



ゆいゆい

おゆみ野! 第43号

編集発行：千葉市社会福祉協議会 おゆみ野地区部会 広報委員会
発行責任者：中村 輝男 連絡先：291-0956

楽しく遊ぼう! お楽しみ会!

主催：障がい者福祉委員会 協力：ボランティア委員会

☆7月22日(土) 鎌取コミュニティセンター円形広場にて夏のお楽しみ会が開催されました。

暑さに負けず、太鼓の演奏と体験・流しそうめん・スイカ割り・スーパーボールすくいなど、参加者81名・社協スタッフ29名・おゆみ野太鼓12名、総勢122名の皆さんが楽しみました。

流しそうめんの組み立て



そうめんの調理はボランティア委員会の皆さん



流しそうめん



おゆみ野太鼓の皆さん



太鼓の練習(^.^)



初参加です
強い日差しは苦手ですが
日陰でのそうめんは
とても美味しく
いただきました。
(障害者施設利用者)

☆オープニングはおゆみ野太鼓の“緑区音頭” “勇気100%”他
楽しい太鼓の演奏に元気100パーセント! 身体にドーンと響くね!(^^)!

毎年楽しみ

夏の始まりを感じる流し
そうめん・スイカ割り
そして皆に会う機会を楽
しませて頂いてます。
(肢体不自由児 高2)



楽しいね スイカ割り(^o^)



☆次回のお楽しみ会は12月開催予定です。ぜひご参加ください。

おしゃべり会

9月14日(木) おゆみ野公民館にて開催 参加者6名・福祉学校生3名・
スタッフ7名で、お茶を飲ながら和やかなひと時を!!



参加者の皆さん

☆高次脳機能障害があるが、家族として
どんなことに気配りできるでしょ
うか。

☆『様々な集まり』に関して、参加者
の方から、障がい者・高齢者を含む地
域住民の憩いの場「みどりの かふえ」
の紹介がありました。

参加者の声

デイサービスの
積極的利用。
様々な集まりに参加する
ことにより自信が付き、
改めて自分の存在意義を
見出すことができるなど
お話がありました。

※本紙タイトルにある「ゆい」とは、【「結い」～協力し、助け合う～】という意味です。

ふれあい・いきいきサロン

一緒に笑って心も体も健康に

主催：高齢者福祉委員会
協力：ボランティア委員会

7月13日(木)、おゆみ野公民館にて、参加者42名・スタッフ22名の計64名で開催されました。あんしんケアセンターの池田所長のお話、熱中症対策や安心カードなどについてお話がありました。熱中症対策には、水分と塩分の両方とも摂取することが大事です。

おゆみの中央病院理学療法士の安彦さんと地域のシニアリーダー4名による、転倒予防の有酸素運動と脳トレを行いました。



骨盤体操やスクワットで下半身を鍛えます。



安彦さんとシニアリーダーの方々

足踏みしながら、数を数えます。3の倍数では、拍手します。



今までの名札を廃止して、『あんしんカード』の携帯をお願いします。

9月14日(木)、鎌取コミュニティセンターにて開催されました。参加者83名・スタッフ20名・あんしんケアセンター職員3名の計106名でした。あんしんケアセンターの池田所長のお話、新任の山上保健師と高橋社会福祉士の紹介のあと、委員会の新井さんから『悪徳商法等被害防止講演会』についての紹介がありました。

いよいよお待ちかねの腹話術&手品です。伊藤睦子さんと、ふくちゃん・ターキーさん・アザラシのしーちゃんです。

睦子さんと相棒との楽しい会話と不思議な手品に、すっかり魅せられてしまいました。

休憩をはさみ、季節の歌『村祭り』『大きな栗の木の下で』などを歌いました。

次は何か？ みなさん見つめています。



睦子さんとターキーさん



参加者の方もお手伝い

10月12日(木)、おゆみ野公民館にて開催され、参加者65名、スタッフと合わせて総勢86名が参加しました。まず、あんしんケアセンターの保健師山上さんから、認知予防についてのお話がありました。

