:00	○ 介護者のつどい「カラーセラピー・耳つぼマッサージ」
12/22 木 10:00	● ものづくりサロン「PPバンドでクリスマス飾り」
12/23 金 14:00	○ ふらっと健康講座「認知症を予防しよう①」
12/27 火 10:00	○ シニアのための初めてのヨガ講座(申込みした方のみ)
1/5 木 10:00	○ すっきり・しゃっきり健康教室
	○ 頭の健康体操教室
1/6 金 10:00	○ 香りの湯
1/10 火 10:00	○ シニアのための初めてのヨガ講座(申込みした方のみ)
1/11 水 10:00	● イキイキ体操講座(申込みした方のみ)
1/12 木 10:00	○ サロン花ざかり「太極拳を学んでみよう!」
1/14 土 10:00	○ 足湯サロン
1/17 火 10:00	○ 介護者のつどい「リフレッシュ体操」
1/19 木 10:00	○ すっきり・しゃっきり健康教室
1/20 金 10:30	○ リサイクル折り紙サロン
1/21 土 10:00	● ものづくりサロン「うさぎの根付」
1/24 火 10:00	○ シニアのための初めてのヨガ講座(申込みした方のみ)
1/27 金 14:00	○ ふらっと健康講座「認知症を予防しよう②」

サロン花ざかり

※12月は都合により中止となります。

- ・1月12日(木) 午前10時～
「太極拳を学んでみよう!」
- 内容:初めての方にもわかりやすく丁寧に教えてもらえます♪
- 協力:長沢 康子 氏

参加自由

介護者のつどい

『介護者のつどい』は、介護をしている方、介護に関心のある方を対象に、日頃の疲れをリフレッシュしたり、知っている役立つ介護のプチ情報をお届けしたり、おしゃべりをする場です。参加費は無料です。後半は、安城市地域包括支援センター中部職員も同席した座談会となりますので、介護の相談ができたり、介護の悩みを共有できたりします。みなさんのご参加お待ちしております♪

- ・日にち:毎月第3火曜日
- ・時間:午前10時から午前11時30分まで

【つどいの内容】

- ・12月20日:カラーセラピー・耳つぼマッサージ
- ・1月17日:リフレッシュ体操

福祉センターからのお知らせ

【年末年始の休館日】 ◎12月28日(水)から1月4日(水)まで休館いたします。
※新年は、1月5日(木)から開館し、貸部屋受付は1月5日(木)午前9時から行います。