

# 住吉・和合地区社協だより

各戸配布

第22号

令和5年3月31日発行  
住吉・和合地区  
社会福祉協議会

## サロン活動 やわらぎの会

令和4年8月15日 住吉会館



手拭いで紐を造り、小さな草履を編み込む。単純なようで難しく、頭を使い手加減をし、悩みながら楽しんで、手作り、うまくいかない・・・どうなちゃったの・・・話し合いながら和気あいあいと楽しい時間でした。



## 家事支援の経過の集計 (令和4年3月～令和5年2月)

		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計
和合	派遣件数	3	15	13	12	4	9	21	15	23	20	13	15	163
	派遣人数	3	17	15	13	4	9	20	15	28	25	13	17	179
住吉	派遣件数	0	1	3	10	4	29	14	21	20	21	16	16	155
	派遣人数	0	1	3	10	4	31	15	35	23	26	17	17	182
合計	派遣件数	3	16	16	22	8	38	35	36	43	41	29	31	318
	派遣人数	3	18	18	23	8	40	35	50	51	51	30	34	361

新型コロナウイルス感染拡大のため、お断りせざるを得なかったものがありました。

## 第2回 住吉・和合、富塚地区生活支援体制づくり協議会

令和4年9月26日

和合せいれの里研修センターで、ゴミ出しに困難な方への支援体制について意見が交わされた。



個人情報の大きな壁があり思うように活動できない、行政の配慮も必要・・・、近隣の方々との交流を深め散歩中とか、町内事業を通じて声を掛け合い、ゴミ出しを支援することも検討する。顔を見て声をかけることも重要だと意見が出て、活発な討論がなされた。

住吉・和合地区生活支援体制づくりの会長を、住吉・和合の社協会長が務め、和合町自治会長も参加し自治会が動くには、個人情報という大きな壁についてもいろいろ要望された。

**サロン活動** 昭和のレコードを聴く 令和4年10月8日 高台協働センター



大人気のサロン活動と言う事で再取材に行きました。  
スタッフが曲目に対して本当に詳しく解説をされ、参加者も溶け込むように聞き入っていました。  
自分のレコードを持ってくる方も多く、時間が進むと会場は満席になりました。

**健康講座** 西静岡ヤクルト販売株式会社 広報 小林千恵子 講師 令和4年10月10日 高台協働センター  
～健康のために腸内環境を整えましよう～

川嶋会長の数字と、指を使った脳トレ・小林千恵子講師が、腸内細菌は1,000種類1兆個と言われ、約1kgの重さです。たんぱく質や食物繊維をとるようにしましょう。

体重kg = タンパク質g (例) 体重50kgの人はたんぱく質が50gある。  
バランスよく摂っていただきたい食品は「さあにぎやか いただく」です。

さ あ に ぎ や か

魚 油 肉 牛 野 海  
乳 菜 藻

い た だ く

芋 卵 大 果  
豆 物

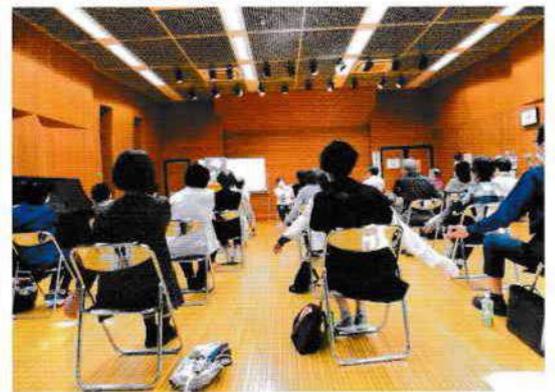
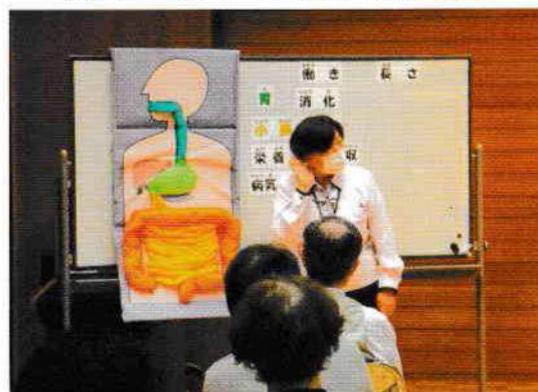


