

みんなで

令和5年12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)

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(木) 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。新サポーターには活動時の名札が手渡されました。今後ちょっとしたお手伝いの活動を広げていきたいと思ひます。



クリスマスツリー登場！

12/6(水) 老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

恵
ハマナス会

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。



豊生会 健康長寿プロジェクト 最新トレーニングマシン体験会

11/28(火) 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(木) 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。



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。



昔遊び体験

12/7(木) 1年生と学校支援ボランティアと一緒に、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。



南部で修復したお手玉も大活躍



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、みなさんと和やかな時間を過ごしていました。



介護予防事業

楓

12/13(水) 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。



市民学習講座～けいとでおえかき！

12/9(土) 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お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、大きな網にお糸で絵を描きました。完成した作品とは!?

12/25まで展示



くじら

恵ハマナス会

12/16(土) 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

