

絆～加茂

発行・編集

社会福祉法人

川西市社会福祉協議会

加茂小地区福祉委員会

委員長 藤田 喜志夫

今やれる活動「発掘と実践」に向けて



明けましておめでとう
ございます



加茂小地区福祉委員会
委員長 藤田 喜志夫

新年明けましておめでとうございます。地域の皆様におかれましては、穏やかに清々しい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃は地域福祉活動にご支援、ご協力賜り厚く御礼申し上げます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

昨年度コロナ禍での活動は大半中止となり残念です。後半は一部活動再開して参りましたが、今回新変異株が発生し日本及び世界に拡大しています。収束の見通しが見えない状況下で、今やれる活動を発掘し実践しながら、経過観察して参りたいと思います。感染対策を継続し屋内外を問わず体を動かし筋肉量を減らさず、栄養食を心がけ(特にタンパク質、市資料より)、人との対話を大切にす等生活を見直し、体力低下を防ぎましょう。

コロナ禍でフレイルを防ごうと言われることが、フレイルとは虚弱状態になることであり、要介護状態に進行する事になります。

フレイル予防として今出来る活動を実践して参りたいと思います。①お手玉ビンゴゲーム②三種輪投げ③ポッチャゲーム④グラウンドゴルフ⑤4拠点花壇整備コンテスト⑥体操(ラジオ体操・転倒予防体操・金太くん体操)等実施してまいります。皆さん福祉行事に奮って参加しましょう！お待ちしております。



ポッチャ



お手玉ビンゴゲーム



転倒予防体操

最後になりましたが、地域の皆様と一緒に地域づくりを目指し加茂小コミュニティ協議会と加茂小地区福祉委員会が協調し絆を大切に努めてまいります。これからも温かいご支援、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

早く変異株の収束を願うと共に皆様が多幸多い年になりますよう祈念申し上げます。年のご挨拶と致します。



サロン会四拠点花壇整備コンクール発表

第一拠点代表

井上 昭子

コロナ禍の中福祉関連事業で何ができるか：4拠点で花を植え少しでも、心豊かに明るい気持ちになれるよう、各拠点で取り組みました。第一拠点では十一月三日スタッフ十一名で古い土をふるい赤玉腐葉土、肥料を加えパンジー、ビオラ、スノーボールを植えました。早く植え込みましたので今美しく元気に咲いております。

十二月中旬各拠点を見て回りました、花壇の日当たりが良くなかったり他の拠点ではチューリップの球根を植え、その上にパンジー等々いろいろと工夫されている様子。



第一拠点ではサロン会で花植えを募集し17名が参加され十二月一日に鉢植えをされ、ご自分で管理され二月のサロン会に花の品評会を行い優秀者には、よく頑張つて咲かせた賞を考えております。

スタッフの皆様、当番時には快く会館へ足を運んでくださりありがとうございます。

他の拠点の方、地域の皆様一度足を運んで見においでください。今、盛り美しく咲いております。

「新福祉委員研修会」に参加して

コボリクラスタ花屋敷

自治会長 児島 知子

研修会に参加して福祉について色々と勉強になりました。イベントや見守り活動をして皆が安心・安全に暮らせるよう地域福祉活動がされています。一人暮らしの高齢者が多くなり周りの人のサポートは、とても大切だと思いました。直接何かしなくても日頃から気に掛けることが大事かなと、そして自然にサポートが出来たらと思います。



高齢の方や障害のある方をサポートしている若い人を見ると笑顔になります。

若い人も歳を重ね、いずれサポートされる側になります。皆が助け合いの気持ちで

「一人ひとり支える活動」が出来たらと思います。

福祉協会(障がい者)・地域住民交流 GG 大会

地域住民代表

高砂会 芋田 昌之

令和三年十一月七日の日曜日に、加茂第二グラウンドに於いて、日頃は交流のない身体障がい者の方々と、合同で行うグラウンドゴルフ大会に参加させて頂いたところ、障がい者の方々には、ヘルパーさんがご協力されて一生懸命にプレーをされる様子には、親しみを感じました。それによつてコミュニケーションを交わす様になり、大変に楽しい一時を過ごすことができました。

今回の様にグラウンドゴルフ大会に於いて楽しく過ごせたことは、大変に良かったと感じさせられました。これからも一シーズンに数回のグラウンドゴルフ大会が行われることが、良いのではないかと実感いたしました。

ありがとうございました。



再開したサロン会「クリスマス会」

第二拠点代表
藤井 知子

そして今回はじまる直前に気分を悪くされた方がおられてスタッフが対応にバタバタする場面がありました。今までにはなかった事ではありますが、こういった事も想定する心構えも必要かと思いました。

