

虹の丘地区社協だより

2025年3月号



虹の丘地区社会福祉協議会

事務局(コミュニティ・センター内) Tel.372-9744)

●虹の丘地区社協とは？●

知っていますか？しゃきょう？

『虹の丘地区社会福祉協議会』 ➡ 通称：社協

地域を基盤として 住民の参加協力により

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』



2024年度を振り返って

会長 西本 久子

2025年が穏やかにスタートしたことと思います。

皆様には日頃より虹の丘地区社会福祉協議会（社協）の活動にご理解とご支援並びにご協力を賜りまして深く感謝申し上げます。

2024年度は、福祉委員47名が遺憾なくボランティア精神を発揮して、例月の各町内集会所での「ふれあい・いきいきサロン」、「見守り活動」を、更にコミュニティセンターで行った地区全体での「交流サロン」・「総務省デジタルスマホ講習会」・「世代間交流サロン」・「健康講座」、及び大型バス1台を借りての「ミニ旅」等に延べ1,900人余の会員（住民の皆さま）の参加（うち最年少年齢5歳～最長年齢95歳）を得て無事に年間の行事を終えようとしています。各行事に多くの皆様のご参加をいただきましたこと、福祉委員一同大変嬉しく思っています。

新年度に向けての行事も、楽しんでいただけます事を第一に、企画、開催して参りますので、ご案内の節にはお誘いあわせの上ご参加ください。

皆様のこれからの1年も明るく・元気に過ごされ、良き年となりますことを願いつつご挨拶とさせていただきます。

2025年度も、あらためてご理解とご支援並びにご協力の程どうぞよろしくお願いいたします。

『一人ひとりが その人らしく 地域で安心して

いきいきと暮らせる 福祉のまちづくり』

第2回 ふれあい交流サロン「子どもと大人で楽しむボッチャ」

10月6日(日)、63名の参加者でボッチャ大会を開催しました。始めに体操を行い、ルールの説明を受けて、3コートに分かれ競技のスタートです。それぞれのコートでは歓声をあげながら勝負にこだわりを持ち、白熱した試合が繰り広げられました。

子どもたちは、最初のうち慎重に恐る恐る投げていましたが、後半は仲間同士で作戦を練り、投げる方向を考えて競技する姿は頼もしかったです。

ボッチャはだれもが楽しめる競技です。次の機会には、多くの皆様の参加をお待ちしています。



健康講座 「いきいき健幸生活」

1月22日(水)、仙台市健康増進センター 運動指導員 近田 彩 氏をお迎えし、「脳と体の健康づくり」の講話と実技を教えてくださいました。64名の方が参加し、全身を動かしながら午後のひとときを、学習に取り組む姿勢は真剣そのものと感じられます。

健幸生活とは、健康な生活(体調管理・栄養・休養)に取り組むことと、活動的なライフスタイル(生活活動と運動・知的好奇心・社会参加と交流)で過ごすことが、重要なポイントになるとのお話がありました。

日頃から、持続的に全身運動(ウォーキング・ジョギング 等)を、無理せず、楽しみながら生活に取り入れることが大事で、脳の活性化にもつながるとのことです。

「脳の元気を保ち、いつまでも、いきいきと、自分らしい生活を！」を頭に入れ、三日坊主を気にせず、継続すること(?)が大切であると感じました。



フラワーアレンジメント開催

🌸 2丁目ふれあい・いきいきサロンでは、12月4日(水)初めて「フラワーアレンジメント」を23名の参加で行いました。初めてサロンへいらっしゃる方々も多く嬉しい会となりました。

🌸 4丁目福祉委員会の「ふれあい・いきいきサロン」の一部を紹介します。

12月17日(火)、フラワード2階に於いて「冬の生け花」を開催しました。今回は、5回目の開催で42名の参加でしたが、参加者も毎回増加し好評を頂いており、次回開催を希望する方も多いことから、期待に応える計画策定を考えています。

地域でつくる

ふだんのくらしの

しあわせの為に



4丁目



2丁目