

# ふれあい お お つ

# 150

URL <http://otsu.la.coccan.jp>  
Eメール [ohtsu-shakyo@jcom.home.ne.jp](mailto:ohtsu-shakyo@jcom.home.ne.jp)

大津地区社会福祉協議会  
発行人 会長 鈴木立也  
編集 広報部 会  
横須賀市大津町3-20-16  
Tel・Fax 046-834-2487  
印刷 文明堂印刷株式会社



静岡県裾野市で太田幸枝さん撮影

## 新春を迎え謹んで お慶び申し上げます

本年もよろしくお願ひ申し上げます。

昨年は「ウィズコロナ」が叫ばれるようになり、大津地区社会福祉協議会でも交流会など一部の部会活動が実施されるようになりました。

しかし、「ウィズコロナ」はコロナが撲滅困難であることを前提としたものゆえ、今後も感染対策を充分行ったうえで活動しなければなりません。

令和五年も同様な考え方で、コロナによって変わったこれからの社会に対応する、不測の事態にも備えた内容の福祉活動計画を策定する必要があると思っています。また、地域の皆様とみんなで手を取り合って、小さくても出来る福祉活動をしていこうと考えています。

いくつになっても住み慣れた町で互いに支え合い助け合いイキイキと生活をしていく、『誰もひとりにさせない』明るく楽しく住みやすい町づくりを目指していきたいと思ひます。

大津地区社会福祉協議会

副会長 嶋口 司



第32回福祉標語

大津中学校

コロナ禍の影響で3年ぶりの福祉標語を大津中学校にお願いしました。

9月29日に大津地区社協関係者で選考会が行われ、57作品の中から3年生の坂入陽菜さんの作品が最優秀賞に選ばれました。

11月1日の表彰式では大津地区社協の鈴木会長より賞状と賞品が授与されました。

福祉標語を通して、一人ひとりが、福祉に向き合い踏み出そうとしている気持ちにエールを送りたいです。(児童福祉部会)



最優秀賞

自分から一歩踏み出す少しの勇氣

3年

坂入 陽菜



優秀賞

気づかいでつながりできる人と人

あいさつをかわせばつながる心と心

自分からひらいていこう福祉のトビラ

思うだけじゃ伝わらないさあ手を貸そう

手を貸せば相手も自分も良い気持ち

あいさつは笑顔を咲かす合言葉

ためらわず伸ばしたその手は笑顔の種

その心小さな勇氣で笑顔咲く

ありがとうその一言で生まれる笑顔の芽

勇氣の輪みんなでつなげば希望の輪

- 1年 滝下りりあ
- 1年 山口 菜穂
- 1年 酒井 碧光
- 1年 長野 海月
- 1年 渡邊 鐘稀
- 1年 押田 舷
- 2年 松村 凜圭
- 2年 勿本 結
- 2年 森田 彩來
- 2年 押尾 美樹



9月のなかよしひろば

10月のなかよしひろば

今後の開催日程

- 2月18日10:00~11:00
- 3月18日10:00~11:00

お申し込みはメールで

ootsu.jidoubukai@gmail.com

詳しくは大津地区社協ホームページで



大津シーハイツ・サポートクラブが

社会参加章を受章

高齢者団体の社会参加活動をたたえる内閣府の「社会参加章」に選ばれました。大津シーハイツ・サポートクラブは、11年前に住民同士の助け合い・支え合いの有償ボランティアとして結成され、ゴミ出しや買い物代行、草刈りや樹木の剪定などを行っています。約900人の住民の64%が65歳以上。エレベーターがない棟もあり、外出に手助けが必要な高齢者も多く、サポートクラブの活動はなくてはならないものになっていきます。



### 障がい者福祉部会

## 交流会



台風一過の9日26日、部  
会交流会として、長井海の

手公園「ソレイユの丘」に行きました。この上ない秋晴れのもと、障がい者11名と付き添いの部会員や民生委員、看護師など43名そして手話通訳者2名の合計56名の参加がありました。  
ソレイユの丘の広々とした園内では、観覧車に乗る人、小さな動物園でヤギやニワトリなどの家畜と遊ぶ人、アーチェリーに夢中になる人など、童心に返り楽しいひと時を過ごしました。

閉じこもりがちだった



日々から開放され、心のふれあいを満喫しました。(障がい者福祉部会 H)

### 高齢者福祉部会

## 交流会

イチョウの木々も色づき始めた11月10日、大津コミセンで、招待者12名を部会員46名で迎え、ソイヤルデイスダンス等、出来る限りの感染対策をして、3年ぶりの「ひとり暮らしお楽しみ交流会」を開催しました。

