

# 社協だより

2026年1月

高森地区社協だより

令和8年1月1日号

通巻74号

発行所

高森地区社会福祉協議会

発行責任者：上田千恵子

編集責任者：高坂裕恵

## 新年のご挨拶と行事のご報告

### 高森地区社会福祉協議会

明けましておめでとうございませう。恙なく新年をお迎えの事と思ひます。

昨年は、コロナ禍が落ち着き各町内会のサロン活動も活発に行われていたよになつてきました。

しかし昨年は早いうちから暑さが続き、記録的な猛暑の夏となりました。やつと涼しくなり秋を楽しもうと思つていたら、今度は熊騒動。高森地区にも数回出没。幸い被害は無かつたようで何よりでした。

今年はどうなる年になるのでしょうか。皆様にとって穏やかで幸せな一年となりますようお祈りしてあります。

#### 【長寿を祝う会】

高森社協事業として、9月15日に長寿を祝う会を開催し、参加者106人



で82歳以上の参加者が58名でした。初めての試みとして85歳以上の方のタクシー送迎を実施し喜ばれました。

オープニングは子供たちのバトントワリングです。軽快なバトンさばきに感心しました。次はまき奴一座による銭太鼓やドジョウ掬い・岸壁の母など笑いを誘い大盛り上がりでした。最後はアビーさんによるコンサートで映画音楽など声量のある歌声に魅了されました。

オープニングのバトントワリング



会長挨拶



まき奴一座の楽しい舞台



#### 【移動茶話会】

10月30日に移動茶話会を久々に開催しました。53名の方に参加していただきました。

その日は最高の秋日和で『東北歴史博物館』と『仙台市科学館』を訪れ、歴史と科学を知る茶話会になりました。

ランチは『かに政宗』のおもてなし御膳です。「美味しかったよ」と言っていたいただきました。



「来年はどこらかしらね」という声も聞こえてきました。また皆様に楽しんで頂ける企画を考えたいと思っております。



高森社協は福祉協力員・町内会の方のご協力の下に活動しております。各町内のサロンなど年代を問わず多くの方が参加されるように社協事業を充実させていく所存でございます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。





## それぞれの地区社協より

### 活動報告とお誘いのお知らせ



#### ●一丁目だより

一丁目は、毎月第三月曜日十時から集会所でサロンを開催しています。

十一月は、仙台市健康増進センターの高橋恵里保健師様より「脳の健幸」と題し講話をお願いしました。

食事では抗酸化作用のある緑黄色野菜の大切さを教えて頂きました。運動は左右別々の動きやゆるりら体操、緊張と弛緩を組み合わせた動きを実際に行ってみました。

昼寝も午後短時間は効果があるが、長くなると逆効果だとか。アルツハイマー発症が減るとの話にへえくという声が聞こえてきました。



#### ●二丁目だより

二丁目ティーサロンは、七月二十四日に「始めようフレイル予防」と題してフレイルチェックを開催。皆さん自分の体力を知り盛り上がりおりました。



十一月十一日には、シニアハウス見学会を開催しました。エバーグリーンシテイ高森とラヴィール泉パークタウン朝日とメディカマンション桂を見学しました。それぞれの形態が違いため、今後の人生設計を考えるうえで参考になりました。

#### ●三丁目だより

三丁目の茶話会は、企画準備、当日の手伝いを協力員と理事の協力により毎回楽しい茶話会を開催しております。ぜひご参加お待ちしております。

十月二日は、「秋の動物園を楽しもう」と題し、休憩をとりながらゆっくり散策をし、たくさん動物を見学しました。久しぶりの動物園を満喫しました。

十一月六日は三丁目茶話会名物【打ち立てそば】を楽しみました。そば打ち体験と試食です。とても美味しい贅沢な昼食となりました。手打ちそばとおしゃべりを楽しみました。



#### ●四丁目だより

四丁目【お茶っこ飲み会】十二月恒例の「みんなでクリスマス」を行いました。お手玉を使ったヨーヨーゲームやビンゴゲーム大会！皆さんステキな景品を手に入大盛り上がりでした。最後にケーキとお茶をいただきながらのおしゃべり!!地域の方々と楽しく交流を深める事ができました。

毎月第一月曜日、色々とテーマを変えながら皆様との出会いを楽しみにしております。

