

あなたの生きがいと元気を応援する情報誌

南部シルバーエリア

平成15年9月30日発行

vol.39

ふれあいタウン

エリア
夏まつり



横手城南高校
YOSAKOIソーラン節愛好会のみなさん



なつメロの会・地域の皆さんによる大森音頭

もくじ

CONTENTS

- 夏まつり2003……………②
- チャレンジ・ザ・夏……………③
- 教職員10年経験者選択研修……………④
- 福祉セミナー・インターンシップ……………⑤
- エリアの元気レポート……………⑥
- エリア情報……………⑦
- エリアPR ほか……………⑧

白寿園20周年
エリア15周年

夏祭り 2003

今年の夏祭りは「白寿園二十周年」「エリア十五周年」の記念すべき年を迎えて開催されました。

夏祭りは入居者・職員による「花笠音頭」で幕を開け、横手城南高校、YOSAKOIソーラン愛好会の皆さんによる活気溢れる「YOSAKOIソーラン踊り」。青森から駆けつけてくれた芸人さんの「漫芸と迫力ある歌」で会場は大変盛り上がりしました。

また、地域の皆さんの協力で、さまざまな出店が並んだほか、夏祭りの雰囲気盛り上げるユカタ姿のお客さんも多く見受けられました。

祭りの最後はたくさんの方々の町民の方々による、恒例の「大森音頭」で幕を閉じました。

事故防止と会場整理に協力して戴いた地域消防、交通指導隊の皆さん、さらにボランティアとして活動してくれた城南高校の皆さん、ありがとうございました。



チャレンジ・ザ・夏

Summer



陶芸



毎年、エリアで実施している「チャレンジ・ザ・夏」、今年も県南地域の小中学校66校から464名の親子の参加を得て実施しました。

ロケット教室では、秋田県児童会館職員を講師にエタノールと入浴剤(バブ)を利用したロケット作りに挑戦。参加者の感想から、身近な科学が楽しく学べた、ロケットが飛ぶ瞬間ドキッとしましたなどの声がありました。

陶芸は毎回参加者の多い教室です。皆さん焼き上がりを楽しみにしていました。

豆腐作り教室に参加した方からは、「豆腐は買ってくるものだとばかり思っていました。意外と簡単に作ることができました。」などの声がありました。

この他、つる細工、アートフラワー、ステンシル等の教室に多くの参加がありました。次回も皆さん楽しんでもらえる教室を企画します。



ステンシル



アートフラワー

つる



ロケット



豆腐

教職員10年経験者 選択研修

小・中学校の先生方が、
エリアの機能と福祉への関心を深めるため
研修にやって来ました。
入居者との交流や支援活動を体験しました。
研修を終えての感想を紹介します。



仙北町立北小学校 伊藤 範子

「高齢化社会」という言葉を耳にして
久しくなりますが、今回、南部シルバー
エリアで研修をさせていた。たくさん機会に
恵まれ、改めて福祉、ボランティア活動
の大切さを実感しました。

さまざまな施設で体験活動をさせて
いただきましたが、どこでも、お年よ
りの方々が実に生き生きとしていらつ
しやる姿が印象的でした。そこにはい
つも、安心して過ごせるあたたかい雰
囲気、細かいところまで行き届いた配
慮が感じられ、学ぶべきところがたく
さんありました。根底にあるのは、人
と人とのふれ合い、思いやりの心であ
ることを強く感じました。

また、いろいろな催しがあり、地域
に開かれた交流の場にもなっていて、
世代を超えてふれ合うことができるこ
とは、子どもたちにとっても福祉、ボ
ランティアに対する関心を深める貴重
な機会になると思います。たくさんの方
人とふれ合う中で、思いやりの心や人
の役に立つ喜びを学ぶことができたら
すてきなことだと思います。

三日間と
いう短い間
でしたが、
充実した貴
重な経験を
させていた
だきました。
本当にあり
がとうござ
いました。

駒形小学校 吉田 多美子

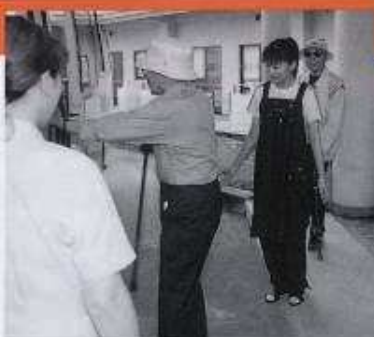


シルバーエリ
アって、どんな所
なんだろう？？
学校に子ども向
けの企画の案内
が届く度に疑問
に思っていたの
ですが、研修を
受けさせていた
だき、「南部シル
バーエリアは、老

