

社協ふれあい情報 5月号

発行：王滝村社会福祉協議会

令和7年5月1日発行

Tel：48-2008

Fax：48-3033

Mail：ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

開花を心待ちにしていた桜の花も、あっという間に葉をのぞかせ、季節の移ろいの早さに驚かされます。この時期毎年なのですが、朝晩急激に気温が上昇します。体調管理には、十分お気を付けください。村のあちこちで桃の花も一斉に咲き、とてもきれいです。畑作業の息抜きにはぜひ花を眺めて、のんびり作業に当たしましょう。手間暇かけて作った王滝の野菜の味は、買ってくるものとはやっぱりどこか一味違う気がします。

今年は、何を植えようかな。収穫がとても楽しみです。



いきいきサロン ～小さな春見つけ！～

4月14日（月）

新年度初めのサロンはお花見です。少し風が強い日で、花見には少し早いかなという印象でしたが、村内をぐるっとひとめぐりしました。二子持の出口さん宅では、梅の花がきれいに咲いていました。珍しい白いムスカリもあり、横の水場には水芭蕉が顔をのぞかせていました。道中、レンギョウや水仙も多くのお宅の庭先で春を伝えてくれています。昼食先の食事処庵では、カタクリやクリスマスローズなどたくさんのきれいな花が見られ、みなさん感動されている様子でした。今回は村の脳元気教室と合同での外出企画で、気心の知れた者同士、食事を前に話も弾みます。食事には、つくしや踏みそ、にんじん葉など季節ならではの素材が使われていて、思わずレシピなど伺ってしまいました。お腹いっぱいおいしくいただきました。



デイサービス ～きれいに咲いたなあ～ 4月21日（月）・22日（火）



こここのところのぽかぽか陽気で、牧尾ダム堰堤の桜が見頃を迎えました。この日は天気にも恵まれ、屋外ですごしてもぽかぽかです。青空の下で、外の空気に触れ、きれいな桜を眺め、おやつを食べて…。普段は、あまり外で過ごされることが少ないので、なんとなく気分が変わって、心もぽかぽかになったのではないのでしょうか。四季のうつろいを肌で感じることは、きっとみなさんにとっても楽しみの一つではないのでしょうか。これからも元気にお過ごしただいて、来年の桜もみんなと一緒に見たいですね。

お知らせ

一介護教室のご案内

介護教室を下記の通り開催します。

- 日時 5月27日（火）
午後1時30分～3時頃
- 場所 保健センター
- 内容「睡眠セミナー～良い睡眠とは～」

どなたでも参加できます。送迎が必要な方は、社協までご連絡ください。
詳しくは、社協48-2008（田近・北村）まで

ごたくらぶ参加者募集中！

～男衆もワイワイ、楽しんでます！～



月回の活動です。楽しい時間を一緒に過ごしましょう！

（内 容） 軽スポーツ・調理実習・趣味・特技などの経験を活かした活動、日帰り旅行など
（対象者） 70歳以上の男性

5月～6月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 弁護士 池内好史先生	2	3 (憲法記念日)
4 (みどりの日)	5 (こどもの日)	6 (振替休日)	7	8 無料法律 相談 10:00～3:00	9	10
日帰り旅行対象の方には、 別途ご案内します。						
11	12 障がい者ふれ あい交流会& ひとり暮らし よらまい会 9:30～16:00	13	14 講師は 勝野先生です。	15 ごたくらぶ 1:30～3:30	16 軽スポーツを 楽しもう！	17
18	19 どんぐり 広場 10:00～11:30	20 自由遊びを します。	21 元気づくり 教室 10:00～11:30	22	23 お楽しみ 弁当 福寿草グループ	24
25	26 いきいき サロン 10:00～3:30	27 介護教室 1:30～3:00	28	29	30	31
6/1	6/2 調理実習を します。	6/3	6/4 元気づくり 教室 10:00～11:30	6/5	6/6	6/7

※ 5月5日（月）・6日（火）はデイサービスと訪問、毎週土曜日は訪問サービスのみ営業。配食、移送サービス等は平日のみ営業となります。

ボランティアコーナー

ご報告

「つくり隊」と「配食ボランティア」さん 前年を振り返り アンケートで反省会！

お楽しみ弁当の“つくり隊”と“配食ボランティア”の前年度の振り返りとして、ボランティア活動を行っていく中で気になったことや要望などをお聞かせいただくアンケートを実施しました。貴重なご意見をたくさん頂き、ありがとうございます。いただいたご意見は、これからの活動に生かして参ります。今年度もよろしくお願いします。

