

創刊50号 特集号

皆様のおかげで社協だよりも、発行50号！！

平成15年7月発刊以来、本誌で50号を迎えました。関係者からの激励文が届いていますので、ご紹介いたします。



上郷西地区の「社協だより」、発行50号おめでとうございます。

広報誌は地域の皆さまに活動、行事、情報を伝える大変重要な役割を果たすものです。その広報誌を皆様の熱意で50号発行までたどり着かれたこと、ご苦労された担当の方々の喜びは格別であろうとお察しいたします。

昨年、敬老の集いにお招きいただき、その盛大なこと、小学生、中学生の顔が会場にいっぱいだったことに感激いたしました。栄区では区政30周年のテーマを「感謝・つながり・夢」としています。明るく和やかな空気がいっぱいの会場の中で、正に今ここがそのテーマそのものだと感じました。先を歩き今日の街を作ってきた方々に感謝し、その空気を引き継ぎ更に次の世代へとつないでいく、その大切さを行事などを通してみんなで感じる機会をつくる、そんな大事な役割を担って下さっている自治会、町内会、地区社協のみなさんのお力に頭が下がりました。これからも、地域にとって大切な役割を担う「社協だより」、その継続発展に、栄区社協も皆様方の頼りになる存在として一層努力をしてみたいです。

栄区社会福祉協議会 会長 日浦美智江



社協だより50号の発行おめでとうございます。

社協だよりは年間4回発行され、1昨年度から4月号がカラー印刷で全戸配布され、昨年度からは毎号がカラー印刷で全戸配布になりました。編集の皆さんのご苦労あってのことと敬服いたします。

今年度より第3期栄区地域福祉保健計画が始まります。

西地区では、西地区社協と西連合町会が中心となり、各自治会町内会、各種団体、福祉団体の皆さんの協力を得て、「上郷西地区支えあい・つながるプラン推進会議」として活動しています。推進会議では26年度から会合を重ね、第3期の「地区別計画」を検討してきました。約2年をかけて、ようやく2月20日の推進会議役員会において地区別計画がまとまりました。大勢の方の知恵をいただきながら時間をかけて作成しましたので、かなり良いものができたと感じています。

4月からはこの計画の実施に向けた活動が始まります。会員の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

暮らしやすい上郷西地区を目指して皆さん頑張りましょう。

上郷西連合町会 会長 新保孝雄

第3期（平成28年～32年）栄区地域福祉保健計画の概要【第4回】

第49号社協だより（平成28年1月1日）にも掲載致しましたがその後の活動状況についてご報告致します。

自治会・町内会会長の皆さんと討議を重ね又区役所・区社協・桂台地域・野七里地域両ケアプラザのご協力により下記の様に具体的行動内容がまとまりましたのでご報告致します。

一つ目のテーマ 『見守り検討委員会』 ～子どもから高齢者の居場所～

二つ目のテーマ 『世代間交流委員会』 ～子育て支援、健康づくり～

三つ目のテーマ 『防災・防犯委員会』 ～防災に備えるとともにオレオレ詐欺に対応～

今後も具体的に行動する際には上郷西地区の皆様にご参加を呼びかけたいと考えています。

「私達の住み慣れた町で、安心して暮らしていくため」の取組に皆様も一緒に考えましょう！

上郷西地区社会福祉協議会 会長 塚本忠志

平成27年度 理事研修会開催 日時：2月7日
テーマ「身体改善・介護予防」



講師：久野 秀隆 氏

桂台地域ケアプラザで開催しました。健康年齢を上げて元気で過ごせるように、という願いから「身体改善・介護予防」のテーマで企画しました。介護予防運動指導員・久野先生にご指導いただきました。この体操は、障害があっても、高齢でも椅子に座ってもできる、誰でも気軽に出来るというのが魅力です。パソコンやスマートフォンを一生懸命やっての肩こり、育児や介護による腰痛などの改善にも効果があります。参加者は実際に体を動かし、体の変化に感動し、「体が軽くなった」「地域

でも取り入れたいね」という声が大勢でした。ご自身の体の現状を理解し、今よりも動きやすい体を体感しました。きれいな姿勢を手に入れ、健康年齢をのぼしましょう。先生のトークに笑いあり、終始和やかな雰囲気でした。（原田）

参加者感想

- ・ゴルフの準備体操・整理体操に役立つと思った。
- ・ストレッチができて体が軽くなって帰れました。
- ・非常に有意義でした。帰ったらグループに紹介します。
- ・わかりやすく良かった。元気づくりに生かしたい。