いも若きも楽しく集い、楽しく学ぶこと
のできる施設」という印象を持ちました。
長寿世界一の日本ですが、最後まで
充実した人生を過ごしたいというのは
全ての人の願いであると思います。エ
リア内の施設に入居しておられる方ば
かりでなく、県南の広い地区からおじ
いちゃん、おばあちゃん方が集まり、
自分のやってみたいことに挑戦したり、
好きな活動を楽しんだりしている姿を
拝見し、生きがいを持ち、そして様々
な人と関わって暮らすというのは、と
ても大切なことなんだなあと強く感じ
ました。また、利用者の皆さんを人生
の大先輩として尊重し、温かく接して
いらつしやる職員の皆様の姿も、とて
も心に残りました。

ここで得られたことを少しずつでも
子どもたちに還元し、いずれやって来
る超高齢化社会を温かく担ってゆける
人間に育てていきたいと思えます。
二日間、大変お世話になりました。
どうもありがとうございました。

西仙北町立東中学校 広瀬 尚子



南部シルバーエリアで三日間、有意
義な研修をさせていただきました。
印象に残ったこと、それは「三つの
明るさ」です。一つ目はこの施設そ
のものです。明るく開放的で、子ども
から高齢者まで気軽に利用できるとこ
ろがとても魅力的です。

二つ目は施設を利用されている方々
の明るく生き生きとした姿。様々な趣
味活動や健康づくりの教室に積極的に
参加し、心から楽しんでいる様子が伝
わってきました。生きがいをもってい
るからこそ、お腹の底から笑ったり、
明るく過ごせるのではないかと感じま
した。

そして三つ目はエリアの職員の皆様
の明るく謙虚な姿勢です。常に相手の
方の気持ちを考えて丁寧に接している
姿を見て、施設を利用されている方の
一人一人をとっても大切にしているとい
うことが伝わってきました。
今後この研修でいただいた明るさと
学んだことを、子どもたちとの触れ合
いに少しで

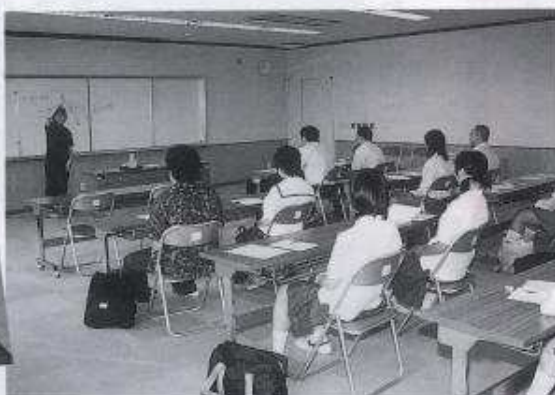
も生かして
いけるよう
努力したい
と思えます。
大変お世話
になりました。
ありがとうございました。



7月24日、雄物川高校など近隣の高校から10名の参加がありました。

横手平鹿福祉センター職員を講師に手話の体験をした後、高齢者疑似体験に挑戦、体験セットを身につけ、文字を書くことや移動を体験し、動きにくく、見えにくい事を実感、お年寄りの気持ちを少しでも理解できたと思います。

午後は地域の皆さんでサークルをつくり楽しんでいる「スマイルボーリング」に参加し、世代を越えた交流を深めました。



高校生 福祉 セミナー

8月5日から7日までの3日間、秋田修英高校から7名の生徒が参加し、エリア入居施設やシルバーケアセンターに於いて、食事準備や清掃、サークル活動、利用者との話相手などを通して福祉体験をしました。

インターンシップは、就職を希望する高校生が、企業等での就業体験を通して、働くことの意義や厳しさなど職業に関する理解を深め、将来の進路などについて考え、職業選択ができる力を育成することを目的としています。

高校生 インターン シップ



エリアの元気レポート



9月9日

エリア敬老会

エリア大広間を会場に、入居施設の皆さんやシルバークアセンター利用者の皆さんが多数参加し開催されました。佐々木管理者のあいさつに続き、舞台上では皆さんのお待ちかねの民謡ショーが始まりました。踊りのあと、民謡界で活躍している浅野保子さん、藤原美幸さんの迫力ある歌や観客と一体になったショーは、参加者を大いに楽しませてくれました。

ショーの後は、それぞれの食堂において、和やかな雰囲気の中での食事会となり、入居者の長寿を祝い、更なる健康を祈念しての会は終わりました。



エリアの佐々木管理者

6月19日

クリーンアップ

今年もエリア老人クラブ主催のクリーンアップが行われました。軽費、マンション合わせて二十八名の方が、エリア周辺のゴミを拾ってくれました。皆さん手慣れたもので、短時間にトラック一台分のゴミが集められました。



ありがとうございます

勤務終了のあと、大森町役場職員の皆さんによる清掃ボランティア活動が昨年に続き行われました。広い屋内運動広場の掃除と廊下の拭き掃除などで汗を流していました。ありがとうございました。



6/26

役場職員の
ボランティア

今年も雄物川町民生児童協議会様からたくさんのおスイカの寄贈がありました。つめたく冷やし戴きました。ありがとうございました。

8/1

スイカの
寄贈



健康のススメ

腰の痛い人、あつまれ!!

