

ふれあいタウン

南部シルバーエリア



迎春

秋田県心身障害者コロニー
利用者製作



主な内容

- エリアの元気レポート
- エリア行事スケジュール
- 知ってお得なエリア情報

「去年今年
ぞことし

貫く棒の

如きもの」

虚子

おめでとうございます。二〇〇二年の
幕開けです。

今年は、午(うま)年。エリアもますます
飛躍し、元気に走り続けます。

平成十四年

エリアの 元気リポート



すてきな音色をありがとうございました。



SEIREI HIGH SCHOOL
HANDBELL CHOIR

11月3日・4日

秋の祭典2001



今年、音楽が中心となった賑やかな祭典となりました。

初日は、聖霊高校ハンドベルクワイワによるハンドベル演奏と大森太鼓を披露、二日目は展示即売会、人形劇、横手吹奏楽団による演奏会が行われました。ハンドベルの演奏では、美しい音色を響かせ観客の心を安らげてくれました。聖霊高校は、昨年の夏ハンガリーで初の海外公演を行いました。

大森太鼓は、一変して激しいばちさばち、小学生から中学生までが力強い演奏を披露してくれました。また展示即売会は大盛況で、野菜や縫製品、陶芸、木工製品、フリーマーケットなど、また季節がらりんごや柿などの果物を買求めるお客さんでごった返していました。



盛況だったフリーマーケット

11月9日 ホームヘルパー養成研修 (二級課程) 閉講式



9月11日から31日間(130時間)行われたヘルパー研修がこの日、全日程を終了しました。式には、管理者、横手技術専門校長などが参加。受講生(31名)は管理者より、修了証明書を授与され感激の様子でした。

管理者からは、「エリアで学んだことを十分に活かし、ホームヘルパーとして地域福祉の担い手となるよう活躍していただきたい。」と激励のあいさつがありました。受講生は緊張した面持ちで、自分の取得した資格の重要さを感じていたようです。

これからのみなさんの活躍を期待します。

11月20日

ふれあい楽しみ会

入居者と町内の保育園児によるお楽しみ会が開かれました。

町内三保育所から二〇〇名の園児が集まり、入居者と楽しいゲーム(魚つりをしよう、うきうきクッキング、ドドンと鬼たいじ、などをしました。うきうきクッキングでは材料が書かれた絵を拾い、鍋の中に入れ、料理を完成させるゲーム。園児と入居者は、材料探しに夢中になり、どれを入れようか迷っていました。園児からの、「がんばれ！がんばれ！」の声援におじいちゃん、おばあちゃんは大ハッスル。入居者は、園児らと楽しいひとときを過ごしました。



生き生き学園・移動講座 10月24日

山も赤や黄色に染まって、美しくお化粧をしている山内村に出かけました。散策コース(大松川ダム・南郷温泉の薬草園)と木工コース(ウッディ山内・大松川ダム)の2班に分かれ、深まり行く秋を思いっきり満喫してきました。

大松川ダムの山々の紅葉はちょうど見頃で、参加者はダムをバックに写真撮影、また周辺を散策しながら、ダムの湖面に映る紅葉に感激していました。ウッディ山内での木工体験では、鉢植え台を制作。杉の丸太を利用しているので重量があり、汗をかきながら完成させました。昼食は、芋の子汁と山内そば。芋の子汁は味が良いと大評判、山内そばは、コシがあっておいしいと参加者は大満足でした。



ある一日♪
森の中

9月12日 エリア敬老会



今までは、エリア全体で敬老会を行っていましたが、今年は各施設で、独自の楽しい企画で敬老会が開かれました。

経費老人ホームでは、ピンゴゲーム、シルバークアセーターではスペシャルゲストとして、西城秀吉が登場。ヤングマンを熱唱しました。また、各施設では相撲甚句の発表会が行われ、入居者は力強いこぶしの効いた甚句に、耳を傾けていました。料理も入居者の好きなものばかり。お酒も出てほろ酔いかけんでした。

9月27日 第十四回

南部シルバーエリア杯ゲートボール大会

秋晴れのこの日、県南各地と本荘由利・秋田南から五十チーム、総勢三三〇名が参加してゲートボール大会が開催されました。大会には、今夏に開催したワールドゲームズに出場のスマイルチームが参加、大会を盛り上げるチーム白熱したプレーとなりました。参加者全員、練習の成果を存分に発揮し、力いっぱいがんばっていました。エリアチームは健闘をなしく入賞ならず、うーん残念。結果は次のとおりです。

- 優勝 スマイル(秋田市)
- 準優勝 球友会(大曲市)
- 第三位 横手赤坂(横手市)
- 敢闘賞 壮寿会(大森町)



第5回 生き生き学園・教室紹介

料理教室 (月一回)

講師 鈴木 陽子さん・遠藤光智子さん
富谷 俊信さん・小松 一萬さん

生き生き学園の中で、特に人気のある教室。お菓子から、時節にあった料理、西洋料理や漬け物まで。ありとあらゆる料理を作ります。ただ作るだけでなく、栄養のバランス面も学びます。

この日の教室は、鈴木陽子さんによる正月料理、そして電気釜で作るケーキの二種類。教室の受講生は熱心にメモを取りながら、耳を傾けていました。作ったあとは、お楽しみの試食会。自分で作った料理に満足しながら、「おせち料理にチャレンジしてみようかしら？」の声も聞かれました。

※曜日は不定ですので、電話でご確認の上、ご参加下さい。



冬



1月

新春お楽しみ会



2月雪祭り

ミニかまぐらのお祭りや
おもしろいゲームがいっぱい!



