

上郷西地区社協の『めざすところ』

- 人と人とのつながりを通して幸せを感じていただけることを願い…
- 子どもから高齢者まで、世代を超えて集うことができる…
- 交流の場をつくること

そして町内会・自治会 及び地域で活動する各団体と連携し、お互いに協力・支援をしながら福祉活動をしています。

ボランティアグループ

サロン名	開催日時	開催場所
あおば	第1金曜日 10時～	尾月自治会館
サロン・ふれあい	第4水曜日 10時～	西ヶ谷団地集会所
サロン・かめい	第4木曜日 1時半～	亀井町自治会館
ハイツ 集い処	第3土曜日 10時～	西ヶ谷ハイツ集会所
子ども広場さくらんぼ	第3金曜日 10時～	尾月自治会館
ゆずりはの会	第3木曜日 10時～	コートハウス集会所
ママとも広場 アロハ!	第1水曜日 10時～	上郷小・会議室
サロン・かみの	第4火曜日 1時半～	上之町内会館
みどり会	第4月曜日 1時半～	野七里地域ケアプラザ
ミニディサービスどんぐり	第2、4水曜日 10時～	上郷小・会議室

町内会・自治会

- 犬山町会
- 尾月自治会
- 上之町内会
- 亀井町自治会
- 上郷西ヶ谷団地自治会
- 上郷西ヶ谷ハイツ自治会
- 港南台コートハウス自治会

各種委員会・協議会

- 民生委員児童委員協議会
- 保健活動推進員会
- スポーツ推進委員連絡協議会
- 青少年指導員協議会
- シニアクラブ連合会
- 上郷西防犯協会
- 交通安全協会本郷支部西分会
- 交通安全母の会
- 消費生活推進員の会
- 子ども会連絡協議会
- 環境事業推進委員連絡協議会
- 友愛活動員会
- 町ぐるみ健康づくり委員会



戸惑っているあなた、気軽に出かけ、声を掛けてみてください。きっと大歓迎です。♪♪



上郷西連合町会は、上郷西地区内の自治会町内会と各種団体で構成されており、広報配布や回覧等、自治体とのパイプ役をつとめ、また盆踊り、ふれあいスポーツ、どんど焼き等のレクリエーション活動を行っています。

一方、上郷西地区社会福祉協議会は、自治会町内会と各種団体及び地域で活動する福祉団体で構成されており、主に福祉活動を行っています。

現在、「第2期栄区地域福祉保健計画」とその地区別計画「上郷西地区つながるプラン」が推進されていますが、西地区社協と西連合町会は「上郷西地区支えあい・つながるプラン推進会議」として協働して推進しています。



今後、ますますその連携を深めていきたいと思っています。

上郷西連合町会 会長 新保孝雄

『災害に備えよう』 東京臨海広域防災公園見学

上郷西地区 支えあい・つながるプラン 第3部会は「災害に備えよう」をテーマに活動しています。活動の一環として、町会・自治会の防災担当者を対象に防災体験研修を行いました。

1月18日、36名の参加者で東京臨海広域防災公園を訪問。ここは南関東で大災害が発生した時、緊急災害現地対策本部となるところであり、広大な敷地と設備を備えています。

災害体験設備も充実しており、参加者は震災をリアルに体験できると共に、災害発生から72時間を生き抜くための自助・互助・共助などについて学び、有意義な体験研修となりました。

ここで学んだことを今後の地域の防災活動に活かしたいと考えております。

支えあい・つながるプラン推進会議
第3部会 会長 深草 伸一



紙食器づくりに挑戦



展示物に見入る

さかえ・つながるフォーラム 開催される

2月23日 栄公会堂で 区役所、区社協主催による「つながるフォーラム」が開催されました。

『独りから一人へ 地域のなかで生きる』と題した演劇があり、大地震が発生した時の人々の動揺、またその後の行動、助け合い、そして前に向かって生きていこうとする場面など、臨場感あふれる演劇でした。

その後、『私が地域活動を始めたわけ』と題したシンポジウムがあり、尾月の本田桂子さん（尾月 民生委員・児童委員）も登壇されました。

日常で気になることがあり、何とかしたいと思っけていてもなかなか行動に移せない。では、同じことを感じている仲間を集めようと声掛けをし活動を始められたそうです。そして、その活動を継続していくためには、いかに信頼関係を保つかがもっとも大事だと発言されていました。

