

湘南大庭地区社会福祉協議会

福祉のたより

事務局 藤沢市湘南大庭市民センター 電話 (87) 1111

湘南大庭地域の人口 31,600人 世帯数 11,464世帯 (2007年2月1日現在)

湘南大庭地区社会福祉協議会の主催 事業から発足しました!《大庭健康サークル》

育てよう 広げよう 福祉のこころ

社会福祉協議会(略して「社協」と呼んでいます)は、私たち地域住民が自主的に参加して組織をつくり、活動に必要な資金を調達し、お互いに役割を分担し協力して活動を行い、地域の福祉を増進することを目的とする民間団体です。

私たちの社協を私たちの手で協力して育み、湘南大庭地区を福祉のゆきとどいた地域にしようではありませんか。



昨年11月に実施された当協議会主催事業「健康をデザインする」体育・食育・知育の継続プログラムが、3月11日(日)に行われました。前回評価と比較するため、5種類の体力測定を行った後、午後は桜美林大学阿久根教授(テレビでもおなじみ)の「足底から健康を考える」をテーマにした講演と、国際バイオリンズム協会高橋氏によるミニ講演が実施されました。

この講座は、自分の健康を見つめ「運動すること、食べること、頭を使うこと」の三位一体の健康事業でしたが、《仲間づくり》も事業の大きな狙いでした。

事業終了直後から、サークル化が受講者によって話し合わせ、ほぼ全員が加入する形で「大庭健康サークル」が発足し、現在精力的に活動されていることは事業の主催者といいたしましても喜ばしい限りです。

そして特筆すべきは、活動の中から「大庭体操」が出来たことでしょう。今後様々な機会において多くの地区住民の皆様が親しまれ広まっていったらと願っております。

また、同じく事業の目玉である健康的な食事の提供につきましては、前回同様(株)サイゼリヤのご協力により、新メニューを研究開発いただきました。

このメニューは一定期間サイゼリヤ藤沢大庭店でのみ販売されます。当協議会では、今後も中高齢者を対象とした健康関連事業を企画してまいりますので楽しみにお待ちください!

◎大庭健康サークル ただ今会員募集中です!



このサークルは、地区社協が実施した、中高齢者対象事業「健康をデザインする」から生まれたユニークなサークルです。

サークルの立ち上げにあたりましては、運動の継続が健康の維持増進を図るうえで重要であるという観点からサークル化が自然とすすみ、現在は月に1〜2回土曜日の午後に活動しております。

一人では続かないことも、仲間と一緒になら出来ることもあるのではないのでしょうか?

主な内容は地区内のウォーキング



や秋葉台文化体育館でのプール運動等ですが、講師の皆様も大変優秀な方で、恵まれたサークルだと思っています。

また、当地区オリジナルの「大庭体操」も講師の山内先生の考案で出来上り、「わかりやすく楽しい」と好評です。

二〇二〇年には湘南大庭地区は市内で最も高齢化が進むそうです。「皆で、楽しく、元気に、いつまでも」をモットーに、《アンチエイジング》に関心のある多くの皆様の参加をお待ちしています!

会長 竹中伸寛
TEL 0466(87)8139

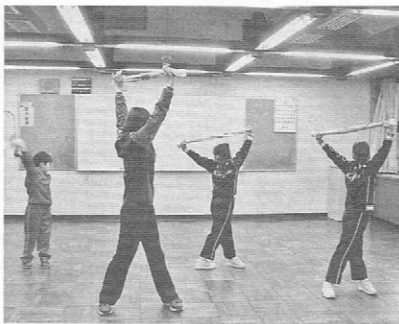
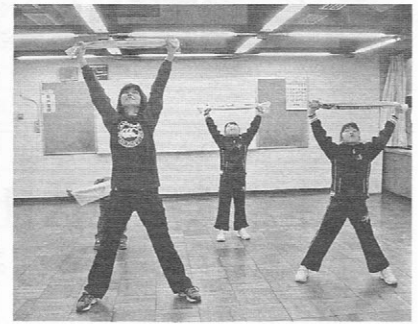
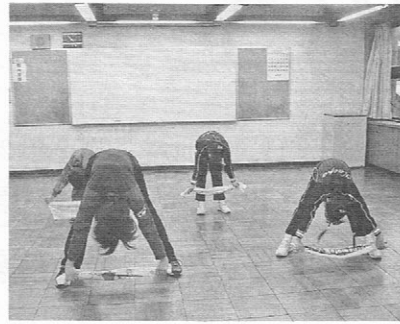