〔日常生活での注意事項〕パート2

中腰（前かがみの姿勢）で作業をしていて、腰に痛みを経験したことのある人は結構多いと思います。

図1のように、中腰の姿勢（かがむ）は、腰への負担が大きいので、当然の成り行きと言えるでしょう。中腰の作業をしなくてもよいように、作業台などの高さを調節しましょう。

もし、できないときは、次のような点に気をつけて動きましょう。

図1 腰にはこんなに負担がかかっている

- 立つ 100
- 横になる 25
- 座る 140
- かがむ(中腰) 150

立ったときに第3腰椎にかかる負担を100として、動作別に負担の変化を調べた。上半身を動かすと負担が大きくなり、横になると、ほとんど負担がかからないことがわかる。



●最後に●
どんなによい姿勢でも、同じ姿勢を長時間続けるのは禁物です。ちよくちよく姿勢を変えましょう。

ふれあいセンターから 10~12月の行事予定 お知らせ

- 10月** 5日◎ 平鹿郡子ども会育成連絡協議会 世話人指導者研修会
11日◎ 秋のバンパー・ピリヤード大会
- 11月** 1日◎ イキイキわくわく音楽会
21日◎ ふれあい楽しみ会
22日◎ 年賀はがき用版画作り
23日◎ 大森町なつメロと踊りの会
- 12月** 21日◎ クリスマス&餅つき大会



●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

エリア 行事予定

- 10月1日 愛護会白衣観音菩薩法要
- 10月7日 訪問介護員養成研修
- 10月15日 生き生き学園「移動講座」
- 10月19日 老人の歯の健康教室
- 11月上旬 エリア秋の祭典
- 12月上旬 チャレンジ・ザ・冬

エリアPR



親子会・子供会など
団体のお客様大歓迎!

コミュニティセンター 料金のご案内

宿泊料 ●チェックイン……午後4時
●チェックアウト……午前10時

	宿泊のみ	1泊2食付
大人	3,000円	5,520円～
小学生	2,200円	4,720円～
幼児(3歳以上)	1,100円	3,620円～

※料金には大浴場での入浴が含まれます。

休憩料 ●午前9時～午後5時

	1人につき	
1回券	大人	600円
	小学生	300円
	6回券	
回数券	大人	3,000円
	小学生	1,500円

※料金には大広間での休憩と大浴場での入浴が含まれます。

屋内温水プール

- 1回目…午前10時～午後1時
- 2回目…午後1時30分～午後4時30分
- 3回目…火・水・木・金
午後5時30分～午後8時(11月まで)

	1人1回につき	
1回券	大人	500円
	高校生	350円
	3歳児から中学生まで	200円
	6回券	
回数券	大人	2,500円
	高校生	1,750円
	3歳児から中学生まで	1,000円

施設利用料 ●午前9時～午後5時

	利用の単位	料金
会議室	1時間	1,300円
研修室		
視聴覚室		
屋内運動広場 (ゲートホールコート)	1時間	430円

編集後記

梅雨明け宣言のない今年の夏、店頭には秋の味覚が所狭しと並んでおります。広報紙をとおして、エリアの活動と情報を提供し、皆さんの利用に少しでもお役に立てばと思っています。



入居施設情報

軽費老人ホーム入居のご案内

■施設の概要…自然豊かな景勝の地にあって、世代間交流・地域交流の場コミュニティセンターや診療リハビリセンターと棟続きというのが特徴。町立病院や老健施設特別養護老人ホームなど福祉施設が隣接した福祉ゾーンの一角に位置しています。居室は単身三十八室、夫婦室六室で、プライバシーに配慮しています。

■利用できる方…六十歳以上(夫婦の場合は、どちらかが六十歳以上)で、日常生活が自分ででき、利用料を納入できる方。

■問い合わせ先…軽費老人ホーム
☎〇一八二(二六)三三八八六



空室情報

- 軽費老人ホーム 満室
- 老人専用マンション 二人用 1室空室有り
H15.9.30現在

老人専用マンション入居のご案内

■施設の概要…奥羽山脈と鳥海山を彼方に望み、豊かな老後を健やかに過ごせるハードとソフトを取りそろえてあります。趣味活動や生涯学習への参加も含め、多様なスタイルの生活が可能です。居室は単身十室、夫婦室七室で、プライバシーに配慮した造りになっています。

■利用できる方…六十歳以上(夫婦の場合は、どちらかが六十歳以上・他方が五十歳以上)で、入居一時金及び月々の生活費の支払いが可能な方、身の回りのことが一人でできる方。

■問い合わせ先…老人専用マンション
☎〇一八二(二六)三三八八七



6月28日

第35回 全町駅伝大会



梅雨空の中、開催された大会にエリア若手職員5名参加。アップダウンの厳しいコースに「たすき」をリレーし、見事準優勝。走りきった後のビール、うまかったです。