

てらおか しゃきょう

心つないで 安心笑顔の 街づくり 

◆◆◆ 令和 7 年度 後期活動報告 ◆◆◆

寺岡地区社会福祉協議会では住民参加による地域福祉活動・地域づくり推進の一環としてこれらの活動をしています



「ぴよぴよさろん」

「男のサロン」

- 小学生の長期休暇（4・8・1月）以外の第2月曜日
10時30分～12時 寺岡児童センター

児童センターの先生に協力いただきながら、親子ふれあいあそびや絵本の読み聞かせを楽しみました。

10月は児童センターまつり乳幼児コーナーで「たんけんウッチづくり」11月・2月は「リズム体操と絵本の読み聞かせ」12月は「クリスマスオーナメント作り」3月は「くるみボタン作り」

ママ達が楽しくおしゃべりしながら交流できるように、スタッフがお子さんのお相手をしています。

- 偶数月第1月曜日9時～12時 1・2丁目集会所

“飲まない”“吸わない”“賭けない”の「3 無い麻雀」を楽しんでいます。東日本大震災の年の 8 月から偶数月に開催し、2 月で 80 回になりました。奇数月にも自主サークルとして集まり、毎月顔を合わせて近況を報告し合っています。歩行が難しく、杖をつきながら参加して下さる方もいますが、麻雀を囲むと皆さんの笑顔があふれます。楽しそうに牌を手にする姿を見て、スタッフもやりがいを感じ長く続けたいと思っています。

随時参加者を募集していますので、ぜひ見学に来て下さい。



「コミュニケーションサロン」

「寺岡ももちゃんクラブ」

- 毎月第3木曜日 13時～15時 3・4丁目集会所

手のひらサイズの大きな麻雀パイを使って、グループで相談しながら手順や役作りができるので、初めての方も楽しくゲームに参加しています。準備でテーブルの上に4色のジョイントマットを色ごとに敷き詰め、大きな麻雀パイを4チームに並べ、大きなサイコロでパイを配る箇所を決める、この手順が脳トレ・手指の運動になり、フレイル予防に役立っています。休憩時には水分補給や肩こりに良い体操、各種予防接種のタイミング、スマホでのポイント取得方法など情報交換もして楽しんでいます。

- 毎週土曜日 10時～11時 3・4丁目集会所他

誤嚥予防のための早口言葉からスタート。準備運動と「おトク体操」で身体をゆっくりほぐしたあとは、皆さんお待ちかねのリズムダンス。主運動はセラバンドを使った筋力トレーニングとスクワット。サポーターの少し厳しめ(?)の声かけに励まされながら、皆さんしっかりと取り組んでいました。練功十八法で使った筋肉をゆるめながら呼吸を整え、ラフターヨガでは一人ではなかなかできないほどの大笑い。NK細胞が増えるのを実感するような爽快感に包まれた1時間でした。

年間 45 回開催 参加人数: 延べ 913 名

「世代間交流活動」 世代を超えたつながりや相互理解を深めることを目的に行っています。

小学生と一緒に 寺岡児童センター共催

「ゴム動力飛行機を作って遊ぼう！」

●6月28日(土)

事前に試作し難いところを把握して、当日子ども達をサポートしたので、時間内に全員完成させることができました。順番に飛ばす時、自分の飛行機の行方を追いながら歓声を上げて喜んでいました。その後みんなでスイカ割りをしました。カットされたスイカをほおばりながらの満面の笑顔が見られ、沢山の楽しかった感想が聞かれました。



「ボッチャゲーム チャレンジャー集まれ！」

●12月13日(土)

寺岡ももちゃんクラブのメンバーと一緒にボッチャゲームを行いました。4チーム対抗戦で行い、小学生が高齢者にアドバイスを送る微笑ましい場面や、ナイスプレーに大きな歓声と拍手が起こるなど、チーム一体となった盛り上がりが見られました。ゲーム終了後、白玉だんご入りのお汁粉を提供。おかわりする子どもも多く、あっという間に完食となりました。



合同ふれあいサロン「子どもから大人までみんなで楽しむクリスマスコンサート」

●12月20日(土) 寺岡児童センター



竹中バンドさんの演奏によるクリスマスコンサートを開催しました。参加者はクリスマスムードを盛り上げるため、サンタ帽子やトナカイのカチューシャを身に着け、時折手拍子も加わり、会場は終始あたたかな雰囲気になっていました。途中ももちゃんクラブダンスチームも加わり、会場は大いに盛り上がりました。世代を超えて音楽を楽しむことができた、素敵なクリスマスコンサートとなりました。

「防災訓練」

(指定避難所・補助避難所での要援護者対応訓練)

●10月25日(土)



寺岡連合町内会の防災訓練で、寺岡地区社協は指定避難所である寺岡中学校にて、支援を必要とする方への対応訓練を行いました。視覚・聴覚・身体・認知機能に障害のある方や妊婦さん、授乳中の方を想定し、4つの教室に分かれて避難室の準備や避難者カードの聞き取りを行いました。その後は全員で車いすの操作や多目的トイレの使い方も体験し、災害時にどのように動くかを確認しながら実践的な訓練を行うことができました。

社協活動「見える化」の取り組み



令和7年度、寺岡地区社協の1年間の活動をまとめました。

ふれあいサロン、おしゃべりカフェ、ももちゃんクラブなど、8種類のサロンを年間計105回開催しました。また、日常生活支援活動は117回、ごみ出し支援活動は約1,200回にのぼりました。

こうした活動をより広く知っていただくため、「見える化」の一環として、のぼり旗と作業用ジャンパーを新調しました。のぼり旗には、寺岡地区社協のイメージカラーであるブルーを基調に仙台市社協の活動応援キャラクター「aiちゃん」をあしらっています。ジャンパーは日常生活支援活動の際に着用しています。庭木の剪定作業中、通りがかりのご近所の方と背中「寺岡地区社協」のネームをきっかけに言葉を交わす場面があり、親近感を持てただけだことを嬉しく感じています。

今後も、地域に開かれた活動を目指し、取り組みを続けてまいります。