バランスよく食品を摂取し、水分補給も忘れずに  
で長寿の5か条は、①睡眠は7時間 ②歩きましょう ③肉と魚を食べよう  
④皆で集う(話し合う・笑う) ⑤趣味を持つ が必要という情報もあります。  
体を柔らかくすることも大切ですと、椅子に腰かけてできる運動を指導し  
一緒に便秘予防の運動・深呼吸(腹式呼吸)・胸肩アイロン・前曲がりの  
予防・側屈の運動などをしました。  
人間の体で最初に作られたのは腸だと言われています。発酵食品を摂る  
ことは大事ですよ。と、結ばれた。  
コロナ禍のなか、会場定員30名が満席で、参加者の皆さんから好評でした。



参加者に問いかける小林千恵子講師

椅子に腰かけてできる運動と一緒に



**社協って何???**

社協は地区社会福祉協議会のことです。地域における生活上の身近な課題について協議し、地域内の各種団体、組織と協力しながら、住民主体の福祉活動を推進する、自主的な組織です。だれもが住み慣れた地域で、安心して暮らしてゆくことができる、明るいまちづくりを目指します。  
浜松市と浜松市社会福祉協議会は、市内全地域への社協の設立を推進しています。

## 住吉自治会 令和4年10月15日

### わくわくウォーキング (住吉・和合地区社会福祉協議会 共催)

新型コロナ感染拡大対策で受付を済ませた家族等は、順次ウォーキングに出発しました。大変大勢の方が参加し(約130名)、ウォーキング中のイベントでもたいへん盛り上がりしました。



## 和合町自治会 令和4年10月16日

### 和合チャレンジ大会 てくてくスタンプラリー (住吉・和合地区社会福祉協議会 共催)

町内9カ所のポイントを回ってスタンプをゲットし、馬生会館が最終ゴール。スタンプ数により景品がもらえる。第8ポイントで認知症のおばあちゃんに声をかけてみよう(地域包括支援センター和合による訓練) 参加者(町民)333名 (自治会役員・各種団体)68名 合計401名 皆さん楽しんでいました。

- ①グランドゴルフにチャレンジ ②和合町の屋台と風を見る ③大山祇神社の歴史を聞く ④和地往還の話を聞く ⑤輪投げにチャレンジ ⑥空き缶積みにチャレンジ ⑦三嶋神社の水車・石臼・緑豊かな境内を見学 ⑧ペットボトルにお箸を落とすゲーム・認知症のお婆さんに声をかけてみよう(和合包括支援センター) ⑨泉小学校でボールゲーム.....馬生会館ゴールで皆さん、たくさんの景品をお持ち帰りになりました。



川嶋会長から、住吉・和合町子ども会に歳末事業助成の目録が渡されました。  
住吉子ども育成会へ 和合町子ども育成会へ



### 和合町子ども会 クリスマスイベント

高台協働センター 参加者400名

### 住吉子ども会 クリスマスイベント

住吉会館 参加者90名



**“歳末事業”** 正月飾り用苔盆栽づくり。直香園芸様のご指導です。

苔盆栽作品例



思いを込めて頑張ります

受付開始



楽しくて夢中になって・・・

令和4年12月25日

両町市議会議員参加で会長挨拶



楽しかった!! 真剣になっちゃったね



両町市議会議員さんも参加し、住吉23組、和合28組、コロナ禍でこれ以上の参加者は受付できず、自作した正月飾り用苔盆栽と参加賞に果物をたくさんいただき、皆さん笑顔で帰られました。

欠席が5組ありました。



**高台協働センターまつり**

令和5年2月11日(土)

住吉・和合地区社会福祉協議会は、起震車体験・焼き芋・山形の玉こんにやく・歌とギター演奏等を担当しました。  
地震体験車 震度7で15秒振動 スゴイ!! 怖かった、大盛況でした 玉こんにやく等土産に楽しかった



焼き芋が焼きあがらずに、30分以上待たせてしまいました。大盛況



前日から玉こんにやくを煮たり支度に追われ、当日に期待しました。天候にも恵まれ交通渋滞を起こすほどの大盛況で地震体験車も小休止し、焼き芋でも30分以上待たせてしまいました。



鈴木信行(NOBU) 演奏



らいとハーモニー 演奏



懐かしい歌が聞けて良かった・・・楽しかったの声がとても多かった。



右も左も分からない状態から一年が経過しました。川嶋会長はじめ役員の方々のご指導をいただき、なんとか一員として地区社協業務に携わってきました。役員一同の地域に対する情熱と愛をひしひしと感じています。より良い地域を目指すために、努力する所存です。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。(二橋)