

みんなで

令和2年9月吉日

つながろう通信

夕張市生活支援コーディネーター 原・櫻井
社会福祉協議会内(56-6004)

仲秋 第22号

地域資源をつなぎながら 支えあい活動の推進をしています

清水沢地区地域ささえあい連絡会議

8月25日(火)清水沢地区の各団体が集まり情報共有をする地域ささえあい連絡会議を「りすた」にて開催しました。今回は生協担当者も参加し移転に伴う困りごとを議題に意見交換。

「買い物ついでに世間話をするのが高齢者の楽しみ」「清陵町にお茶会ができる居場所がほしい」「臨時バスが難しければ配達を充実してもらえたら」「宅配の注文用紙に記入する支援をサポーターさんにお願ひできないか」など建設的な対話が交わされ今後の地域づくりへのヒントとなりました

ちょっとしたおてつだい～断捨離！お掃除！

8月18日(火)洋服の片付けをして断捨離したい…というご依頼で不用品を運び出し、衣装ケースを整理しました。「これはいる！これはいらない！」とハッキリ指示してくださるので作業がはかどります。サービス活動は1時間程で終了。「あ～スッキリした！またお願いしたいわ」と好評でした。

9月7日(月)は掃除のご依頼。掃除機をかけてゴミ出しへ。「若い人は仕事が早いね～」とほめられました。どちらも大活躍です☆

生活支援サポーターが
支えます♪

再開！ ゆうゆうよりそいクラブ

8月26日(水)夕張市立診療所で、ゆうゆうよりそいクラブが再開され20名程の市民が2ヶ所に分かれて参加。体にとっても大切な水、食物の栄養素についての講話に傾くみなさん。水分や栄養の取り方で熱中症や認知症を予防！日々の生活の大切さを感じますね。

介護予防 ゆるリラ講座

8月26日(水)から介護予防ゆるリラ講座が、りすたホールにて再開！「いつまでも元気に動けるからだをつくる」をテーマに約20名が広い空間でのびのびと体操しました。

9月3日(水)は紅葉山会館でも10名程が参加。先生の高らかな声に体も自然と動きます。心地よい運動に癒されました。今期から3密を避けるため定員があり、電話での申し込みが必要です。

⇒保健福祉課 包括支援係～52-3107

「りすた」でオレンジカフェ

コロナ禍を乗り越え、りすたで認知症予防オレンジカフェが開催されています。

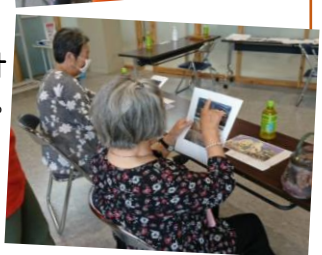
8月21日(金)は北側の参加者を募り末広～鹿の谷界隈の写真に盛り上がり、紙芝居を聞いた後にはその内容からクイズが出題。みなさん真剣です。28日(金)は南側の地域の方が計算問題や穴埋めクイズに挑戦。体操も織り込んで頭も体も鍛えます。どちらのオレンジカフェも少人数で楽しく有意義な時間を過ごせました。

研修医さんと共に ～楓・真谷地

9月9日(水)～10日(木)夕張市立診療所の研修医さんと共に地域を訪問しました。集会所の方々が快く迎えて下さり、手作りの品でおもてなしを受けながらお話も弾みます。夕張の印象を聞くと「自然豊かで皆さんお元気」と。経験を生かし、益々ご活躍くださいね。

楓

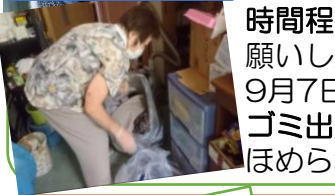
真谷地



ご意見ありがとうございます



衣類の分別作業



肘タッチで
感染予防

久々の笑カフェ☺

9月11日(金)コロナ禍前までデイサービスセンターすずらんで行われていた「笑カフェ」が拠点複合施設りすたで再開しました☆
主に「ふまねっと運動」で体と脳を刺激します。何よりもみんなが笑顔で楽しめるのが良いところ☺ 距離を保って上半身から準備運動をし、「いーちに♪」とゆっくりバランスを取りながら歩きます。成功したらハイタッチをするのですが肘タッチに変更する配慮も素敵ですね。

ともこクラブ

8月20日(木)老人福祉会館にて豊生会主催のともこクラブが開かれ、リハビリの専門家による健康診断が行われました。10名程の参加者は少人数に分かれて問診を受け、体を動かしたり、しりとりゲームをしたり。最新の機器での健康チェックもでき満足感がありますね。
楽しみながら健康意識を高める大切な取り組みです。

沼ノ沢歩こう会

9月1日(火)の歩こう会はいつもの6名で和気あいあいとしています。甘～いスイカに手作りのナス漬の美味しいこと！お話も弾んで歩くのを忘れてしまう程。そんな楽しい場所が夕張にあることが財産だと思いました。またお邪魔しますね♪

元気の源！

カクテキづくりボランティア

9月1日(火)はまなす会館でのカクテキ(大根キムチ)づくりにレインポーヒルズにお住まいの方々が参加。ベテランの手つきでどんどん刻んでいきます☆出来上がったカクテキはお弁当のおかずや商品化も検討中とのことです！

華麗な手さばき

地域活動支援センター作品展～秋

りすたロビーにて地域活動支援センター作品展が模様替えをしました！お団子、柿、栗、サツマイモ、秋の味覚をぜひ目でゆっくりとお楽しみください♡

10/30(金)まで

私たちの対話はどこへいくのか～メイボン尚子

9月11日(金)清水沢プロジェクト主催のアーティストトークがオンラインで開催され、スコットランド在住の学芸員メイボンさんと10名程の参加者で地域と美術活動について語りました。人と人の関係性を大切に紡いでいくこと、話を聴く、共生する…美術と福祉を改めて近くに感じる時間でした。

イギリス

離れていても
課題は同じ

夕張

学童クラブ収穫祭

8月26日(水)社協農園で若菜学童クラブのみなさんがイモ、枝豆、トマトなどを収穫し清水沢学童クラブさんにもおすそ分け☆
鹿被害から逃れた作物は貴重です！さらにおいしく感じました(*^▽^*)

☆
農作
☆

お礼のお手紙がかわいい

沈んだ街あるき～鹿島

9月6日(日)日差しが照り付ける中、ダムに沈んだ鹿島地区を散策するイベントが開かれ、なんと1600名以上の観光客が来タ！大渋滞に驚き!!
古い地図を手にゆっくりと歩きながら立て札に足を止め…懐かしむ皆さんに当時の繁栄の様子が重なりました。

鹿島名物 キリ助

ダムカレ