



みはらふくし情報

5月号

令和5(2023)年
5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(三原市本郷保健福祉センター) 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

桜の花も散り、新緑が目鮮やかな、すがすがしい季節になりましたね。
今号で紹介した大和本郷のサロンのように、青空の下での集まりや、野菜作りなど、外での活動も気持ちがいいですね♪



青空の下で桜楽しむ「サロンは楽しいが一番」 ～あいあいサークル「あいあいサロン」～

大和地域センター



精神保健福祉ボランティアあいあいサークル(※)が取り組む「あいあいサロン」では、今年も満開の桜の木の下でお花見会を開催しました。参加者らは、「2か月に1回だが、外に出て誰かと話をすると気分転換になる」と久しぶりに会う仲間との会話を楽しみました。

代表の舛谷良枝さんは、「コロナ禍で開催を制限する事もありますが、少しずつもとに戻していきたいと思えます。サロンは楽しいことが一番。これからもみんなで楽しめるサロンに取り組んでいきたいです。」と活動への意気込みを話しました。

※ あいあいサークル

大和町内の精神に障害のある人を対象としたサロン活動に取り組む団体。屋外に出て人と交流することで、精神障害者の自立や社会参加を支援します。

支援者は、精神保健福祉のボランティア講座を受けた人で、社協も一緒に活動しています。

サロンで「野菜づくり」に挑戦中！

～本郷町南方地区 南方サロン「みとしろ」～ 本郷地域センター

南方サロン「みとしろ」は、毎週月曜日に南方コミュニティセンターで開設されている常設型サロンです。

活動をスタートしてから4年が経ち、新たに始めたことは、野菜作りです。「昼食でよく使う玉ねぎがサロンで作れたらいいね」という意見で、コミュニティセンター内の一角に畑を作りました。収穫した野菜をみんなで食べることを楽しみに大切に育てています。

「みとしろ」では、活動日ごとに振り返り会を持ちながら、様々なアイデアを出し合います。定番の百歳体操に加え、折り紙や工作、ちぎり絵などに気軽に取り組み、参加者らは思い思いにサロンを楽しんでいます。食事づくりには、支援者のお子さんも参加して、にぎやかな雰囲気です。



サロンで育てる
玉ねぎ畑



参加者が作った
折紙作品



百歳体操

役立ち 情報

歌で「コロナ」を

カラダをリズムで

感染対策も緩和され、集いの活動では、歌を取り入れる団体も増えてきました。今回はこの時期にピッタリな童謡を紹介します♪みんなで歌ってみてね☆

「いっしょのぼり」

やねより たかい こいのぼり
おおきい まごいは おとうさん
ちいさい ひごいは こどもたち
おもしろそうに およいでる



「茶摘み」

夏も近づく 八十八夜
野にも山にも 若葉が茂る
あれに見えるは 茶摘じゃないか
あかねだすきに 菅（すげ）の笠



「メダカ」の学校

めだかのがっこうは かわのなか
そつとのぞいてみてごらん
そつとのぞいてみてごらん
みんなで おゆうぎしているよ