また、このつながるフォーラムに参加した7つの各地区社協の活動状況がパネルにより掲示されました。



シンポジウム参加のみなさん（中央が本田さん）



活動掲示パネルに見入る人たち

栄区 生活支援センター見学・研修

2月17日 小菅ヶ谷にある生活支援センターを訪問し、センター内を見学・説明を受けました。

私たちの周りには、心の病のある方も生活していますが、私たちには理解しにくい面があると思います。今回少しでも理解できるように企画された研修です。

また今回は、支援を要している方々のご家族のお話を伺うこともでき、その実状を知ることができました。

これからそういった方と接することがあった場合、充分留意し見守ることが必要と感じた研修でした。

また、障害のある人が地域で安心して暮らすために後見的支援制度があり、栄区では『とんぼ』がその運営法人となっています。

生活支援センターとは・・・

- ・心の病のある方ひとりひとりが
 - ・地域で安心して自分らしい
 - ・生活が送れるよう
- 様々な応援をするところ です。

ぬくもり

やっと春らしい陽気になって、向かいの桂台中学校の早咲き桜が咲き始めた3月16日 桂台地域ケアプラザで 第10回 ~ぬくもり記念イベント~ を開催しました。

数多くの催しが企画されましたが一例を紹介します。

ミニ昆虫講座「育てようカブトムシ」と題して桂台地域ケアプラザの石塚所長が先生となり、名調子に参加した親子はカブトムシの幼虫から育てる話に夢中でした。

参加の子どもたちは幼虫を持ち帰れることになり大はしゃぎ！
ペットボトルに培養の土と幼虫をそっと入れ持ち帰りました。

さあ、先生の話の思い出しながら夏までうまく育ててよ！



廊下の壁には、上郷小学校5年生の「多色刷り版画」と上郷・桂台・庄戸3中学校の書道作品が飾られ、いずれも目を奪う素晴らしい作品に驚きの声が上がっていました。



先日のソチオリンピックでお馴染みのカーリング・・・ではなく、それによく似た「ポッチャ」ゲーム。

人気のまので、よしそれならと、幼児から高齢者まで夢中でした。



さていよいよ、奥に進むにつれ異様な音声が流れてきて、一様に皆さん“ギョッ”とされました。そうです、つながるプラン第3部会の各町内会の皆さんが「3・11 東日本大震災を忘れないために」当時の映像・音声を流していたのです。

小さな子には刺激が強すぎ、泣き顔になる子もいました。

またグッズ多数展示され、あらためて震災に備えようとの気持ちを持ったことと思います。

みなさん、お宅の備えは大丈夫ですか？



いよいよ本日のメインイベントの始まりです。「彩 & 石橋 光さん」の若いお二人の登場に会場は一気に華やぎました。

ピアノとギターを演奏しながら歌うお二人の美しい声に、みなさんうっとりしていました。彩さんの作曲されたオリジナル曲から、皆の知っている曲まで“あっ”と言う間の40分でした。

ご出演のお二人ありがとうございました。



ご紹介できませんでしたが、MKS会、たんぽぽ、ハンドメイドマルシェ、子ども会、民児協、パソコンサロンのみなさん、ご協力いただきありがとうございました。（塚本）

福祉講座

平成25年度は、地域の皆さんの健康維持を目的として、「体」と「食」をテーマに開催しました。さらにテーマを広げ、元気づくりステーション、認知症講座も開催しています。多くの方の参加をお待ちしています！

体の講座

3月7日 西ヶ谷団地集会所で、
「元気で生活できる からだ づくり」を開催。
元気で生活できるためには、姿勢を美しく！
そのためには、日頃から腹筋を使い骨盤を正しい形に、また肩甲骨を柔らかくしておくことが大切。



担当 赤堀 ☎ 893-7944

元気づくりステーション

西ヶ谷元気づくりステーションは、以前にも紹介しましたが、その後 昨年12月より自主運営がスタートしました。

会場 : 西ヶ谷団地集会所

開催日時 : 毎週木曜日 10:00~11:30

お口の体操、脳トレ、筋トレなどを行っています。

始めて4カ月目の2月に体年齢、記憶力テストを行った結果、全員数値の向上があり、中には20代を示す方もおり、本人もびっくり！！若返りがはかられ笑顔になりました。

- 参加者の声
- 身が軽くなり、敏捷になった
 - 悪玉コレステロール、中性脂肪が下がった
 - ヘモグロビンA1Cが下がった

みなさん、一段と力が入っています

この講座は誰でも参加できます。
一度、見学に来ませんか？

認知症講座

認知症になっても住み慣れた地域で安心して過ごしたいですね。それにはご家族、周囲の方が認知症について正しい理解を持つことが大切。このため、3月12日『認知症の人と家族の会 神奈川支部』の田村加代子さんのお話を聞きました。

85歳を過ぎると4人に1人が認知症を発症しており、これから急速に増えると言われています。

- 症状の出方はさまざま。
- 症状に対する正しい理解が認知症発症の予防につながることもある。
- 早く気づくことで進行を遅らせることもできる。
- 認知症の方に合わせて演技をすることにより穏やかな気持ちにさせる。

そして、ご近所はじめ周囲の方の見守りが、認知症の人や家族の方の心の支えになり、負担も軽減されます。



担当 原田 ☎ 892-3085

地区社協からのお知らせ



平成26年度 理事会及び総会 開催のお知らせ

- 理事会 5月11日(日) 午前10時~
 - 総会 5月18日(日) 午前10時~
- ** 会場 連合犬山会館3階 **

理事及び総会の会員代表の方のご出席をお願いいたします。



編集後記

花。10代の頃、水仙が好きでした。英語の教科書の影響です。

20代では自分にはない華やかさをもつバラを好み、30代は花を愛でる余裕がありませんでした。東公園でボールを追いかけ、犬と戯れた頃、コップに浮かぶ花びらに歓声を上げ、いつの間にか桜が好きになっていました。富士山に見える地に住み、花はやはり「桜」だと思ったのです。

さて、第10回ぬくもり。プログラムは、そう、桜でいこう！できたプログラムは桜が満開です。装飾の係も会場いっぱいに桜を描いてくれました。こうして第10回記念のぬくもりを無事に終えることができました。社協だよりがお手元に届く頃、東公園の桜は？ (宮地)