

今年もみんなで

令和6年1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)

初春 第62号

2024 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

本年もよろしくお願いいたします。定期的なお掃除や冬季限定のゴミ出など、元気に活動しています。今年もみなさんの小さな困りごとに耳を傾け、ボランティアサポーターと共に活動して行きます。冬季期間のお手伝いにもできる範囲で対応いたします。

まずはお気軽にお問合せ下さい。

☎56-6004

(社協内 生活支援コーディネーター)



世代間交流 書道体験

12/25(月) 若菜学童クラブと若菜いきいきサロンとの合同で、12/26(火) 清水沢学童クラブの児童が、書道ボランティアの皆さんを講師に書道体験が行われました。好きな手本を選び、慣れない筆でのびのびとした素晴らしい作品を完成させました。

若菜



清水沢



南清水沢 在宅福祉サービス推進委員会



12/21(木) 南清水沢で在宅福祉サービス推進委員会によるクリスマス配食が行われました。今年もサンタの衣装で各世帯にクリスマスケーキや温かいお弁当をお届けしました。みなさん笑顔でとても心温まる活動となっています。



南部サロン 地域リハビリテーション活動

転倒時の対処
実演中



12/20(水) 南部コミュニティセンターにて市立診療所理学療法士を講師に「冬の歩き方・転倒の予防」について講話が行われました。安全な歩き方や服装、注意すべき場所などを学び、転倒した時の対処方法など実演交えながら説明がありました。

2組での
脳トレ体操



健康長寿プロジェクト



⇐ 12/19(火) りすたにて、市立診療所所長による健康寿命についての講演が行われました。
⇒ 1/16(火) 市立診療所にて、トレーニングマシンの体験会が行われ、恵団地の方々が診療所の送迎車を利用し参加していました。



1/10(水)
楓

年初め 介護予防事業

各地区で市の介護予防事業が行われ、市立診療所理学療法士から冬期の水分補給の大切さや除雪動作について学んだ後、歯科衛生士から口の健康についての講話がありました。また簡単にできる体操も行なわれ、年初めから盛りだくさんの内容となりました。



1/11(木)
真谷地



宮前町イルミネーション点灯 クリスマス会

12/20(水) 17:00 宮前町集会所横にて、イルミネーションの点灯式が行われました。カウントダウンに合わせ、約2000個の電球で飾られた大きなツリーが夜空に現れました。その後、集まった町内の皆さんでクリスマス会が行われました。

SC谷口
マジック披露



もちつき大会

12/28(木) りすたにてもちつき大会が行われ、午前は朝活キッズの小学生、午後は幼児親子が参加しました。「お餅は何でできている？」など手順を学びながら市民ボランティアの方々と一緒に臼と杵で餅をつき、いろいろな味のお餅を作りました。



沼ノ沢 農業研修センター

長寿会

⇨ 1/12(金) 沼ノ沢長寿会にお邪魔しました。お茶菓子と美味しいお漬物で話が弾みました。沼ノ沢での買い物事情など様々な声をお聞きすることができました。

⇒ 1/15(月) ゆるリラ講座では「痛みがあるからこそ体を動かす」を題し、身体のバランスを整える簡単にできる体操を行いました。



ゆるリラ講座



個々に動きを確認

二十歳を祝う会

1/7(日) りすたにて「二十歳を祝う会」が行われました。平成15年生まれの約20人が参加し、「大人への仲間入り」と「これからの抱負」を語りました。

晴れ着で集合写真



紅葉山サロン

1/16(火) 今年1回目の地域リハが新生クラブにて開催されました。来月のInBodyに向けた体力測定と問診を行いました。また、地域おこし協力隊のストレッチと体操も行われました。



新春書初め大会

1/11(木) りすたにて書初め大会が開催されました。10名程の参加者が、自分よりも大きな書初め用紙に伸び伸びと勢いのある字を書き、素晴らしい作品を仕上げました。

