

社協ふれあい情報 2月号

令和8年2月1日発行
Tel: 48-2008
Fax: 48-3033
Mail: ot.shakyo@po.kiso.ne.jp

発行: 王滝村社会福祉協議会 <http://o-shakyo.sunnyday.jp>



今年は、いつもより寒さが身にしみます。こんな季節は、おこたでミカンを食べ、のんびりが一番!ですが、暖房器具を使う冬は、汗をかいていないと感じていても水分不足になりがちです。のどが渇かなくても、意識をして定期的な水分補給を心掛けましょう。冬は外出も減り、どうしても運動不足になりがちです。血流も悪くなるので、生姜などで中から体を温めたり、湯舟にじっくり浸かりしっかり温まる、みかんなどのビタミンCを摂ることで免疫力をあげるなどの工夫をして過ごしたいものです。

空気がとても乾燥しております。薪ストーブや灯油のストーブなどを使われるお宅では、火の元に十分ご注意ください。

ひとり暮らしよらまい会 ~思い出話に花が咲きました~

今回は新年会で、かるた取りを楽しみました。取り上げたカードについて、みなさんの思い出をお伺いしながら進みます。子どもの頃は、「こうだった、あーだった。懐かしいなあ…」と、しみじみ感じられたご様子。久しぶりに顔を合わせる人もいれば、「昨日は…」と会話する皆さんも。年明けも、みなさんお元気です。お正月は、それぞれご家族が来られたようで、そんな話をしながら盛り上がります。昼食交流では、「ひとりじゃつまらんけど、みんなで食べると旨いな!」「ほんとだよ。」という、声が聞こえてきました。冬はどうしても外出の機会も減るので、また、皆で集まれる集まれる場が必要ですね。

1月26日(月)



いきいきサロン ~午飾り作り~ 1月29日(木)

今回は、南木曾町の花馬飾りをイメージして午の干支をモチーフにした壁飾り作りをしました。カラフルな色使いで、新春らしい飾りができました。1人1人違って、どの飾りも素敵です。お家のどこに飾るか、考える楽しみもありますね。午後は、以前から作っていた踏み台がようやく完成しました。自分の足元で使えるようにと、好みの柄で作ったので、使うのもまた楽しみです。



令和7年度赤い羽根共同募金報告

- 募金総額 424,196円
- 戸別募金 204世帯 346,908円
 - 法人募金 14団体 67,000円
 - 街頭募金 6,488円
 - 職域募金 3,800円

今回も、多くの皆さまのご協力をいただき、ありがとうございます。お預かりした募金は、福祉活動に有効に活用させていただきます。

王滝村共同募金委員会



75歳以上の皆さまへ

会食会のご案内

75歳以上の皆さまを対象に、日頃の感謝の気持ちを込めて、会食会にご招待させていただきます。みなさん、お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

- 日時 2月21日(土) 午前11:00~12:45
- 会場 保健福祉センター
- 内容 レク、演芸、お食事
- 参加費 300円

※対象の方には、別途ご案内いたします。



< 昨年の会食会のようす >



2月~3月初旬の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 節分	4 立春	5	6	7
8	9	10	11 建国記念の日	12	12日(木) ごたくらぶ 1:30~3:30 なつかしい写真で昔を思い出そう! 暮らし何でも相談 1:00~4:00 相談員 民生委員さん	
15	16	17 講師は梅戸先生です	18 元気づくり教室 10:00~11:30	19 雨水 どんぐり広場 10:00~11:30	20 自由遊びをします。	21 会食会 11:00~12:45
22	23 天皇誕生日	24	25 踏み台作りの続きをします	26 いきいきサロン 10:00~3:30	27 お楽しみ弁当 ひのきグループ	28
3/1	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7

11(水)・23日(月)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しています。



ボランティアコーナー



広げよう！つなげよう！ 地域支え合い活動紹介

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。

☆地域支え合い活動

中越サロン (12/9)

中越サロンは、年に1回、地区のお年寄りや若い世代が集まって交流する会で、中越区の有志の方々が自主的に企画・運営されている地区サロンです。

今回は、村の栄養士さんのお話を聞いたり、かるた取りを楽しんだり、澤田さんに懐かしい映像を紹介してもらい、むかし話で盛り上がりました。お昼には、常八で作ってもらったお弁当を、みなさん美味しそうに召し上がっていました。地区の大切な交流の場として、これからも続けていきたいです。(地区サロンの運営には、村民の皆様からの共同募金を活用させていただいています。)



☆登録ボランティア

食の会 ~ひとり暮らしよろまい会で 昼食作り (1/26)

王滝食の会では、地域での食に関するイベントへの協力や、若い世代への郷土食の伝承活動を行っています。

今回は、ひとり暮らしのみなさんの新年交流会にご協力いただきました。鶏肉のトマトシチューやきのこのおろし合え、自家製のすんきパンなど、たくさんの美味しい料理を作ってくださいました。皆さんもとても喜んでくださいました。いつもご協力ありがとうございます。



募集コーナー

～みなさんのご協力をお願いします～



「会食会」のボランティアさん 募集します！

社協では、毎年75歳以上のみなさんをお招きし、お食事や演芸、レクリエーションを楽しんでいただく“会食会”を開催しており、今年度も参加されるみなさんのためにお食事を用意する予定です。そこで、

お弁当づくりなどでお手伝いしていただける ボランティアさんを募集しています。

- ◆ 開催日時：2月21日(土) 午前11時～
- ◆ 場 所：保健福祉センター
- ◆ 内 容：調理のお手伝い

(当日8時30分頃～、前日(20日)午後2時頃～)、
演芸・レクの出演、補助など

お手伝いいただける方は、お手数ですが2月13日(金)までに社協までご連絡ください。

社協：※※48-2008 (担当：栗原)

2月27日(金) お楽しみ弁当のお手伝いを募集しています。(午前8:30~11:30頃)

今回のつくい隊のひのき班は、メンバーが少ないため、たくさんの方のお手伝いが必要です。

ご協力いただける方は、社協までご連絡ください。(担当/栗原)



配食ボランティアさんを募集しています。

お年寄りや障がいを持たれた方に、お弁当をお届けします。

お弁当のお届けは、月曜日から金曜日の毎日(お昼11時頃～/夕食16時頃～)ボランティアをしてくださる方のご都合に合わせて月ごとに予定を組み、事前に活動表をお渡ししています。

ぜひ、みなさんのお力をお貸しください。(担当/梶原)