ぬくもりがあつい ～第16回 世代間交流サロンぬくもり開催

3月13日の日曜日。今年度3回目、通算16回目となる、世代間交流サロンぬくもりが開催されました。今回は「ぬくっぴーと写真を撮ろう」がメインテーマ。「ぬくもりに行こう」の音楽で登場したぬくっぴーに「でかーい」「すごーい」と会場は大喜び。折り紙をしていた男の子は知らん顔。なぜ？ 前回も会場にいたそうです。ぬくっぴーの行くところどこもあつい空気が流れているようでした。

さらにあついのがイベント会場のポッチャ大会。チーム対抗なのでみんな燃えています。今回は実行委員会チームも参加。おとなも子ども、障害のあるかたもない方も、誰もが一緒になってできるゲームということで大人気。はじめての方も一度で虜になりリピーターになっていきます。まだやったことない人、ぜひゲームに参加して下さい。いずれは全館ポッチャ大会にしたいとの珍案も出ています。

イベント会場は次に中学校のOBの先生トリオによるリコーダー3重奏。篠笛。見事なハーモニーと音色、そしてトークに大きな拍手でした。

最後はブラジルの伝統文化、カポエイラ。始まりは護身術と言われるこの伝統芸は格闘技のようでもあり、ダンスのようでもあり、なんとも優雅な動きで会場の人を魅了しました。いまなんといっても ぬくもりがあつい。

ぬくもり写真



篠笛&リコーダートリオ
「MSO」ハーモニー・音色にうっとり



ブラジルの伝統芸
「カポエイラ」
ユネスコ無形文化遺産に登録されています。

竹を素材とした作品です。
日本ならではの趣あります



体験コーナー
折り紙・なかなか難しい



ポッチャチーム対抗戦
参加チーム：14
頂点に立ったのは
小学生チーム「サンダース」
おめでとう



「ぬくもりに行こう」のダンス
学童チームの皆さん

みなみ栄・出展
見事な桜の花



上西地区・民生委員の手作りの昼食
おいしく頂きました



手の込んだ手工芸・感心



上郷小学校の一年生の作品です

福祉講座 : こんにゃく作り

3月4日(金)桂台地域ケアプラザに於いて福祉講座を開催しました。

作って、食べて、お土産有りとしてSELP杜の皆さんに講師をお願いしました。

デモンストレーションでは、少量の粉に水を入れふやけるとボールいっぱいこんにゃくになった事に皆さん驚かれています。ゆず、人参、青海苔の入ったこんにゃくをグループに分かれて作り、初対面とは思えない和やかな雰囲気作業が進みました。練ったこんにゃくを茹でる間に、SELPの利用者さんも交えてティータイムをとり地域の交流もできました。熱々のこんにゃくを田楽味噌で試食し参加者の方からは、初めての経験で楽しかった、出来たてのこんにゃくは美味しくて最高、お土産も頂き参加して良かったと、嬉しい感想を頂きました。手前みそではありますが田楽味噌のお味も好評でした。

今回の体験型の講座は知らない同士が和気あいあいになれる場になったと思います。(本田)



随想 : 楽器

平成25年夏、ひょんなことから中古のビブラフォンを手に入れた。生まれ変わったら楽器のできる人になりたいと、思い続けてきた私にとって夢のような話である。さっそく個人レッスンに通い始めた、が3回でギブアップ。バス、電車、バスと乗り継いで1時間30分はきつい。やめたいと伝えたメールには返事が来なかった。一人でたたいていても・・・とバンドに入れてもらった。が、みんなの足を引っ張るばかり。おまけにビブラフォンは容易に運搬できないとあってあきらめ、思い出の音楽会(小学校3年生のときの)の夢はあえなく挫折。その後グロッケン(鉄筋)を購入(木琴のほうが高価)愛用している。あいかわらず練習時間はとれない。この先続けられるかどうか4月以降の身の振り方にかかっている。絶対続けます。

(宮地)

地区社協からのお知らせ

平成28年度 理事会及び総会開催のお知らせ

- ・日程 : 理事会 5月15日(日)午前10時 総会 5月22日(日)午前10時
- ・会場 : 野七里地域ケアプラザ多目的ホール
- ・内容 : 事業報告、事業計画、会計報告、予算、平成28・29年度 役員体制について
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) 今回の本誌発行で創刊50号となります。

振り返り創刊号を見てみました。発行年月は平成15年7月です。主な記事は社会福祉協議会の組織説明と役割でした。上郷西地区は「町ぐるみ健康づくり」の促進、「出会いサロン」の充実に力をいれるとありました。それに関する実施記事で、紙面が飾られていました。創刊にある方針・精神が13年を経て、脈々と引き継がれています。これからも、心を新たに活動していきます。

(川上)