メインイベント、女声コーラス『コーロ・ルーチェ』の方々14名をお迎えし、～歌でいつまでも輝いていたい・歌で絆を深めたい～という思いとともに、美しい歌声で



美しい歌声にうっとり♡

“もののけ姫”や“瑠璃色の地球”などを披露してくださいました。

歌の合間には、手遊びや体操も。

最後は“明日があるさ”を、参加者の皆さんも一緒に大合唱しました。



歌いながら、体も動かして

第1回 ボランティア講習会

『笑み筋体操』で健康力アップ！ 主催 ボランティア委員会

6月23日(金)、緑保健福祉センターで『笑み筋体操』～笑み筋鍛えてボランティア～ が前川美佐代先生を講師に迎えて、開催されました。

参加者 59 名、スタッフ 17 名が先生の笑えるセリフで、顔の表情筋を楽しくストレッチ！



「天からいいもの降ってくる～」
両手を上にあげて腹式呼吸

笑いとは
「副作用のない最良の薬」！

講習会が終了するころには、全員の顔に『笑み』があふれ、幸せな気分
で帰路につきました。



表情豊かな前川先生

幸せのたこ焼き
ぐりぐり



「笑み筋体操」とは…笑うことが下手な現代人に笑う習慣をつけてもらうため、筑波大学が開発した体操で、単に表情筋の動きを良くするだけでなく、笑いやすい体質を作ることができる。

秋の気配を感じながら

ふれあい散歩

主催：ボランティア委員会

9月28日(木)、第2回ふれあい散歩が鎌取コミュニティセンターで開催されましたが、朝から強い雨が降り続いていたため、室内での活動です。



貴重なお話をしてくださった
斉藤さん

参加者9名とスタッフを含めた25名は、今回の目的地だった大金沢町の『千手観音堂』について、大金沢在住の斉藤善継さんから説明を受けました。



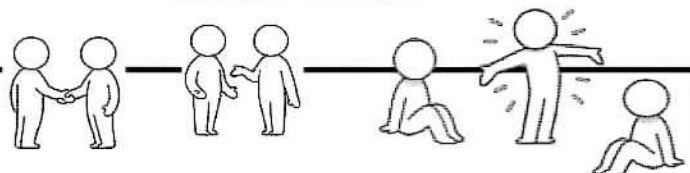
千手観音図



頭を使った後は
シニアリーダー体操！



登録ボランティア大募集！



『ふれあい散歩』、『いきいきサロン』や『子育てサロン』のお手伝いを一緒にやりませんか？
地域のお知り合いも増えますよ。あなたの特技を地域に役立ててみませんか？

子育てサロン **おだしで離乳食** ~うす味でも美味しく~ 主催：こども家庭福祉委員会

7月13日(木)、おゆみ野公民館にて開催されました。16組の親子が参加し、ヘルスメイトさんによる離乳食の試食も行われました。

毎回、おだしを作るのは大変なこと。多めに作ってキューブ状に冷凍すると、使いやすいですよ。

参加された方の感想

- ♪あまり料理したことのない冬瓜のメニューを教えてもらって良かったです。
- ♪だしの取り方の説明がわかりやすかったです。結構しっかり味があり香りが良いことが分かったので、作ってみようと思います。
- ♪今まで市販の蒸しパン用の粉を使っていたがコストがかかるので、自分で作れないかなと思っていました。早速、家で作ってみようと思います。
- ♪子どもがよく食べていて、嬉しくなりました。

熱心に説明を聞いています



冬瓜のそぼろ煮



大人気の蒸しパン



お姉さんと一緒に

9月19日(火)、鎌取コミュニティセンターにて20組の親子43名が参加し開催されました。

今回は、千葉誓学校高校3年生8名の生徒さんが、体験学習で参加されました。初めは緊張していましたが、抱っこしたり、子どもの目線に合わせ寝転がってあやしたりと大活躍でした。

また、保健師さんと栄養士さんが来てくださり、相談に乗っていただいたり、わらべ歌を楽しんだりしました。



お友だちと一緒に



緑保健福祉センターにて
花澤先生を囲んで

8月17日(木) 勉強会

子どもの発達相談や子育て講演会等で活躍されている臨床心理士の花澤佳子先生を招き、勉強会を開きました。

今回のテーマは委員が子育てサロンや各々の活動の中で課題と感じていた「発達障害」。

先生のご経験に照らし実態に沿ったお話を聞くばかりではなく、質問を直接ぶつけることができ、熱気あふれる勉強会となりました。

子ども家庭福祉委員会委員長 湊 律子

子育てサロン **親子で遊ぼうよ** ~身近なものを利用して~ 主催：こども家庭福祉委員会

8月9日(水)、緑保健福祉センターにて開催されました。36度の猛暑の中、親子33組が参加し、小田先生の「今日はママたちが楽しんで行って~」の声でスタートしました。

ビニール袋を丸めたボールで玉入れに挑戦！
パラソルを使って、ママと一緒にそれ~!! 入れ~!



大きな布がフライパンに変身！
ポップコーンみたいに上手にボールがはねるかな？

トイレット
ペーパーの
芯と新聞紙で
作るよ!



『ピュンピュンロケット』

編集後記

盛り沢山の活動を紙面にギュ〜と、詰め込んでみました。(S.E)