

旭ヶ丘地区社協だより

平成 31 年 2 月 発行
旭ヶ丘地区社会福祉協議会

会長 あいさつ

旭ヶ丘地区社会福祉協議会
会長 長谷川 光子

冬来たりなば春遠からじ。まもなく弥生三月になります
が、皆様におかれましては、お健やかな日々をお過ごし
のことと存じ上げます。また、日頃より、社協活動並びに共
同募金会の活動にご理解とご協力を賜り、厚く御礼を申し
上げます。

早いもので私の会長歴も一年九か月を迎えます。会長に
なってみて改めて感じるのは、高齢者の方々をはじめとす
る多くの皆様が、自己責任のもと、お独りで頑張り過ぎて
いらつしやるのではないかということです。「災」で表さ
れた昨年、自ら周りとの関係を遮断し社会的孤立を深めて
いる人が増え、社会問題となりました。視点を変れば、手
をさしのべてくれる人が沢山いると気付くのに。私は皆様
に「援助を受ける力」を身につけていただきたいと願って
おります。「自立」とは、他人にうまく頼れるようになる
ことだそうです。「頼る」とは、人を信頼し甘えること。
これは人が社会の中で生きていくために必要な力といえま
しょう。困難なことは、今年もそれなりにあると思います。
だからこそ、私たちの住む旭ヶ丘がもっともっと住みよい
町になるよう願って今年の活動に取り組んでまいります。
今年もどうぞよろしく願っています。

さて、昨年復活した社協だよりが、今年も出来上がりま
した。今回は旭ヶ丘地区での社会福祉活動を三例だけご紹
介いたします。他の福祉活動につきましては、次回以降の
社協だよりに順次紹介させていただく予定であります。

旭ヶ丘地区の福祉活動から

① 楽しく健康を保つ集い

旭ヶ丘地区社会福祉協議会

『身体も心も健康に！』という趣旨での企画なの
で内容は様々です。介護予防体操（4、5、6月）、手作
り作品の制作（9月）、鳴子へ移動研修（10月、1月）、
体力測定（2月）、講話など！

旭ヶ丘にお住まいの方は、年齢・性別を問わず、
どなたでも参加できます。現在は参加者の殆どが女
性です。男性のご参加も歓迎いたします。

場所は旭ヶ丘市民センターにて

毎月第3水曜日の午後1時半～3時

毎回でなくても、テーマとご都合で参加日を選べ
ます。「おもしろそうだな…」と思ったら開始時刻
に合わせ旭ヶ丘市民センターまでお気軽にお出か
けください。（略して「健康の集い」と呼んでいます）

10月 『動物園に行こう』



八木山動物公園の方を
招いての講話

飼育でのエピソードなどをうかがいました。
ニシゴリラのドン（49歳）、ホッキョクグマ
のナナ（33歳）は、なんと国内最高齢だそうです。
【アクセス情報】

地下鉄東西線終点で下車し、最上階へ！

以前の西口が正門。（昔の正門は東口）

入園料は大人480円 小中学生120円

65歳以上無料（豊齢手帳かカード提示）

月曜休園。動物も休む必要があるとか…

② “作って飾ろう七夕会”

瞑想ヶ丘町内会 いきいきサロン

当町内会では、昨年7月7日に、いきいきサロンが主催し、ボランティアひまわり、子供会、長生会、おりがみ会の共催により、「七夕会」を開催しました。

広く年代層が集い、知恵や伝統を継承する場があれば…との思いから企画しました。



大人も子ども、みんな楽しそう！

笹竹は、仙台市科学館のご好意により提供いただいたものです。

午前中に短冊や折鶴、吹き流し等を作成し、昼食は全員で塩むすびを握り豚汁と一緒にいただき、午後にひとつひとつ笹竹に飾って手作りの竹飾りが完成しました。

この竹飾りは、仙台七夕が終わるまで集会所に飾られ、町内の皆さんの目を楽しませてくれました。

③ おトク体操クラブ

旭ヶ丘町内会

おトク体操クラブとは介護予防の運動教室です。3年前、介護保険制度が変わり、新しい統合事業がスタートした頃に、旭ヶ丘町内会の集会所で始まりました。『いつまでも、住み慣れた旭ヶ丘の賑やかなコミュニティーの中で、健康寿命を伸ばしましょう』というスローガンのもと、毎月第2、第4火曜日の午後2時から3時半に開催しております。現在、サポーターは6名（男性2、女性4）。全てボランティアで運営しています。登録メンバーは50名。旭ヶ丘の全域から集まり生き生きと取り組んでいます。自己紹介で始まり、歌、ゲーム、ストレッチ、筋力トレーニング。ちょっぴり負荷をかけながら頑張っています。脳トレもあります。前頭葉を刺激しています。

現在は旭ヶ丘町内会の集会所が建替え工事中なので、4月中旬まで会場は旭ヶ丘市民センターです。旭ヶ丘集会所に戻ったら新しい企画を！と準備を進めているところです。たくさんのおトクが詰まったこのクラブに、皆さんも是非ご参加ください。事前の申込みは不要です。開催日にタオルと飲み物と笑顔を持って来ればいつでも入会OKです。

サポーター一同、お待ちしております。

- ① 心ウキウキ からだも元気で おトク！
- ② 力もついて 生活ラクラクで おトク
- ③ 動きスムーズ 姿勢も良くなり おトク



会費と共同募金にご協力頂き、ありがとうございました。

2018 年度集計

	納入世帯	金額
社会福祉協議会会費	1,763	591,500 円
共同募金	1,794	708,550 円

皆様のご協力のおかげです。

それぞれ青葉区社会福祉協議会と共同募金会へ送金いたしました。