春のリゾット・ミネストローネ仕立て
ヨーグルトジェラート ベリーソース
ドリンクパー付

600円 (552Kcal/塩分3.2g)

ヘルシーサービスセット 第二弾
サイゼリヤ藤沢大庭店だけの
期間数量限定メニュー

これが「大庭体操」だ！



大きな声で唄いながら行くと効果的です
 (例) 手のひらに太陽を ※四拍子なら何でもOKです。

「大庭体操」の感想

初めて体験しましたが、単純な動作の積み重ねで覚えやすかったです。

一つ一つの動きに集中して行くと、いつも感じていない筋肉に気づいたり、呼吸を意識すると伸びなかった部分がスムーズに伸ばせたり、終わった頃にはジンワリと汗ばみ大変気持ちよかったです。音楽に合わせて行くと、効果や面白さがさらに増すのではないのでしょうか。

(I・S)

□□□□□

地区内小学校長との情報交換会

□□□□□

2月2日(金)に、今年度2回目の情報交換会が防犯協会との共催で行われました。

子供達の安全についての話が中心となりましたが、近頃は「声かけ隊」「子供安全サポーター」等、地域の大人達は子供達の安全に積極的に取り組んでいるようです。

先生達からは学校の廻りが地域の方々の清掃のお陰で、大変キレイになったとのことのお礼の言葉もありました。

また、今年度の福祉バザーに子供達が参加したが自分達の住んでいる湘南大庭の街を良くしている、故郷を守っていくという力強い心意気が感じられたとの意見もありました。

市内福祉施設視察研修会

12月13日(水)に理事等32名が参加して行われました。

最初は片瀬地区の特別養護老人ホーム『鵠生園』に。この施設は屋上から眺める景色が格別で、眼前に江の島、遠く富士山を望む絶景地です。

また、デイサービスで職員の方が新聞記事を楽しく解説しているのも印象的でした。

続いて『生きがい福祉センター』に行き午前の部は終了。

午後は最初に頼郷の『湘南希望の郷』に。ここで作られているパンは大変評判ですよ。

そして最後は長後のこぶし荘に。この施設は藤沢市で最も新しい老人福祉センターで、大勢の方が快適で楽しそうに過ごしております。

県外視察研修会

過去3年間、特別養護老人ホームの視察を行ってきましたが、今回は3月7日(水)に知的障害者通所授産・更生施設である東京都大田区の「くすのき園」と「南六郷福祉園」を、地区社協理事等33名が参加して視察いたしました。

両施設は同じ敷地内にあり、どちらも18歳から70歳までの方が通っています。(大庭地区に例えればライフ湘南とマロニエ会にあたります)

作業には縫製・刺繍付雑巾・木工(玩具やパズルなど)等があり、オリジナルブランド「くすのき」として地域で好評を得ているそうです。

園長の丁寧な説明後に施設見学を行いました。両施設共に春の暖かい陽が一杯差し込み、明るい雰囲気。指して明るく作業する人たちを、優しく見守るスタッフの皆様にも好感が持てました。

介護セミナーを受講して

地区社協の《介護セミナー》過程「介護入門」を受講しましたが、介護に関して普段見聞きしている事を実際に体験し、介護する方も大変だなーと思えました。

施設でデイサービスを体験しましたが、元気なお年寄りが多くビックリしました。口を大きく開けて大きな声を出しながら「言葉遊び」をしましたが、最初は全然出来ませんでした。昼食の後は全員で歯磨きをし、

ゲームや体操を楽しみ、おやつを食べて帰宅となります。

言葉が明瞭でなくてもお話が大好きな方が多く、笑い声が絶えませんでした。

介護を必要としない生活を送るには、健康が一番。歩いたり、体操をしたりするのも良いけれど、一番大切なのは声を出すこと。

皆さんも普段から大きな声で笑いまししょう。



平成19年度主要事業(予定)

5月	定期総会
6月	高齢者のつどい(23日)
7月	地区内小学校長との情報交換会
8月	福祉のたより44号発行
9月	地区敬老会(15日)
10月	介護予防教室Ⅰ(4回)
10月	福祉バザー(27・28日)
11月	介護セミナー(6回)
	(仮)健康関連事業
	地区内福祉施設との懇談会
12月	市内福祉施設視察研修会
	福祉のたより45号発行
1月	新春のつどいに協力(12日)
2月	地区内小学校長との情報交換会
3月	介護予防教室Ⅱ(4回)
	県外視察研修会
	新入学児童への祝品贈呈
4月	福祉のたより46号発行

