

ひろのふれあいサロンだより

No.9

発行：社会福祉法人洋野町社会福祉協議会

本所：〒028-7914 岩手県九戸郡洋野町種市 23-27-2 TEL65-5360 FAX65-5450

大野事務所：〒028-8802 岩手県九戸郡洋野町大野 56-78-30 TEL77-2180 FAX77-2181

ホームページ：http://hirono-shakyo.or.jp/



やなぎの集い（八木北町）

保健師さんと一緒にボウリングゲームを行いました。ストライクをとる人、ピンにうまく当たらず悔しがる人、それでもみんな仲良く大笑い！笑うことで脳が活性化され、認知症の予防に効果があるそうです。みなさんも脳を活性化させて、いつまでもいきいき過ごしましょう！

（平成29年9月12日 八木防災センター）

主な内容 ページ

おらほのサロン…2,3
（サロン紹介）

ふれあいサロン
情報コーナー……4



◀ 玉川あねっ娘の会 (玉川)

この日は、あねっ娘の畑で野菜まきをする人と、中で味噌田楽を作る人に別れて作業しました。みなさん、稼ぎでばかり！田楽奉行も焦げないように大忙し！！みなさんのおかげで味噌田楽がおいしい焼き具合でとってもおいしかったですね！参加者のみなさんお疲れ様でした！

▶ すみれ会 (横山・蒲の口)

ボランティアさんが手作りした言葉遊びゲームやビニール袋を膨らませた風船ゲーム等、毎回いろんなゲームをしながら大笑いして楽しんでいます。この日も風船ゲームで大いに盛り上がりました！「それっ！」「あー、落ちるー！」等たくさんの声が飛び交っていました。



◀ ふれあいサロンすこやか (伝吉)

サロンの花壇にみんなで花植えをしました。男性参加者も、女性陣に負けずに素手で花植えしてますよー！終わった後は、お茶っこ飲んでしっかり水分補給！ここでは、おしゃべりに花が咲きました。

▶ 三区あすなろ会 (三区)

町地域包括支援センターの看護師さんに血圧測定をしていただいてから、みんなでラジオ体操をしました。男性参加者も横一列に元気に体操をしています！無理せずゆっくりと体を動かして介護予防につなげましょう。



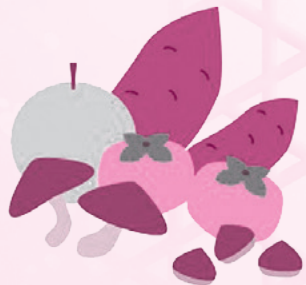
住吉町のイケメン三人衆



◀ 住吉町寿会 (住吉町)

栄養士さんによる食事の栄養バランスの指導をしていただきました。事前に1日の食事を書いてもらい、一人一人栄養士さんからコメントもいただきました。住吉町のイケメン三人衆も真剣です！栄養が偏らないよう、バランスよく食事を楽しみ健康でいましょうね！

おらほのサロ



◀ 大野フレンドシップ会 (柏木畑)

みちのく大寿会の介護出前教室を利用して、車椅子の介助の仕方や寝ている時の介助の仕方等介護について、実演を交えながらわかりやすく教えていただきました。

介護する側、される側両方の気持ちが変わりとても有意義な日でした。

▶ 鹿糠ニコニコ会 (鹿糠)

みんなでおしゃべりを楽しみながら七夕のぬり絵をしました。出来上がったぬり絵を窓に貼って七夕気分でも楽しみました。

以前まで地区公民館の2階でサロンをしていましたが、新しく地区センターが完成し1階でサロンができるようになったので、「安心してサロンに参加できる」と参加者はとても喜んでいきます。



◀ 友楽会 (大野上地区)

東日本大震災の被災地宮古市へ研修旅行に行ってきました。ボランティアガイドさんに被災状況や復興状況等説明していただきました。自分たちの眼で見て、耳で聴いて、現状を知ることができ、改めて防災の意識を高めなければいけないと実感しました。

▶ 小子内たつの口の会 (小子内)

保健師さんに血圧測定していただいている順番待ちの時間に、シルバー芸能祭のビデオを上映しました。みんなテレビの前にすぐに集まり、「小子内の人だね」「いや～、踊れば腰が伸びるもんだね」「上手！上手！」と、テレビに向かって拍手をしていました。



川尻のイケメン三人衆



◀ 川尻かしわの会 (川尻)

町地域包括支援センターの看護師さんをお招きして、血圧測定や健康体操等を指導していただきました。

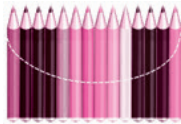
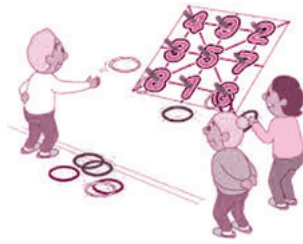
川尻のイケメン三人衆を筆頭に男性参加者が多く、男女問わず楽しく行っています。

ボランティアさんが作って下さる昼食を囲んで話が尽きることなくいつも賑やかです。

ふれあいサロン情報コーナー

遊具貸出ます！

- ・ 輪投げ
- ・ 羽根っこゲーム
- ・ ボウリング
- ・ 唱歌カルタ
- ・ 岩手弁カルタ
- ・ 絵合わせカード
- ・ 色鉛筆、クレパス
など……



お問い合わせ……町社会福祉協議会まで

洋野町サロン状況

平成28年度に「ふれあいサロン」を実施したサロン数は、52サロンでした。

サロン開催回数は776回、参加した人数（延べ人数）は10,743人でした。

たくさんの方がサロン活動を楽しんでいます。



各講座のお知らせ

・「助け合い起こし懇談会」

住み慣れた地域で安心して暮らすために、お互いに支え合い助け合える地域にしたいですね。そのために、「助けて！」と言える「助けられ上手」について話し合ってみませんか？



・「認知症介護ふれあい教室」

近年、認知症の人の数は増加傾向にあります。地域の方々が認知症の人と上手に付き合うコミュニケーションスキルを身につけて、本人や支える家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるように支えていきましょう。

・「研修旅行、心身リフレッシュ旅行」

研修旅行や心身リフレッシュ旅行の行先などにお困りでしたら、ご相談下さい。いつものサロンを飛び出して出掛けてみませんか？



お問い合わせ……町社会福祉協議会まで

あ と が き



各サロンでは、自分たちで考えて自主的な活動を行っているので、今月はどんな活動をしたのか、報告書が届くのが楽しみです。「うちのサロンへ来て♪」というご要望大歓迎ですので、お電話等お待ちしております！

記事に関するご意見やご質問などありましたら、お気軽にご連絡下さい。

お問い合わせ先

町社会福祉協議会

本 所：TEL 65-5360 FAX 65-5450

大野事務所：TEL 77-2180 FAX 77-2181