みんなで

令和5年12月吉日



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) 大雪 第61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 😊

氷点下の気温が続く季節になりました。 今月は年末年始に向けたお掃除や防寒対 策などのお手伝いが増えています。冬季 期間限定のお手伝いもできる範囲でお受 けいたします。自宅で一緒に軽い体操が できるサポーターさんが新規加入しまし た。冬季の運動不足解消にいかがでしょ うか?お気軽にご相談ください。





サポカフェ 🧶

11/30(水) 老人福祉会館にて、新旧 のボランティアサポーターが集まり 活動の内容や活動の様子などをお話 する会を開催しました。新サポータ には活動時の名札が手渡されました。 今後もちょっとしたお手伝いの活動 を広げていきたいと思います。





クリスマスツリー登場!

12/6例 考人福祉会館内にクリスマスツ リー登場!!毎年、地域活動支援セン ターの利用者さんと職員が飾りつけを 行っています。フロアーが一気に華やか になりました。喫茶スペースもある、老 人福祉会館に足をお運びください。



地域リハビリテーション活動

沼ノ沢 長寿会



市内の各集会所にて、市の地域 リハビリテーション活動が行わ れました。市立診療所リハビリ テーション科による、日常生活 で気を付ける点や筋力を維持す るための運動法を学びました。 また、この時期の不安定な雪道 での注意点などのアドバイスな どを受けました。

ハマナス会



豊生会 健康長寿プロジェクト 最新トレーニングマシーン体験会



11/28例 市立診療所リハビリ テーション科に新しくトレーニ ングマシーンが設置され、その 体験会が行われました。利用者 ごとにカードを作成し、トレー ニングの結果や筋力などを記録 することで、次に利用する際は スムーズに再開できるシステム になっていました。



南部地区在宅福祉サービス推進委員会 クリスマス配食



雪景色となった12/13水 南部 地区在宅福祉サービス推進委員 会から、一足早くクリスマス ケーキとプレゼントを持参し訪 問しました。推進委員がサンタ クロースの衣装姿で「メリーク リスマス!」。みなさん笑顔で 受け取ってくれました。





紅葉山サロン

11/21(火) 市立診療所の管理栄養士による講座が行われました。日頃の食生活において気を付けることや、食物に含まれる栄養素などの解説がありました。



鹿の谷 大昭クラブ



11/22(水) 鹿の谷生活館にて、今年2回目となる「大昭クラブ」の誕生会にお邪魔しました。前半は市保健師による健康講話「口の健康について」を学びました。その後、会食を楽しみながらの誕生会とビンゴ大会が行われ、みなさんで和やかな時間を過ごしていました。



介護予防事業



12/13例 楓集会所にて市立診療所の管理栄養士による講座が行われました。日頃の食生活で気を付けることなどをアドバイスしてもらいました



真谷地



12/14(水) 真谷地集会所では市立診療所リハビリテーション科による冬場の脱水についての注意喚起とその対策についての講話がありました。後半は運動指導員による体操がありました。



ゆうばり小学校 総合学習

認知症サポーター養成講座

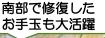


12/4(月) 5年生を対象に認知症サポーター養成講座が開催されました。グループホーム「まどか」の職員が高齢者に扮して実際の高齢者との関りを感じてもらいました。



12/7(水) 1年生と学校支援ボランティアが一緒に、駒やけん玉、お手玉、だるま落としなどの昔懐かしい遊びを体験しました。初めての遊びも楽しながら、できた喜びを感じられる時間となりました。







市民学習講座~ けいとでおえかき!

12/9年 りすたにて札幌市立大学から講師を招き、当日何ができるかお楽しみの毛糸を使った作品作りが行われました。学生と幼児から大人まで多くの市民の参加があり、大きな網に毛糸で絵を描きました。完成した作品とは!?



恵ハマナス会

1 製たるれい 物の

12/16生年に1度のお手製お寿司が振る舞われました。メンバーにお寿司を握るのが上手な方がおり、慣れた手つきで準備を進めていました。お寿司とお吸い物を食べながら、今年最後の集会を楽しんでいました。

今年最後の挨拶

