



温もりのあるまち

ゆいゆい

おゆみ野!

第49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：篠原 重樹 連絡先：291-9112

今日から夏休み！
暑いけど楽しいよ!!

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

おゆみ野太鼓の演奏で
始まります



令和元年7月13日(土)お楽しみ会が、鎌取コミュニティセンター円形広場で開催されました。参加者83名、スタッフ28名が恒例の流しそうめんやスイカ割りを楽しみました。

今年も参加した皆さんの楽しそうな声があちらこちらで聞こえました。



篠原会長

みんなで太鼓の体験



じょうずに割れたね



どれにしようかな...

準備に忙しいボランティア
委員会の皆さん



お楽しみ会に参加された方の声

☆初参加です。冷たいタオルや飲み物などの心くばり、衛生面の配慮がありがたかったです ー高等部保護者ー

☆普段人混みが苦手な子ですが、このようなイベントは楽しんで参加できています ー中等部保護者ー

おしゃべり会

その時どーする

9月19日(木)おゆみ野公民館で参加者3名、スタッフ8名が災害時に支援を必要とする人、支援する側の人、それぞれの立場での苦労や大変さを語り合いました。

※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。

心も・体も・健やかに！

ふれあい・いきいきサロン

主催：高齢者福祉委員会

6月13日(木) 小堀由希子さんによる「シニアヨガ」 ～参加者 59名・スタッフ 16名

☆三丸委員長の挨拶からスタートし、シニアヨガをたのしみ、季節の歌を歌いました。



シニアヨガは呼吸を大切に無理をしないで行います！

小堀由希子さん



いつも元気でパワフルな参加者の皆さん(*^^)v

スタッフも負けずに頑張ってる？

腹式呼吸を意識しながら・・・



7月11日(木) 緑保健福祉センターの皆さんによる「ちばしいいきいき体操」で健康寿命を延ばしましょう！の紹介と体験 おゆみ野公民館にて ～参加者 43名・スタッフ 17名

センターの方々と参加者の皆さん



まずは受講票の記入と血圧のチェック

体調を確認しましょう！

腕の体操をする参加者の皆さん



*DVDを見ながら行う簡単な体操で、週に1～2回継続して実施することで転びにくい身体づくりに！！



継続は力なり！

頑張ってる(^^)／

9月12日(木) 運動療法士 森谷トレーナーによる「健康運動」

☆緑保健福祉センターの保健師さん・看護師さんに熱中症対策のお話などを伺い、下半身・腕・肩などの「健康運動」を行いました。 ～参加者 69名・スタッフ 15名

*下半身・おしりのストレッチ体操・腕の上げ下げでの五十肩予防・スクワットなど教えていただきました。

運動を楽しむ参加者の皆さんと森谷トレーナー



五十肩とは肩関節の炎症による痛みで腕を上げる運動が効果的・肩を冷やさないことも大切！



子育てサロン

親子で遊ぼうよ



主催：こども家庭福祉委員会

6月14日（金）緑保健福祉センターにて、小田先生の『親子で遊ぼう』が開催されました。参加者29名、スタッフ7名でした。
毎回いろいろな遊びをしますが、大事なことは、「楽しんで」。子どもたちは、ママやパパの笑顔が大好きですから。



ちぎったカラフルな花紙をうちわで扇いで紙吹雪



親子で一緒にからだを動かして



もう一回お願い！

子育てサロン

たくさんの人と関わって育て

主催：こども家庭福祉委員会

7月18日（木）おゆみ野公民館にて照明が点かず、自然光の中で開催しました。親子25名、スタッフ14名でした。



大きくなったね！



お兄さんお姉さんと一緒に

9月17日（火）鎌取コミュニティセンターにて、千葉聾学校の生徒さんも参加して開催されました。親子27名、スタッフ17名でした。

大勢だからできる遊びも



打ち合わせも大事



加された生徒さんの感想

♪赤ちゃんに触れ合うことは、なかなかないので良い経験になりました。
♪それぞれ赤ちゃんの好みが違うので、この子はどんな大人になるんだろうかと、遊びながら思いました。
♪怪我をしないように確認しながら一緒に遊んでみて、母親の苦勞がわかりました。



大丈夫かな？

♪初めは緊張したけど、赤ちゃんやお母さんたちが笑顔で接してくださり、またスタッフの方に教えていただき、落ち着いて触れ合うことができて楽しかったです。
♪とても可愛かったです。また、泣き出した時の対応などお母さんの行動を見て、勉強になりました。

スタッフの勉強会

8月20日（火）緑保健福祉センターにて開催しました。トラウマとセラピー、ストレス、叱り方と褒め方など、多岐にわたりお話を伺いました。参加者16名でした。
社会適応に大事な前頭葉は、30歳頃完成されるそうです。



花澤先生と参加者の皆さん

第1回ボランティア講座

認知症サポーター養成講座

主催:ボランティア委員会

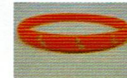
6月19日(水)緑保健福祉センターで『認知症サポーター養成講座』が行われました。当日は参加者26名、スタッフ19名が認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域等で認知症の人や家族に対してできる範囲で手助けができるように学びました。



グループワーク
ゴミ出しの曜日を間違えて出している高齢者がいます。
①どのように声を掛けますか。
②どのように見守ることが望ましいと考えますか。



あんしんケアセンター鎌取 池田所長と園さん



認知症サポーターの オレンジリング



グループで話し合い



皆さんの意見をまとめて発表

ふれあい散歩



秋風に誘われて

主催:ボランティア委員会



今回は全員たつぷりコースを歩きます

9月26日(木)第2回ふれあい散歩がおゆみ野公民館より、参加者25名スタッフ22名が出発しました。今回はおゆみ野駅の近くの椎名神社から聖宝寺、常福寺、刈田子公園、白幡神社を巡りました。



階段だって足どり軽く



説明して下さる山田さん



刈田子公園でひと休み

次回は11月25日(月)おゆみ野公民館より「晩秋のおゆみ野探訪」



登録ボランティア大募集!

おゆみ野地区部会では、行事のお手伝いをして下さる方を探しています。ご連絡をお待ちしております。

090-6002-9643(原口)

編集後記

ふれあい散歩に参加される方は、はつらつとしている。私も頑張らなくては…(MY)