



Support Coordinator

SCお宝通信

注釈：SCとは、生活支援コーディネーターの略

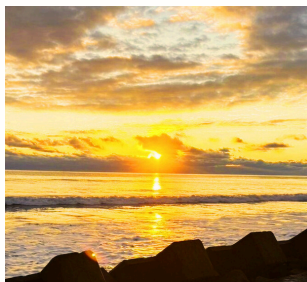
1月

VOL.04

謹んで新年のご挨拶を申し上げます

皆さまが穏やかに新年を迎えられたことを心よりお喜び申し上げます。

日頃より、地域福祉の推進にあたり、多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。本年も、地域の声に耳を傾け、人と人をつなぐ役割を大切にしながら、誰もが支え合える地域づくりに努めてまいります。引き続き、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



▲初日の出(原町区北泉)

小高区のお宝★

おだかワンワン見守り隊

登録隊員数が30頭に達したことを記念して、出発式を開催しました！

当日は登録の約半分にあたる14頭の隊員が出席し、地域包括支援センター職員による講話のあと、パレードへ出発。愛犬家同士ワンちゃんの話が絶えず、賑やかな出発式になりました。これからもそれぞれの場所で、地域の見守り役として活動します。



▲みんなでパレードをしながら見守り活動



▲女性チームと男性チームに分かれていざ勝負！

金谷八丈会

「ポッチャをやってみよう」とサロン代表者さんからご希望があり、気軽に行える簡単バージョンのルールをお伝えしに伺いました。慣れないボールに狙いが定まらず、あっちへコロコロこっちへコロコロ♪

でも、「それも含めて面白い！」と、笑い声と拍手で大盛り上がり。「また借りてみんなでやりたい」と好評をいただきました。

鹿島区のお宝★

さくら会

3区行政区住民で構成されているさくら会は、年齢層が幅広く若い方も参加しています。若い方が中心となり、サロンを盛り上げようと歌や踊りを披露することがあります♪

みんなで楽しいひと時を過ごして、また明日からの活力にしているようです。



▲健康体操で心も身体もスキット！

おとめサロン

月2回スキット千倉の講師に来ていただいて、無理なく行える健康体操を教わっています。自宅でもできる内容なので、参加者さんはサロンがない日も継続して実践しているとのこと。なので、皆さんとても若々しくてはつらつとしています☆



▲ひょっこり踊りをみんなで披露♪

原町区のお宝★

おいでの里 ～仲良く和やかな雰囲気活動しています♪～

『おいでの里』は馬場地区で開催しているサロンで、内容は盛りだくさん♪その中で朗読の時間があり、『あとから来る者のために』（著：坂村真民）を朗読。この詩は、「SDGs」を分かりやすく表現する詩として、大学や企業等で使われているようです。発声方法の一つとして朗読を取り入れていて「声を出さないと出せなくなるから」と、参加者さんは話していました。



▲女性よりも男性の参加者が多くて驚きました！

SCの一問一答！「今年の抱負は？」



【所長 青田 敏】

毎日、夕食後のウォーキング(犬の散歩を兼ねる)とその後のちょっとした運動を『継続』すること。今日は休もうかな、という自分に活を入れて。



【秋元 歩】

今年は、SCの活動が2年目となるので、これまでの活動を活かした活動をしていきたいです。まだ行っていない区内の地域サロンにも訪問したいです。プライベートの方も充実できたらなお良いです。



【西 千晶】

今年こそダイエットを成功させたいです！何か良いダイエット法があったら教えてください(笑)



【越田 みより】

休日はついダラダラしがちで気づいたら日曜日の夕方！なんてことが多いので、休日にこそ、趣味を楽しむ時間をつくろうと思います。



【古内 綾乃】

仕事とプライベートを両立する。慣れてきた頃が一番油断大敵なので気を抜かずしっかりと仕事に取り組みたいと思います。プライベートの時間は日々を楽しみながら自分の機嫌や体調管理をしっかりしていきたいです♪