いただいたご意見(一部ご紹介)

配食ボランティア



○配食サービスを利用される方が増えていて、来られる回数が少ない方も、とても助かっています。高齢のボランティアさんも、いつもありがとうございます。

- ・今年度は雪も多く、配るときは必ず悪天候に当たりました。道路状況が悪い場所は不安にないましたが、職員の方が替わりに届けて下さい、大変助かりました。
- ・できる範囲で、これからも続けていきたいと思えます。
- ・活動する方も高齢にない、だんだん減ってくるのが気になります。

○ふれあい、安否確認も…

- ・配食は安否確認もできるし、いいですね。
- ・皆さん、元気でいてくれてうれしいです。
- ・「あいごと」「御苦労様」など、当たり前の言葉ですが、配る時に声を掛けられると、嬉しいですし、やる気を起こさせてくれます。
- ・今日は弁当の日だった？と忘れていた方もいますが、あいごとの声はうれしいですね。
- ・いつもあいごとと言ってくれます。うれしいやう気をつかせているのかな？なんて思えます。



お楽しみ弁当 つくり隊ボランティア



調理

- ・人数にあった献立で、いつも時間には間に合います。
- ・調理するのに5人は必要だと思います。
- ・ひのき班の人数が多くなれば良いが…。

○メンバーの少ないグループもあり、新しい「つくり隊メンバー」を募集しています!!
女性だけでなく、男性の方も活躍されています。ぜひお力をお貸しください。

メニュー

- ・家でも作ってみたい献立で、良いと思う。(考えるのは大変でしょうが…)
- ・良く考えていると思う。

用具など

- ・アルミ箔の容器は電子レンジ対応ではないので、紙やプラの容器にした方が良くと思います。



盛りだくさんのお弁当。
とてもおいしそうぞ。

活動紹介

広げよう！つなげよう！

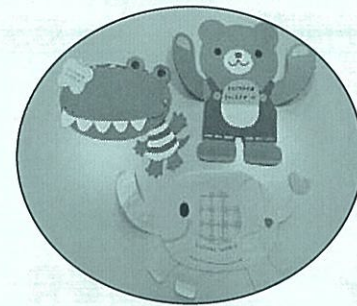
地域支え合い活動紹介③0

王滝村では、社協でメニュー登録され活動しているボランティアさんはもちろん、地域のために自主的な支え合い活動を行っている方も大勢いらっしゃいます。地域のみなさんの活動の中から一部をご紹介します。

☆登録ボランティア サービスお助け隊

サービスお助け隊は、おやつ作り、手芸、演芸、工作、音楽、話し相手など、自分の特技や趣味を生かして、社協の事業にご協力いただく活動で、現在18名の方が活動されています。

未就園児を対象にしたどんぐり広場事業では、参加者で作る出席カードのお手本として、かわいいデザインのカードを作っています。また、デイサービスのレクリエーションとして、ハーモニカ演奏、的あてゲームや風船バレー、紙芝居の上演などを企画して、お年寄りを楽しませて下さる方もいます。みなさん、自分のできることを楽しみながら活動いただいております。



デイサービスで
ハーモニカ演奏
を披露！

どんぐり広場のために、
毎年、かわいいカードを
作ってくれます。



的あてゲーム。デイ
サービスのお年寄り
も笑顔で楽しんで
います。

県内の活動紹介



みんなでほっこり集いの場 『相之島ふれあいサロン』(須坂市)

須坂市の相之島地区には、秋から春の第3月曜日に開催される「相之島ふれあいサロン」があり、お茶飲みやおしゃべりはもちろん、保健指導員さんが血圧を測ってくれたり、脳トレや口腔トレーニングなどを楽しみながら行っている地区サロンです。

12月のクリスマス会では、区長さんから「皆さんの“気づき”の声が、暮らしを良くする。みんなが知り合いだからこそできること」という温かいあいさつがあり、サンタさんからプレゼントが配られました。

平成19年からサロンの代表を務めている方は、退職してから、自分の経験を生かして相之島でみんなで一緒に暮らしていきたい、地域のために何かしたいとサロンの代表になったそうで、「住民の皆さんや地域の企業、須坂市社協にお世話になってできている。今では自分のためにもなっている」と話します。笑顔と優しさがあふれ、人と人との温かさを感じられるサロンです。(福祉だより信州 2025/4月号より)