アの



3月生き生き学園閉講式

生き生き学園行事予定表

■創作活動コース

教室	曜日	場所
木工	毎月第1水曜日(4~9月)10:00~ 毎月第1木曜日(10~3月)10:00~	創作館木工室
陶芸(一般)	毎月第2金曜日 10:00~	創作館陶芸室
陶芸(初心者)	毎月第4火曜日 10:00~	創作館陶芸室
切り絵	毎月第3木曜日 10:00~	ボランティアルーム
料理	不定日 9:30~	創作館食品加工室
民芸	不定日 9:30~	研修室

■健康づくりコース

教室	曜日	場所
レクリエーションスポーツ	不定日 13:00~	生きがい交流広場
ゲートボール	毎月第2月曜日 10:00~	屋内運動広場
水泳	不定日 10:30~	屋内温水プール
太極拳	毎月第3木曜日 13:30~	屋内運動広場
卓球	毎月第3火曜日 13:30~	屋内運動広場

■趣味活動コース

教室	曜日	場所
華道	毎月第3水曜日 13:30~	養護老人ホーム食堂
お茶会	毎月第4月曜日(4~11月)13:30~ 毎月第4月曜日(12~3月)13:00~	視聴覚室
踊り	毎月第4火曜日(4~11月)13:30~ 毎月第4火曜日(12~3月)13:00~	視聴覚室
書道	毎月第4金曜日 10:00~	養護老人ホーム食堂
踊り	毎月第3金曜日 13:30~	研修室
コーラス	毎月第4木曜日 10:30~	シルバーケアセンター

■講座・講演コース

語りを聞く会	年5回 13:30~	視聴覚室
健康の話を聞く会	年4回 13:30~	視聴覚室

■特別講座コース

心の歌謡(通う)会	年3回 10:00~	視聴覚室
-----------	------------	------

水泳教室
開始



5月

生き生き学園閉講式



生き生き学園閉講式

生き生き学園生徒大募集!

だれでも、いつでも各教室に無料で参加することができます。
(※一部、材料代等頂く場合があります)
魅力ある全20教室、さあ、参加してみませんか?

11月 秋の祭典



活き活き学園で製作・練習・稽古の発表の場です。

12月 チャレンジ



9月 ホームヘルパー 養成研修

平成13年度ホームヘルパー養成研修



8月 夏祭り



奇抜な職員余興、演芸、
おいしい屋台がたくさんです。

チャレンジ・ガ・夏



親子で陶芸・料理・木工などの
創作教室に楽しく参加

7月

高校生福祉セミナー



年間スケジュール

エリア雪祭り 2002のお知らせ

毎年、寒～い冬にホットな気分にしてくれるお祭りです。家族そろってエリアに集合！

みんな、遊びに来てね！

日時 平成14年2月9日(土曜日)
午前10時から

内容 雪を使った楽しいゲーム
室内ゲーム
ミニかまくらの灯火
屋台・でみせ

☎(0182)26-3880
コミュニティセンター企画指導課



あなたの作品、 展示してみませんか？

ミニミニギャラリーに展示する作品を募集しています。縦二・七m、横九mの小さなスペースの壁面ですが、趣味として作り上げた作品で、皆さんに生きがいと元気を分けてあげてください。

- ☆対象作品 アマチュアの方の作品
- ☆展示期間 約一ヶ月
- ☆展示料金 無料
- ☆その他 応募者多数の場合は、当方で調整させていただきます。

申込み・問い合わせは
エリア企画指導課・担当大友まで
☎(0182)26-3880



ミニミニギャラリー 展示予定

絵画展 (1月8日～2月5日)

小松脩一さんの油絵展です。県展や河北展などで多数入選されています。湯沢市出身

手芸展 (2月14日～3月14日)

雄物川町の深谷さんによる、手芸展です。フランス人形やごてんまりなど、いろんな作品があります。見ていて楽しいです。

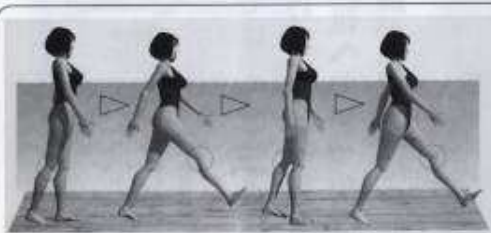
写真展 (3月19日～4月19日)

