

いきいき マキコム

2017.12.20

1月号

柏市社会福祉協議会

〒277-0005 柏5-8-12

Tel. 04-7165-0880

KAIGO-YOBOU KAIGO-YOBOU KAIGO-YOBOU

こどもと関わる役立ちがいのカタチ

今号では、こどもといきいきと触れ合うシニアに取材してきました。まずは、土地区、多世代交流コミュニティ「サロンつちのこ」におじゃましました。



私たち、大人になって、きっと来る。 サロンつちのこ、ふるさとだもの
(柏市増尾地域ふるさと協議会ホームページより)

つちのこイクメンシニアによる

緊急座談会

「活動のきっかけは？」

「元々は住んでいる地域と関わりなかったのですが、数年前にある方から声をかけられて活動に参加することになりました。」

「私もですよ。それまではブラブラしていて、地域でのつながりなんてなかったけどね。」

『地区社協に入って』ではなくて、『こういう仕事があるのを手伝ってくれ』と言われたんだよね。声のかけ方がうまいんですよ。あの人。うまく巻き込まれたよ。」

「まさに、マキコムですね。みなさんに共通しているのが、退職後、数年間はブラブラしている。そして、上手に声をかけられたというところですね。」

「そうそう。日頃の生活の中で卒業した子供も声をかけてくれたり。それがうれしいね。こっちからは声はかけない。向こうから声をかけてくれる。それでいいと思う。長生きもいいもんだな。」

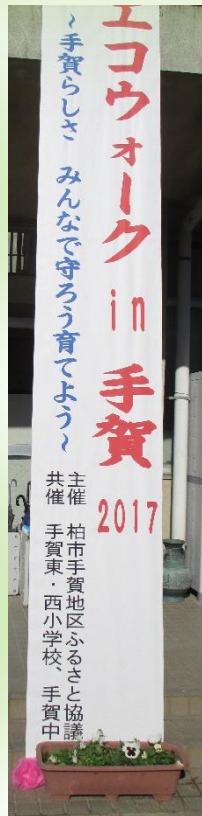
「私は介護を経験したときに地域の人にずいぶん世話になった。少しでも恩返しができると思います。」

「70を過ぎてできた友人は絆が深まる。若いときとくらべて『元気が？』などお互いに思いやる関係が作れる。」

「つちのこの活動をはじめ、ずいぶんと知り合いが増えたね。組織で固まるというよりも気持ちで繋がっていることが大事だね。」

手賀らしさ、みんなで守ろう育てよう

「エコウォークin手賀」におじゃましました



いきいきシアターの

達人に聞く

柏市手賀地域ふるさと協議会

副会長 大野 治郎 さん



「手賀地域はどのような地域ですか？」

「手賀地域は奈良・平安時代からの歴史ある土地で、歴史を背負っているというところでの団結意識は根強いところですよ。」

「このイベントへの思いは？」

「平成17年の合併からエコウォークは続いています。今のことも地域でどう育てるかを真剣に考えないと。」

「今は安全第一で危険予知能力が育たないように思います。少しでも自然とふれあい、自分の住んでいる地域に愛着をもてる場をつくりたい。」

「手賀地域は高齢になっても現役で働く人が多いですね。」

「農家は定年はないので、一生現役の人が多くいます。一方で、がまんして人に迷惑をかけずに、突然重くなる人が多い。早くに気付けばいいのだが、そういう美意識がある。そういう状況のなか、支えあい会議であり方について議論されています。昔は自然とお互いに支えあうことが出来ていた。今は機械化、核家族化、都市化で助け合いが希薄になってきている。お互い様ですよ。困ったときは助けってもらいたいし、助けたいし。そうできる形があればいいなと思います。」

「大野さん自身の生きがいについて伺います。」

「宮澤賢治の『アメニモマケズ』の考えが好きでしてね。せっかく生きてきたならみんなが幸せを感じてもらえる生き方、誉められなくてもよいので、普段の生活のなかで幸せを感じられる手賀地域にしたいですね」