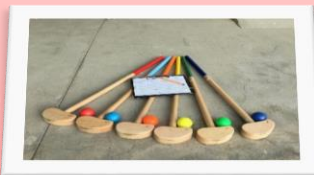


十月、十一月、十二月と今のところ三ヶ月連続でサロン会を実施できています。
以前に比べて参加される方の人数は多少減ってはいるものの今回十二月九日に行われたクリスマス会は来場者、スタッフ、そして民謡舞踊を披露して下さった出演者の方々と合わせる五十名にもなり、大変盛りあがりました。
またお楽しみのクリスマスケーキと飲み物はお持ち帰りということでしたが、また皆さんと一緒にしやべりをしながら飲食を楽しめる日が来ることを願っています。

「サロン会 GG ふれあい交流会」に参加して

加茂第三自治会
明石 栄子

*開設半年経過して



昨年四月、旧ふたば幼稚園にてグラウンドゴルフが始まりました。近くだし少し見てみようかと思いついてみると、顔見知りの方々が多く参加されていました。人の集まる中に入るのが苦手な私でしたが、すんなりと入っていき事ができ、また皆さんと話す事ができて楽しい場所になって行きました。
なかなか難しくて上達するには、ほど遠いけど毎週木曜日に会って、お互いの元気確認もできて話す事で楽しくなり、こんな自分に驚いています。
グラウンドゴルフでは、体操して動き回って日頃の運動不足解消になっていると思いますので、これからも長く続けて行っていきたいと思っています。

【居場所支援活動】のご紹介

加茂小地区福祉委員会

* 趣味の会「囲碁・将棋会」・新設「脳トレマージャン会」の開設

高齢化が進み「通いの場」を設け脳トレによる認知機能低下を防止し、ストレスや不安の解消に役立てばと思います。すでに囲碁会は昨年度より開設していますが、今回「将棋・脳トレマージャン会」を新設したいと思っています。4~5月を予定していますので、興味のある方は応募して下さい。

〈要項〉

場所: 囲碁・将棋〜①市共同利用施設「南花屋敷中央会館」1階室 ②旧ふたば幼稚園 1階室

: マージャン会〜加茂交流会館(加茂ふれあい会館隣)

開催: 囲碁・将棋〜毎月第2木曜日・第4木曜日

時間: 午後2時~4時 2時間

* マージャン会 開催・時間 (案)・2回/月程度、時間Max 6時間までとする。

午前9時30分~午後4時30分間を利用とする。厳守

*最終判断は参加者皆様で調整し決定する。

* 開設時期 ○コロナ感染対策などあり令和4年3月の状況により判断する。



～コロナ禍でも子どもの記憶に残る活動～

バンビ子供会

会長 塚本 尚美



コロナ禍でも日々大人へと成長していく子どもたち、子供会ではこの貴重な時間を共に過ごすべく徐々に活動を再開し、子どもたちの記憶に残るよう少しでも成長のお手伝いができればと考えています。

十二月に二年ぶりの活動でフラワールレンジを楽しみました。学年を超えて交流する姿は微笑ましく幸せな時間でした。一方で会員数が年々減り今後の存続が心配です。

『ボッチャで交流』

花花たんぽぽ

片山 康子



聴覚障がい者だけのオリンピッククがあることをご存知ですか？デフリンピックといいます、オリ・パラと同じく4年に一度開催されます。

昨年11月の例会は、場所を旧ふたば幼稚園に移してボッチャというスポーツを楽しみました。初めての経験で中々うまくいきません、頭と身体とテクニクを用いて共に楽しむことができました。

「手話交流会花花たんぽぽ」は加茂小地区のろう者（聴覚障がい者）と地域住民の交流の場です。どなたでも参加できます。毎月第二土曜日、午前10時～11時まで場所は南花屋敷中央会館二階で、冗談を交えながら楽しく交流しています。

手話だけでなく口話（しゃべる

口の形で読み取る）や筆談または

身振りで通じます。関心のある方

気軽に覗いてみませんか？

昨年11月の例会は、場所を旧ふた

ば幼稚園に移してボッチャという

スポーツを楽しみました。

初めての経験で中々うまくいきま

せん、頭と身体とテクニクを

用いて共に楽しむことができました。

聴覚障がい者だけのオリンピック

クがあることをご存知ですか？

デフリンピックといいます、

オリ・パラと同じく4年に一度

開催されます。

＊コロナフレイル!こんな変化はありませんか?～複数あると要注意!

- ☐ 散歩や買い物などで外出することが減った。
- ☐ 歩くスピードが以前より遅くなった。
- ☐ 他の人との交流が減った。
- ☐ 買い物に行けないなどで、バランスの良い食事ができていない。
- ☐ 他の人に同じことを何度も尋ねるようになり、物忘れが気になるようになった。
- ☐ 以前と比べると、ふくらはぎが細くなった。
- ☐ 家族や友人との接触も減ったため会話が減り、滑舌が悪くなった。
- ☐ 最近楽しいと感じることがほとんどない。

(川西市資料より)

＊ 毎月11日イオン黄色いレシートキャンペーンご協力ありがとうございます。

加茂小地区福祉委員会