横手市の神尾きぬさんの美しく撮影された、写真です。



水中運動のススメ

「水中ウォーキング」
(小西薫監修)ルーベル出版より参照



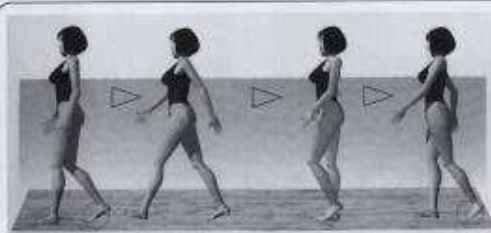
②ニーストレート・ウォーク

(膝をのびして歩く)

ポイント(1) 膝関節に障害のある方に良い歩き方です。

ポイント(2) 肩の力を抜いて歩きましょう。

ポイント(3) 筋肉の緊張を伴う歩き方なので、二〜三分歩いたら、足首を振るうようにして二〜三分歩き、緊張をほぐすようにしましょう。



①バック・ウォーク

(後ろに歩く)

ポイント(1) 肩の力を抜きましょう。

ポイント(2) 両腕は水の中に入れ、体のバランスを取るよう動かします。

ポイント(3) 腰痛の予防・改善のために適しています。

ポイント(4) 後ろに障害物がないか確かめてから歩きましょう。

まずは、水の中に入りましょう。水の中には、「浮力」があります。この「浮力」は、私達の体重を軽くしてくれます。これにより、腰・膝等、関節への負担が軽減されます。また、「水圧」がからだ全体にかかり、末端の血管より血液を心臓に戻してくれるのです。

このような環境の中で運動しない手はありません。それでは、水の中でできる歩き方を紹介しましょう。



水泳教室のお知らせ

第6期・第7期教室の募集

開催期間

第6期 1/9(木)~2/8(金)
第7期 2/13(水)~3/15(金)

開催内容

幼児 水曜日か金曜日 午後3時~4時 各30名
[水慣れから各種泳法まで]
幼児・小学生 木曜日 午後4時~5時 30名
[水慣れから各種泳法まで]
小学生 水曜日か金曜日 午後4時30分~5時30分 各60名
[キックから個人メドレーまで]
一般 水曜日か金曜日 午後2時~3時 各15名
[初心者から各種泳法まで]
木曜日 午前10時30分~11時30分 20名
[歩く事を中心とした健康づくり]

受講料 幼児・小学生 1,100円
一般 2,650円

プールレクリエーション大会開催

日時 平成14年3月の下旬
午前10時30分~
場所 エリア屋内温水プール
内容 ゲーム大会



※昨年の例だと
定員 50名
参加費 600円
豪華賞品もあるよ!

参加希望の方、お問い合わせは
屋内温水プール受付
または電話にて、
☎(0182)26-3880

ふれあいセンターから お知らせ

1月~3月の
行事予定

1月

4日(金) 新春書き初め大会
10日(木)~11日(金)
ふれあいゲートボール大会
12日(土) 新春全町将棋大会
13日(日) 第18回ちびっこ綱引き大会及び
なわとび大会



2月

2日(土) ふれあいビデオ鑑賞会
9日(土) 冬のバンパービリヤード大会
円形卓球大会
16日(土) ふれあいビデオ鑑賞会



3月

21日(木) 第39回大森町子ども会
リーダー養成講習会



参加したい方、お問い合わせは
子どもと老人のふれあいセンターへ
☎(0182)26-3520

福祉を体験してみませんか？

当エリアでは、中学生・高校生を対象にした福祉セミナーの申込みを受け付けています。福祉への理解と関心をもってもらい、また福祉へのきっかけづくりの場として企画しました。エリアの職員が皆さんにやさしく指導します。

主な内容は、

- ① 高齢者疑似体験（体験セットの装着で、日常生活の不自由さを学ぶことができます。）
- ② 車椅子操作体験（坂道や段差のある所での操作で、車椅子の人の不自由さを体験できます。）
- ③ 簡単な介護技術体験（ベッドでの体位交換や介助方法などを学ぶことができます。）

一日一団体、受講は無料です。要予約で、火曜日から金曜日の平日に受け付けています。ただし、行事等の場合があり、エリア福祉セミナー担当と相談のうえ、決定させていただきます。

お申込みは、

☎(0182)26-3880

エリア企画指導課へ



編集後記

「ちょボラ」と言う言葉を知っていますか？「ちょっとボランティア」の略語だそう。わずかな時間でも、自分に関心のあること、興味のあることを人の為にしてみようということ、例えば、車椅子らしくマップを作成したり、高齢者と一緒に買い物に行ったり…。ボランティアと聞くと堅苦しく、何かをしてあげなければいけないというイメージがある。そんなことはない。自分で、できることから始めればいいのだから。当エリアでもそんなきっかけづくりの場を企画した。それが、「福祉を体験してみませんか？」。高齢者疑似体験や車椅子の操作方法、簡単な介護技術。なみは簡単、でも役立つ事がいっぱい。ここで、ちょっと学んで福祉のドアを開いてみませんか？そこから、いろいろな事が見えてくるかも知れません。

(K・S)



釜ヶ台中学校(仁賀保町)福祉講座