

## 会長挨拶

平素は館地区社協活動にご支援、ご協力をいただき心より御礼申し上げます。年々「フレイル予防」「介護予防」「健康づくり」にまつわる言葉をよく耳にするようになりました。いちばん若い「いま、この時」を楽しく過ごし明日を楽しく過ごせますようにと常日頃考えています。

今後とも、館地区社協活動に御支援ご協力をよろしくお願いいたします。

会長 渋谷房夫

春告げる白い花

館地区社協だより  
こぶし

館の街路樹

令和6年3月1日号

発行  
館地区社会福祉協議会  
編集 事務局

## 館地区社協の紹介

知っていますか？ しゃきょう？

『**社会福祉協議会**』

通称：**社協**

地域を基盤として住民の参加と協力により

- ① **見守り**
- ② **支えあい**
- ③ **隣人同士の助け合い**

を推進する

『**住民主体の任意団体**』

## 子育てサロン「友・遊・悠」

●第3回のテーマ：「子育て中のママ、パパ、！ヨガでリフレッシュしませんか？」

9月27日(水)館児童センターでヨガ講師 Makiko先生をお迎えして行われました。子育て中の親子さん5家族(お子さん6名を含めて11名)が参加されました。日頃の子育てや家事から一時解放されゆったり体を動かしリフレッシュしました。



以下、参加された皆さんの感想(抜粋)です。

- ・心身ともにリラックスできました
- ・『ヨガ』とても気持ちよかったです
- ・先生がわかりやすく説明してくれたので楽しんで取り組みました
- ・子供と一緒に空間でできて楽しかったです。

終了後はお茶をいただきながら楽しく交流会も行いました。

福祉委員 小石川 千恵子

## ほっとかふえ

館地区社協主催の「ほっとかふえ」を11月19日(日)に開催しました。

外は木枯らしが吹く肌寒い天気でしたが、会場内は常夏のハワイを感じさせる熱気の中で「ナプアアリーフラハーラウ」の皆さんによるフラダンスショーを披露していただきました。途中、ハワイでの挨拶に使われる親指と小指の挨拶やよく挨拶で交わされる『ALOHA』には5つのアルファベットにそれぞれ意味がある事などを教えていただきました。

今回は観るだけでなく参加者が体験ができるフラ体験の時間も楽しいひとときを過ごすことができました。



福祉委員 中村 知子

## ふれあい郊外食事会

10月24日(火)さわやかな秋晴れの中、「仙台ロイヤルパークホテル桂花苑」にて郊外食事会を開催しました。久々にお会いした皆様は「元気だった?」「あら!お久しぶり~!」と笑顔で会話も弾み、「食事もおいしいね!」と満足いただけました。今回は自宅から会場までの送迎も実施したので気軽に参加いただけたのではないかと思います。今後は「食事会」だけの企画も検討していきたいと考えてます。



福祉委員 榎 みさ子

## 子供も大人もみんなで楽しくボランティア

11月26日(日)小春日和の中、総勢161名が恒例の落ち葉掃きをしました。小中学生や地域の皆さんは3年ぶり、東北高校野球部の皆さんは4年ぶりの参加でした。久しぶりの開催にもかかわらず、親子連れの小学生や自発的に「ホーキ」を携えて参加してくれた中学生、地域のボランティアにはいつも積極的な高校生、地域の方々大勢が汗を流して頑張りました。限られた時間の中でとてもきれいになりました。ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。

事務局 岩間 康子

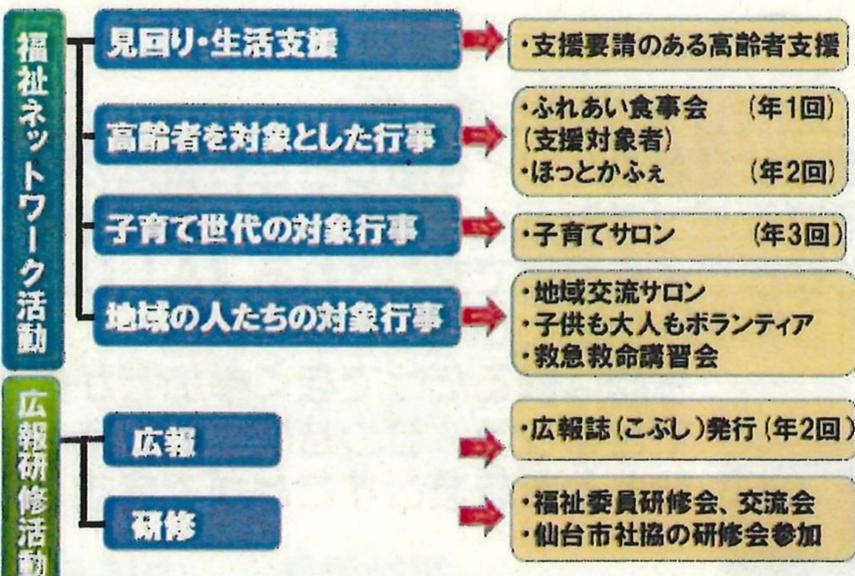


## 事務局からのお知らせ

### 福祉委員募集中

福祉委員になって活動に参加しませんか?

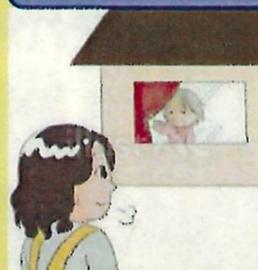
#### 具体的な活動



### サロン活動の企画運営



### 見回り、見守り活動



活動に参加いただける方、連絡をおまちしてます。

事務局 岩間