こどもの笑顔が
見れて幸せ♡

手作りお菓子
よろこんでもら
えるかしら？

ハンドベル
みんなのために
練習したわ



ママとこどもの強い味方

子育てサロンふくろうで しあわせ実感ボランティア♡

ママたちには、
「これだけ地域で
見守ってくれる人
がいるよ！」と
実感してもらいた
い！

手遊びうたも子どもと一緒
にずいぶん覚えました♡

子どもはほんとに可愛い♡
自分の子育てのときよりも
可愛がれるわぁ

最初は見守り活
動からスタートし
たの。子育て親子
を見守れる地域づ
くり貢献したい

マキコム休載のお知らせ

いつもいきいきマキコムをご愛読いただきありがとうございます。
次年度に向けての新たなステップアップのため、2月号、3月号のマ
キコムを休載させていただきます。次回4月号でお会いしましょう。



介護予防センターいきいきプラザ 介護予防講座のご案内

2月1日(木)

セカンドライフ応援講座 お口のケアから フレイル予防

お口の健康は心身の健康につながります。歯科医師の先生からお口の健康について学びましょう。



- 講師 石戸歯科医院院長 松岡 政之氏
- 日時 2月1日(木) 9:30~11:30
- 場所 いきいきプラザ
- 対象 60歳以上の市民
- 定員 50名
- 締切 1月23日(火)

2月2日(金)
2月8日(木)

地域活動応援講座 地域で教えよう! 折り紙講座



- 講師 高田折姫会
- 場所 いきいきプラザ
- 対象 サロン等活動者
- 定員 30名
- 締切 1月24日(水)

小笠原びなの折り方を学び、サロン等で生かしましょう!

- 日時 ①2月2日(金) 13:30~15:30 ②2月8日(木) 9:30~11:30 (どちらかを選択)

2月5日(月)

知って安心セミナー いきいきシニアのための おもてなし講座

おもてなしセミナーの人気講師、古川智子さんの講演を聞いて「おもてなしエキスパート」になって、心豊かなシニアライフを過ごしましょう。



- 講師 (株)さくらコミュニケーションズ 古川 智子氏
- 場所 いきいきプラザ
- 対象 60歳以上の市民
- 定員 50名
- 締切 1月25日(木)

- 日時 2月5日(月) 13:30~15:30

2月20日(火)
2月21日(水)

いきいき応援団の交流会 グループですぐに使える ロコモネタ

サロン等で活用してもらうために柏市内のリハビリの専門職を中心に作成された運動メニューのお披露目があります。後半は交流会です。



- 講師 柏市在宅リハビリテーション連絡会 西田 恭子氏
- 場所 いきいきプラザ
- 対象 サロン等活動者
- 定員 30名
- 締切 2月5日(月)

3月1日(木)
3月8日(木)
3月15日(木)
3月22日(木)

セカンドライフ応援講座 輝くシニアのための 健康チャージ教室

介護予防の基本を学んで健康的な生活習慣を身につけましょう。



- 場所 いきいきプラザ
- 対象 60歳以上の市民
- 定員 30名
- 締切 2月20日(火)

- 日時・内容
- ①3月1日(木) 9:30~15:00 フレイルチェック体験(AM) 実生活の振り返り・グループワーク(PM)
- ②3月8日(木) 9:30~11:30 「高齢期の栄養のポイント」 講師:管理栄養士 中村信子氏
- ③3月15日(木) 9:30~11:30 「運動講座:ロコモ予防」 講師:理学療法士 西田恭子氏
- ④3月22日(木) 9:30~11:30 「社会参加のススメ」

申込・問い合わせ

柏市社会福祉協議会ボランティアセンター



〒277-0005 柏市柏5-8-12 電話:7165-0880/FAX:7165-1355 (担当:瀧澤 蓮實)

講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記載し、ハガキ、FAXまたはEmail (kaigoyobou@kashiwa-shakyo.or.jp)でお申込みください。応募多数の場合は抽選となります