

会長挨拶

館地区社会福祉協議会の活動に対して日頃よりご理解、ご支援、ご協力を賜り、皆様に深く感謝申し上げます。

地区の中で「つなごう みんなの手」「広げよう おもいやりの輪」「育てよう 地域の未来」をスローガンとして日々活動しています。進みゆく高齢化社会と人口減の厳しい環境下ではありますが住みよい街づくりを目指していきます。

今後共、皆様の益々のご支援を宜しくお願いします。

渋谷 房夫

地区社協紹介

地域を基盤として住民の参加と協力により

① 高齢者の見守り

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」

館地区内のサロン紹介

★きらきらカフェ ♪♪♪

誰でも気軽に地域と交流できる認知症カフェ

・日時 毎月第1火曜日10:00～11:30

・会場 館3丁目北集会所

・参加費 200円程度・・・コーヒー・菓子付き

・暮らしに役立つミニ講話

・ボランティアによる演奏

・みんなでつくる簡単工作 など

「コーヒーを飲みながら楽しい時間をみんなでたのしみましょう！」

問い合わせ先:実行委員 横

春告げる白い花・館の街路樹

館地区社協だより
こぶし

令和8年3月1日号

発行

館地区社会福祉協議会

編集 事務局

活動紹介

子育てサロン「友・遊・悠」(児童センター共催)

「季節のアロマリラックスヨガ」



9/3(水)館コミセンホールにヨガ&セラピー講師の小金澤麻理先生をお迎えして6組の乳幼児親子さんが参加されました。胸元にアロマシールを貼り、先生にご指導いただきながら産後ケアにもなるヨガを体験していただきました。ティータイムは先生を囲んで、いろいろと身体のケアについての質問があったりと話がはずみ、大変有意義なひとときでした。

(参加者の声)

Aさん:「素敵な時間を過ごせました。リラックスできて良かったです。」

Bさん:「いい香りの中でヨガを楽しみました。また参加したいです。」

福祉委員

サロン「こぶし」



9/7(日)高齢者向けの「ゆる体操・ボール体操」を館コミセンで62名の参加にて実施しました。体操講師の佐藤恵子氏から体をゆるめてリラックスしながら、気持ちをおだやかにして心軽やかになる体操を教えていただきました。ボール体操講師の阿部理氏はバスケットボール元日本代表選手だけあって見上げる程の長身。

2人1組になってのボールをやり取り等、大いに笑ったり、心地よい汗をかきながら和やかな雰囲気の一ときでした。

福祉委員

救急救命講習会



救急救命講習会を10/18日(土)に開催しました。

参加者の約半数の方は過去に講習を受けられた方でしたが、消防署の指導により救急救命講習を全員で真剣に学びました。万一の時に大切な家族や多くの方の命を救う事ができる講習の大切さを再認識できました。

未受講の方は次回開催へ参加をご検討ください。

事務局

子育てサロン「友・遊・悠」(児童センター共催)



11/5(水)子育て中の母子7組が参加されて実施しました。当日は児童センター改修工事のため館コミセンでの開催となりました。講師の横山美由紀氏から「ドライフラワーアート」を教えていただきみんなで作品づくりを楽しみました。作品を作ってる間、こども達(2歳以下)は託児担当者が見守る中、自由におもちゃ遊びや絵本で遊んでいました。出来上がったリース飾りはとても完成度が高く皆さん満足されてました。そのあとの茶話会で交流を楽しみました。

福祉委員

こどもも大人もみんなで楽しくボランティア



11/30(日)恒例になった幹線道路沿い緑道の落ち葉掃きを行いました。近年少子化の影響もあるのか小中学生の参加が減少傾向にあり、さらにインフルエンザ流行の影響もあって当日欠席の方があり、総勢63名とちょっと寂しい開催となりました。

しかし、参加のみなさんが頑張った成果として落ち葉がたくさん集まり、作業後に実施したゲーム大会也大盛り上がりでした。

事務局

サロン「こぶし」



12/7(日)に「サロンこぶし」を開催しました。

今回は軽食交流とミニしめ飾り作りを行いました。おいしいお弁当とできたてのお味噌汁、甘いお菓子をいただいて会話に花がさきました。サロン後半は仙台市社協ボランティアセンターから講師をお迎えし、ミニしめ飾りを作りました。紙紐をねじって土台を作り思い思いの飾り付けで、皆さんステキな正月飾りができました。師走のひととき、楽しい時間を過ごしました。

福祉委員

出前講座



12/11(木)根白石市民センター主催の出前講座が行われました。今回は『バオバブ人形劇場・ユニットはなさきやま』講師による人形劇やパネルシアター、そしてオカリナ演奏をご披露いただきました。

歌に合わせて動く人形や昔話のパネルシアターに見入り、童心にかえて楽しむことができました。又、オカリナ演奏では、大きさが違うオカリナの異なる音色にうっとり耳を傾けて楽しみました。

(参加者の声)・「懐かしく、子供に戻った感覚で楽しめました」・「選曲も良く大変良かった」
・「オカリナの柔らかな音色に心が癒されました」

事務局

みんなのサロン「ほっこり」

10月開催

11月開催

12月開催



2024年10月から毎月1回、第4火曜日に継続して実施して定着してきました。どなたでも自由に参加でき、お茶、コーヒー、お菓子類、弁当などを食べながら、おしゃべりやゲームをして楽しい時間を気ままに楽しんでます。

時間のある方、会話を楽しみたい方、知り合いを増やしたい方はどうぞ参加して下さい。お待ちしております。

事務局

事務局からのお知らせ

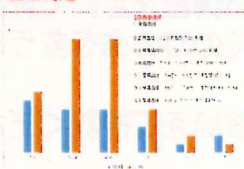
7/19(土)健康教室に参加された60名の健康データが届きました。館地区は、他地域比較で良好との事ですが、要経過観察の方が少数含まれてます。

塩味テスト

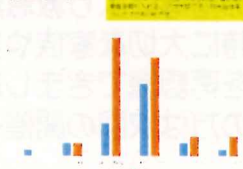
通常の食事として、塩分がどれくらい摂取されているかを調べるテストです。



血圧測定



骨密度測定



血流測定(ドップラー聴取)

全員
血流音聴取可
でした!!

豊かな人生は
健康管理
から。。。。