

お知らせ・行事予定

★竹野南地区の防災について考えましょう 第2回

先月出された課題について、みんなで、どう解決していくか、どう対応していくかを考えます。前回参加できなかった方も、ぜひご参加下さい。

日時 10月23日(金) 19時30分～

内容 竹野南地区の課題と、私たちの生活を守るには!
自分でできること、みんなでできること など



★ささえ愛通所サロンボランティア研修

日時 10月5日(月)13時30分～

内容 ボランティア活動のふり返り
情報交換 など

★ささえ愛事業運営推進会議

日時 10月7日(水)15時30分～

内容 令和2年度ささえ愛事業について
竹野南地区の福祉について

★玄さん元気教室

健康まちづくり指導員による体操指導

日時 10月26日(月) 13時30分～

持ち物 タオル・飲み物



★ヨチヨチランド

日時 10月10日(土)10時～

「制作活動」
手形足形とり



★竹野南学園

日時 10月23日(金)13時30分～

参加費 200円

内容 ハロウィン祭



各事業のお問合せ・申込は 竹野南地区コミュニティセンターまで 電話 48-0008

NPO

2020.9.25

わいわいみ・な・み 46号

編集:NPO法人わいわいみ・な・み

豊岡市竹野町森本 984-1 TEL:48-0008(FAX兼用)

ホームページ URL:<http://waiwaiminami.com/>



ささえ愛通所サロン事業 活動報告

秋の遠足に行ってきました！

ささえ愛通所サロンでは、毎年春と秋の2回お出かけをしています。自分で運転できなくなったり、体力が下がってくると遠出をするのがしんどくなり、外出や旅行に行くことが減ってきます。

毎回サロンでお出かけをする時は、皆さん楽しみにしていて「出かけるから、パーマあててきたで～」 「何を着て行こうか迷ったわ～」など身だしなみを気にしたり、お土産買って帰ろうと張り切ったりします。

このような行動や意識は、生活に刺激を持つことが出来る大切なことで、認知症予防にもなります。

しかし、今年はコロナウイルス感染対策のために町外への遠出を控えており、旧三原小学校で行われているカフェ「燦とぴあ」にお出かけになりました。

お土産を買うことはできませんが、旧校舎を懐かしがる方や、初めての方もあり、短時間でしたが楽しく過ごされました。

また、この遠足でサロンの皆さんには、大切な交通手段である「イナカー」の利用促進にも協力していただきました。

それぞれが出来る形で地域の活動に参加するのが、竹野南地区の「みんな仲良く未来に向けて」のスローガンそのもの。

80代90代の方たちの、前向きに地域作りに協力する姿勢が、今の竹野南地区を作ってきたのですね。



「みんな 仲良く 未来に向けて」



日	曜日	10月 活動・事業・センター貸館状況
10月5日	月	ささえ愛通所サロンボランティア研修 13:30～
10月7日	水	ささえ愛事業運営推進会議 15:30～
10月10日	土	ヨチヨチランド 10:00～
10月23日	金	竹野南学園13:30～/竹野南地区の防災・生活を考える 19:30～
10月25日	日	里山の芋ほり(里山の会) 9:30～
10月26日	月	玄さん元気教室 体操指導 13:30～

・毎週月曜日 玄さん元気教室 13:30～

・第2、第4月曜日 ヨガ教室 20:00～

・毎週水曜日 食事サービス 9:00～11:30

・ “ ささえ愛通所サロンわいわいみ・な・み 10:00～15:00

・毎週木曜日 喫茶よつば / わいわいみ・な・み市場 10:00～15:00



地域のつながりの場 ふれあいいきいきサロン

桑野本区「桑野本活性化委員会」の活動の様子

平成23年から始まって今年で10年目になります。

最近では毎朝、フレイル予防もかねて筋力低下を防ぎ、体力作りをし、社会参加を目的に子供たちと夏休みのラジオ体操を行っています。

他にも区と協力して「玄さん体操」や「ほたる鑑賞会」「もちより居酒屋」「そば会」などの区民の交流活動をしています。お世話役さんたちに、伺いました。

Q 自慢や、ええところは、何ですか？

A いろいろしているが、特に「もちより居酒屋」では年代関係なく男性が多く集まり、いろいろな話ができます。そんな会話から次の新しいアイデアが出てくるから、楽しい。



参加してラジオ体操カードにハンコを押します

里の秋 風景

コスモスが満開

大森区の田んぼでは、大森・須野谷集落協定として、農の適切な管理や鹿などの獣害対策も行いながら、景観作物の作付も行われています。

作付田では、8月後半頃からかわいいピンク色のコスモスの花が咲き、朝夕少し涼しくなった風にゆられています。



ささえ愛生活支援サービス

開始から2か月 訪問事業の報告

7月より豊岡市の委託を受けて「ささえ愛生活支援サービス」が始まりました。「介護を受けるほどではないが、家事を少し手伝ってほしい…」そんな方への、お手伝いとして始めたサービスで、現在数名の方が、それぞれに必要な支援を受けておられます。

例えば

- ・ 一人暮らしの方が元気で過ごしておられるか安否確認の訪問
- ・ 食事作りが、しにくくなってきた。栄養の片寄りが心配だ等のため、配食のサービス(お昼のお弁当を、安否確認を兼ねて届ける)
- ・ 男性の一人暮らしで、家事が少し苦手なので、掃除を手伝ってほしい
- ・ 子ども達も帰省の時には買い物をしてくれるが、必要な買い物をしてくれると助かるという方への買い物代行

いつまでも、元気で過ごすために無理をしすぎないことも大切です。訪問するスタッフも、同じ南地区で顔見知りなので気さくに話ができます。

また、訪問の途中でご近所さんから「最近動きにくくて…」とか「お風呂に入るのが…」「家族が病気で、不安…」などの相談を受けます。

訪問に係るスタッフや事務局の職員は、介護制度などに詳しいので、気になることは遠慮なく聞いてください。

また、各相談に合わせて専門機関とも連携して、皆さんの生活や不安に寄り添います。

生活の事や、離れた親御さんの介護など、どんなことでも気になったら、わいわいみ・な・みに気軽に相談してください。



会話しながら和やかに、掃除中

お知らせ

「パン工房ハピネス」 出来ました！

わいわいみ・な・み市場にも出品している坊岡区の宇都出さんの新しいパン工房ができました。毎週市場では、パンを目当てに買い物に来られる方も多く、楽しみにしており今回取材させていただきました。

Q 今後地域の中で工房は、どう活動していきますか？

A 『工房の名前は「ハピネス」で、小さな幸せという意味で、パンを食べて少し幸せを感じてもらえるといいなあと、思い名付けました。南地区の皆さんに喜んでもらいたいです。』

わいわいみ・な・み市場以外でパンが必要な方は相談を受けてもらえるので、ハピネスさんに直接相談してください。

お問合せ先は パン工房ハピネス(宇都出) 48-0156

