

# こんにちはわあー

\*\*\* 地域ささえあい情報誌 \*\*\*

## 目次

### 2P 活動報告

- てくてく千本桜  
スポーツパーク
- 気になる高齢者の巡回訪問

### 3P 地域の活動

- 桜町2区 サロン南桜
- モルックに挑戦

### 4P ボランティア活動



桜町2区 サロン南桜



木曜ラジオ体操(上谷1区)



てくてく千本桜スポーツパーク

# 活動報告

## 「ウォーキングでつながりづくり、 てくてく千本桜スポーツパーク」

ウォーキング講習会 10月24日開催



参加者同士のつながりと健康づくりを目的に、ウォーキング講習会を行いました。健康運動指導士の星勝久先生からウォーキングの効果や方法について学んだ後、白石川右岸の「おおがわら桜ライン」を約2.2km歩きました。快晴の中、自然を楽しみながらウォーキングすることができました。

参加者の方々から、いろいろな感想が寄せられました。

他の人とコミュニケーションが  
とれて良かった。



天気に恵まれ最高!!  
また、参加します。



交流があった。  
良かったです。



## 「令和5年度 気になる高齢者の巡回訪問」

7月～11月実施

一人暮らしや夫婦だけの世帯の高齢者で、要介護や要支援状態ではないけれど、今後近いうちにそうなるおそれがある「気になる高齢者」。一方、そのような高齢者世帯は、生活に困難を抱えていても、周りの人に気づかれにくい傾向にあります。

そのような「気になる高齢者」を対象にして、生活支援コーディネーター、地域の民生委員さん、地域包括支援センターの職員で訪問し、いろいろな困りごとなどをお聞きしました。そして、介護保険や社会福祉協議会の支援サービスにつなげることができました。



# 地域の活動

## ～生活支援コーディネーターが伺いました～

### 桜町2区 サロン南桜

令和5年11月17日(金)10時～12時

桜町2区のサロン南桜では、今年2回目のサロンを開催しました。今回は生活支援コーディネーターが特殊詐欺被害の予防についてお話ししました。宮城県警が作成した「ゲキタイかるた」を使って、楽しくかるた取りをしながら、詐欺の手口や対策を確認しました。みなさん真剣に取り組んでいました。サロンの後半では、秋の味覚を堪能しました。豚汁や里芋の煮物などの美味しい料理が振舞われ、みなさん大満足でした。次回は移動研修を予定しているそうです。

社協ではサロン活動にマイクロバスの貸出しを行っていますので、ぜひご利用ください。



### 木曜ラジオ体操(上谷1区)のみなさんが「モルック」に挑戦

「モルック」とは木の棒を投げてピンを倒し、得点の合計を50点ピッタリにする競技です。基本的な投げ方を習得すれば誰でも楽しむことができ、子供から高齢者まで、さまざまな年齢層の人々が一緒に遊べます。広いスペースを必要とせず、公園や庭などで気軽に遊ぶことができます。

計算の要素があり  
脳トレにもなる

投げる・歩く  
適度な運動量

自然に人と人が  
コミュニケーションを  
取れる

大河原町社会福祉協議会で  
貸出しています。



# 社会福祉協議会事業にご協力いただいている ボランティアさんの活動をご紹介します！

## 大河原町ボランティアセンター事業 「よりそい・たい」

ふだんの生活でのちょっとした困りごとを町内に住むボランティアの方がお手伝いしています。



壁掛け時計の電池交換



玄関周辺の草取り



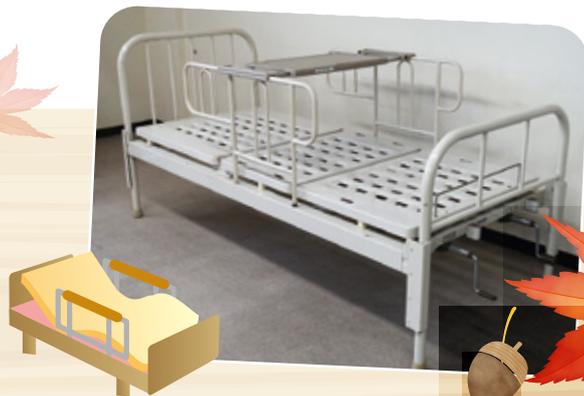
## コミュニティカフェ リアン事業

毎週月曜日に開催しているコミュニティカフェの準備や接客をお手伝いいただいています。



## 福祉用具貸出事業 「介護用ベッド運搬」

介護用ベッドの貸出にあたり、ご家族での運搬が難しい場合にボランティアの方にご協力いただき設置・撤去を行っています。



## 社会福祉法人 大河原町社会福祉協議会

〒989-1243 宮城県柴田郡大河原町字南69番地  
(大河原町福祉センター内)

TEL (0224) 53-0294

FAX (0224) 51-3805

ホームページ <https://ogawara-shakyo.net/>

メール [o-shakyo@ji.jet.ne.jp](mailto:o-shakyo@ji.jet.ne.jp)

