

みんなで

令和4年4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 谷口・山田
社会福祉協議会内(56-6004)

春陽 第53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

ちょっとしたおてつだい😊

雪解けが進み福寿草が咲く季節となりました。定期的なお掃除、春先の部屋の模様替えや窓拭きなどの依頼が増えています。新規利用のご相談や作業内容などでお気軽にご相談ください。今年度も身近な困りごとに耳を傾け、利用者さんとボランティアさんをつなぐ活動を続けていきます。



初開催 地域リハビリテーション活動 恵ハマナス会



体力測定中



4/18(火)末広地区の恵集会所にて、恵ハマナス会主催による市立診療所理学療法士を講師に地域リハビリテーション活動が行われました。今回は握力測定・片足立ちのほか、3メートル歩行測定で自分の体力を確認した後、「足から健康を考える」テーマに足の機能の大切さと筋力維持について学びました。また、認知症予防運動（コグニサイズ）について説明と実際に身体と頭を使い、ちょっと間違えるくらいの難易度が良いと皆さん笑顔で体験していました。



数を数えて5の倍数で万歳



令和5年度 介護予防事業スタート

市主催の介護予防事業が始まりました。ストレッチや筋トレ、脳トレ運動や健康講話など月1回開催予定です。

横になって測定中

本町末広・鹿の谷 地域サロン「えがお」

3/28(火) 鹿の谷生活館にて3回目の地域サロン「えがお」が開催されました。豊生会の理学療法士による健康講話や機器を使った筋力量測定などを実施し、その結果に一喜一憂しながら、一年間の生活を振り返りました。市体育協会の地域おこし協力隊員による椅子に座ってできるストレッチや筋トレのほか、頭と身体を使った脳トレなど盛り沢山のサロンとなりました。今年度も開催予定です。日程が決まり次第お知らせいたします。



みんなで歌い振り付けも



スクワットの解説中



認知症予防には運動が効果的です



楓

4/12(水)椅子に座っての体操や認知症についての講話、脳トレ体操を行いました。体操後は分担作業で昼食の準備し、談笑しながら会食を楽しみました。

今日は豚汁



真谷地

4/13(木)認知症予防の体操にチャレンジしました。左右違う動きに苦戦し、頭と身体を使い笑いの絶えない時間を過ごしました。

笑顔で体操



無理なく筋トレ



若菜すくすく・清水沢なかよし学童クラブ 春休み活動



3/28(火)、30(水)若菜と清水沢の学童クラブにおいて、地域おこし協力隊による中国文化を学ぶ連携活動が行われました。子供たちは、初めて見る中国通貨や中国語版世界地図に興味津々でした。後半は映像やクイズなどでパンダについて学び、パンダの絵も描きました。改めて隣国中国の文化など知ることができました。



2年生数学 少人数制授業



夕張中学校 授業参観

4/17(月)新学期に入り最初の授業参観が行われました。4月から校長先生をはじめ8名の先生が着任されました。新学年となった生徒たちは、新たな気持ちで真剣に取り組む姿が見られました。



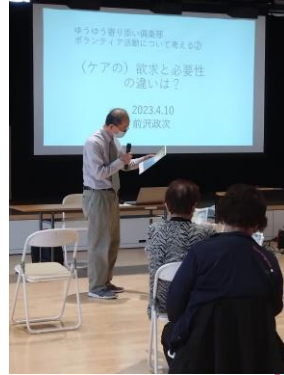
1年生理科

3年生国語

今年2回目のよりそい倶楽部



4/10(月)りすたにて、今年に入り2回目の「よりそい倶楽部」が開催されました。医師の前沢先生による「欲求と必要性の違いは？」という題材で講演が行われました。特別な技能を持っていなくても、そばに寄り添い、話し相手になるだけでも大切なケアの一つであるとのお話がありました。



4年ぶりの夕張民謡文化連盟優勝大会



4/15(土)りすたにて夕張民謡文化連盟優勝大会が4年ぶりに開催されました。新型コロナウイルス感染防止により、各会の活動は休止していましたが、時期を見計らい感染対策を講じながら徐々に活動再開していました。4年ぶりの開催した対面での大会出場者は約30人で、以前の4分の1程度でしたが、今までの衰退を取り返す勢いの歌声披露に、観客も楽しそうに鑑賞していました。これからも優勝大会続けてほしいですね。



力強い歌声に拍手！

沼ノ沢 長寿会



4/14(金)沼ノ沢農業研修センターにて行われている長寿会にお邪魔しました。笑顔で迎え入れていただき、毎回新しい話題が飛び出し、会話が弾みます。前回北広島の新球場についての疑問質問を受け、今回お答えしました。実際の様子を伝えるのは難しいですね。



開幕のパフォーマンス