※その他各種団体への支援協力等

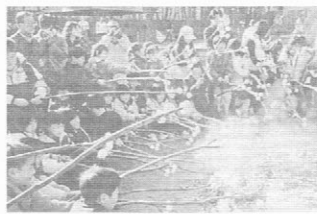
新春のつどい

恒例の「新春のつどい」が1月13日(土)に湘南大庭市民センター体育室で162名が参加し行われました。吟劍居愛好会の正月らしい演舞や、大庭八寿花会の優雅な舞踊もあり、参加者は2時間近く和やかに賀詞を交換されておりました。

どんど焼き

主催 湘南大庭地区青少協
湘南大庭地区社協協力

1月14日(日)の午後に湘南大庭市民センター多目的広場で小学生94人が参加して行われました。



(たきぎ)に点火されると、子供達は団子が刺さった《みつまた》の枝を手に食い入るように火を見つめ、パツと燃え上がる大きな歓声をあげていました。

火が収まると子供達は一斉に団子をあぶり出し、早々に密を付けて食べる子、我慢してじつとあぶり続ける子、申込をしていないために団子がもらえない子、そしてそんな子供達を見守る大人達がいきました。

「美味しい!」という声に準備をした人達の表情に安堵と喜びが浮かびました。

入学おめでとう

春の訪れとともに、地区内4小学校に359人の小学1年生が誕生します。当協議会ではお祝いとして例年どおり「自由帳と鉛筆」を贈らせていただきます。

有難うございました

次の方々から、ご寄付をいただきました。

★井上八寿花様、コバヤシ茶舗様、山遊会様、丸寿菓子店様、寿々芳会様、ユザワ文具様。

大庭子育てさろん

『びよびよ広場』

初めての子育てで疲れたり、相談相手がいないなど、ストレスも溜まりがちなお母さん。『びよびよ広場』に遊びに来ませんか。

子連れで安心して利用出来る自由な遊び場として、平成16年の春にオープンしました。

会場の子供室はテラスや砂場もあり、オモチャで遊ぶ子供達や楽しくお喋りをするお母さん方の賑やかな声であふれています。

★毎月第3火曜日(8月は休み)

午前9時30分〜正午

湘南大庭市民センター子供室

※対象は乳幼児と保護者

(参加自由。無料)

共同募金について

平成18年度共同募金「赤い羽根」及び「年末たすけあい」に地区内各自治会・町内会の皆様から多くの浄財が集まりました。

★赤い羽根 (1,706,790円)

★年末たすけあい(1,057,086円) 皆様のご協力に対し厚くお礼申し上げます。

おでかけください

第13回 春一番の音楽会

毎年開催している大好評のイベントです。

日時 4月14日(土)

午前10時20分〜正午

場所 湘南大庭市民センター体育室
演奏 大庭中学校・滝の沢中学校・藤沢西高等学校の各吹奏楽部

日赤社資募集にご協力ください

平成19年度日赤社員増強運動が、5月1日〜31日に全国的に実施されますので、各自治会・町内会の皆様のご協力をお願い申し上げます。

遊 i n g 西高 3月17日

小雪が舞う寒い日にもかかわらず、大勢の小・中・高校生がグウンドでサッカーやドッジボールに走り回っていました。子供は風の子だと思いながら教室に入ると、クレープやお菓子作りは女の子に人気らしく、皆楽しそうに過ごしていました。

今の時代、親子でも料理やスポーツをする機会はあまりないと思うの

で、色々な学年の子が協力をして行うことは、大変素晴らしい意義のあることだと思います。

高校生や中学生が小学生を思いやる心や、力を合わせる姿が印象的でした!

★老人クラブ紹介⑦

「南原さらく会」《滝の沢地区》 私達さらく会は、湘南ライフタウン北部の市営団地を活動の拠点としています。

毎月第1土曜日にゴミ清掃、趣味の会、グランドゴルフ大会への参加や練習、そして自治会の行事にも積極的に参加しています。

また、毎年七夕には子供達と一緒に竹飾りを作ったり、お菓子を食べたりして、楽しんでもらっています。

今後も健康に留意し、社会奉仕の気持ち忘れずに、地域の方に喜ばれるような会を目指して、楽しく元気に活動していきたいと思っております。

会の活動を「人生総仕上げの遊楽」と考えておりますので、皆様の参加を心よりお待ちしております!

TEL 0466(87)9086
会長 倉岡 通知

◆あどがき◆

社協事業から「大庭体操」が誕生しました。皆様も健康運動を実践し、人生をエンジョイしてみませんか。

広報を担当して1年。皆様のご協力に感謝すると共に、今後も各種情報提供に努めてまいります。

K・T