今回は『世界への旅』と題して①ホンキートンクによるアフリカの太鼓と歌と踊り②アキホーズパパフ

ラ③ジョーズクインテットによる五重奏、どのグループも大熱演で元気をもらいました。招待者の方々も大きな拍手で楽しそうに鑑賞



おたのしみ交流会



おたのしみ交流会

していました。コロナ禍で短い時間でしたが、しばしの間、現実を忘れて多くの笑顔が見られた交流会となりました。(高齢者福祉部会 K)

### 車いす体験学習

11月13日、根岸小学校4年生94名を対象に、車いす体験学習が行われました。二人一組になり、障がい者福祉部会のサポートで、安全操作を学びました。その後、感想文が届けられました。段差やブレーキのかけ方が難しい。乗る側、介助する側、いろいろ体験でき、困っている人に声を掛けようと思った。



ボランティアの皆さんの説明がわかりやすかった。今回の学習で、児童一人ひとりが、支えあう貴重な体験ができたと思います。(取材 広報部会 N)

### 無理なく実践 フレイル予防

9月27日、部会員46名の研修会を行いました。今回は市役所から2名の講師を招きフレイル予防について学びました。『フレイル』とは、加齢により心身の機能が低下して「健康」から「要介護」に移行する中間のことを言います。講義の後『いきいき筋かつ体操』

### フレイル予防の三本柱

- 栄養 朝昼晩バランス良くたんぱく質を意識して食べる
  - 運動 水分をとりながら、体操やウォーキングを背筋を伸ばし広い歩幅を意識する
  - 社会参加 趣味や地域活動を行って社会とのかわりを持ち続ける
- や『パタカラ体操(食べる力を維持するお口の体操)』を練習しました。(高齢者福祉部会 K)



## いきいきサロン 第9回

### シーハイツ1丁目町内会

馬堀海岸のシーハイツ1丁目町内会は、毎月第4火曜日13時から「いきいきサロン」を開催しています。町内会の福祉部のメンバーが中心となって和気あいあいと企画運営しています。コロナ禍においては中止を余儀なくされましたが、開催しない月であってもなるべく役員会は実施し、状況に合わせての活動を検討しあいました。参加者からは、人とのつながりがなく寂しいとの声も多く寄せられ、感染対策を万全にして極力開催しました。プログラムの1番人気は演奏会です。ピアノ、バイオリン、フルート等、「よこすかの音楽家を支援する会」等に依頼しています。生演奏の流れる町内会館は優雅なサロンとなります。



また、音楽鑑賞以外には、ビデオ鑑賞や、市役所から終活登録の出前トーク、司法書士を招いて成年後見人の話など、関心のある話題についての講演会も開催しています。

参加費用は200円。コーヒー、紅茶、お茶菓子が提供され、楽しいひとときを過ごします。

以前は最後に参加者全員で童謡を歌っていましたが、また歌える日が来ることを心待ちにしています。

民生委員児童委員 川端 清美

▽児童福祉部会

【ひとり親世帯お楽しみ会

いちご狩り】

とき 2月26日(日)

ところ 津久井浜 志村観光農園

申込方法 1月6日(金)までに

各地区の民生委員児童委員へ



ありがとうございます

社会福祉のために温かいご寄付をいただきました。

コーポ湘南大津 匿名様

お知らせ

### おおつボラセンだより

- ・多少の活動は再開しておりますが、コロナ状況を見極めての判断とさせていただきますのでご了承ください。
- ・従来通り「車椅子の貸し出し」は行っています。
- ・開所日：月・木・金（祝祭日除く）
- ・時間：10時～16時
- ・問い合わせ先

大津地区ボランティアセンター

Tel・Fax 046(834) 2487

### 編集後記

平成13年までの10年間、父を自宅で介護しました。残された2台目の車椅子は、まだ新しかったので町内会に寄贈し、防災訓練の際に使ってもらうことができました。また、県立看護学校で、患者の家族の立場から講演することになりました。その時の30枚の原稿が、今でも介護に直面した人の励ましに役立っているようです。意味があったことと父に感謝しています。

先日、「終活講座」を受ける機会がありました。「終活とは、自分に残された人生をよりよく過ごすための活動のこと。やり残したことに再びチャレンジしたり、興味あることを始めてみましょう」と。

『今さら…』より『今から！』と前向きに、人と会い話すことも工夫して、心豊かな一日一日にしていきたいと思えます。

100歳以上の人が全国で9万人を超え「人生百年時代」ですが、気候や世界情勢など「危機の時代」でもあります。

いかなる宝よりも尊い生命を守ることを第一に、平穏な「**幸齢社会**」となりますように。

(幸ちゃん)

### ふれあい相談

日程：1月18日

2月1日、15日

3月1日、15日

いずれも水曜日

時間：10時～12時

場所：大津地区ボランティアセンター

電話：046-834-2487

相談員：

民生委員児童委員

・介護や暮らしなどの相談に応じています。