



# みはらふくし情報

# 8月号

平成29(2017)年  
8月1日発行

— 三原市社協各地域センターからのお便り —

本部・三原地域センター(三原市総合保健福祉センター4階) 電話 (0848)63-0570 FAX (0848)63-0599  
本郷地域センター(三原市本郷福祉センター) 電話(0848)86-3607 FAX(0848)60-6064  
久井地域センター(三原市久井保健福祉センター)電話(0847)32-7101 FAX(0847)32-5011  
大和地域センター(三原市大和保健福祉センター)電話(0847)34-1214 FAX(0847)35-3020

梅雨明けし、大変厳しい暑さが続いています。くれぐれも熱中症には気をつけましょう。今月号では、本郷地域センターから子どもたちも参加したお茶の間サロンのミニ夏祭りの様子と大和地域センターから住民のみなさんが行われる常設サロン活動と医療福祉専門職がタイアップした催しの話題をお届けします。

## さくらんぼ本郷に夏祭りがやってきた！！ ～ 本郷地区社協 子どもたちとの交流会 ～

本郷地域センター

本郷地区社会福祉協議会（以下「本郷地区社協」）では、平成27年度から今年度まで広島県社会福祉協議会指定事業「小地域のお茶の間づくり事業」に取り組んでいます。この事業は住民の生活のしづらさについて、常設的なサロン活動を通じて共有し、解決できる支え合い活動をつくることを目的としています。

本郷地区社協ではこれまで週1回のサロン開催や地域の福祉課題を継続的に協議できる会議づくり、関係者への研修会を開催してきました。

会議の中で、地域の福祉課題のひとつに高齢者と若い世代の交流が少ないことがあがり、初めての取り組みとして週1回のサロン活動である「さくらんぼ本郷」で地域の子もたちが参加できる「ミニ夏祭り」を7月24日（月）に開催しました。

当日は金魚すくい、綿菓子、ポップコーン、ボールすくい、魚釣りゲーム、吹き矢、射的といった、



写真「ええか、的の真ん中を狙うんで！」と声がかかります。たくさんのゲームが用意され、スタッフも法被姿で、まさにお祭りさながらの雰囲気でした。子どもたちだけでなく、いつも「さくらんぼ本郷」に参加している高齢者もゲームに参加して、童心に帰り、とても楽しくゲームに挑戦しました。「金魚すくいをするのは、50年？いや60年ぶり？」などの声もあふれ、夏休み真っ只中の子どもたちもスタッフの説明を聞いて楽しんでいました。

お昼までの短い時間ではありましたが、約70人の参加があり、にぎやかな2時間となりました。帰る際には「さくらんぼのみなさん、ありがとうございました」と挨拶をして帰る子どもたちへ「またおいでえねえ」と笑顔で手を振る姿が印象的でした。

地域の福祉課題を住民で共有して、行われた今回の取り組み。安心して暮らせる地域づくりを目指すため住民のみなさんで解決を目指した活動はこれからも続いていきます。



写真：久しぶりの金魚すくいを楽しみました

# 常設サロンでの健康づくり講座 開催しました

～ 常設サロンひよりやくわなしと専門職との協力 ～ 大和地域センター

大和町<sup>くわなし</sup>榎梨地域の常設サロンひよりやくわなしでは、お菓子づくり、男性料理教室、大正琴、健康づくりの活動など曜日ごとに様々なメニューでサロンを開催しており、毎月第4火曜日は「おしゃべりカフェ」として、百歳体操、レクリエーション、茶話会、食事会が行われています。

6月27日（火）に開催されたおしゃべりカフェには、地元の医療機関である白龍湖病院と介護老人保健施設仁和の里から2名の理学療法士をお招きし、『家でできる運動の仕方』についてお話しをいただきました。肩こりやひざや腰の痛みの対策、こむら返りの治し方、年齢を重ねることで気をつけるポイントは？などあらかじめ日頃悩んでいることについて講師からひとつずつ、軽い体操を交えて教えていただきました。家でできる簡単な運動でもあり、みなさんお話しをしながら楽しく参加されていました。

今回、常設サロンに理学療法士の方々をお招きしたのは、生活支援体制整備事業を通じ今年3月から開催されている会議「地域福祉ネットワーク会議生き生きネットだいわ」において、専門職からサロン活動など

地域の活動と関わるための情報が得られないとの意見があったことによります。

この会議は大和町内の地区社協、自治振興会、民生委員児童委員、医療機関、福祉施設、居宅介護支援事業所で構成され、住民、専門職それぞれの立場で把握した地域の課題について共有しています。

大和地域では体操を始めとした健康づくりに積極的に取り組むサロンも多く、地域の活動を支援していきたい専門職の思いと地域の活動がマッチした「おしゃべりカフェ」となりました。

住民主体の地域福祉活動と専門職、それぞれの強みが活かせる地域づくりに社協は取り組んでいきます。



写真 講師の動きに合わせて身体を動かしました

## お役立ち情報

## 用意していますか?? 非常持ち出し袋

災害はいつどこで起きるかわかりません。日頃から自力で生活できるよう備えておくことが大切です。

今回は非常持ち出し品の一例をご紹介しますので、ご家族や地域のみなさんで話し合ってみましょう。

- 飲料水・食料品（3日分を目安に）貴重品（現金・預金通帳・保険証など）・救急用品（常備薬も含む）・ヘルメット・マスク・軍手
- ・懐中電灯・衣類・下着・毛布・タオル・携帯ラジオ・電池
- ・ウェットティッシュ・洗面用具など



※ この他にも 性別や身体状況によって必要なものは変わってきます。  
※ 飲料水や食料品は定期的に消費期限の確認が必要です。

出典：政府広報オンラインより

自分で持ち出せるだけの量も  
考えて準備しましょう