



☆今後の予定をじっくりと考えて、サロンへの力を蓄える☆

あの頃は??

令和元年度 視察研修「しゃえんじり」



高知県の里の味パイキングの後は勉強会をしましたね☆

2月に入り「寒さが厳しい」と思っている、ここ最近はずっと寒さが和らいだり、日差しからも春の訪れを感じてきましたね。梅の花もちらちらと咲き始めて気持ちも明るくなってきますが、ウィズコロナはまだまだ続きそうです。この影響を受けて、公民館が使用禁止になったり、各サロンの活動も中止が相次いでいるとお聞きしています。3月初めに予定していた松野町のサロン視察交流会も感染拡大の落ち着きが見られないことから、来年度へ持ち越しをすることとなりました。開催が決まり次第、ご案内させていただきます。

ウィズコロナが長期化するなかで、不安や疑問も多くあると思います。そんな時だからこそ、サロンの良さを見直し、今後の予定を考えてみましょう。後日、次年度の「サロン助成金」の申請書類を郵送にて送付させていただきます。その際、メンバーの声と笑顔を思い出して、再開時にグッと飛びあがるために、サロンへの力を蓄えましょう！

※助成金については、今年度も実施回数5回以下でも助成対象とします。

ウィズコロナの長期化のなかで



愛南町社協の声

芝崎 綾 活動の卵

皆さんは、「モルック」を知っていますか？

『愛南NOKOTO vol.9』の裏面にご紹介させていただいておりますので、お手元にある方はぜひ読み返してみてください（簡単なルールも載せています）。

モルックはフィンランド発祥の注目のスポーツです！誰にでもできて楽しめるモルックは脳トレや高齢者レクにもおすすめです。

愛南町社協では、現在入手困難なモルックをご用意してあります！！ルールの説明などは私にお任せください。モルックは外ですることが基本なのでコロナ禍でもチャレンジしやすいと思います。「サロンでやってみようかな？」「もうちょっと詳しく教えてほしいな」など、いつでもお気軽にお電話ください。

エール！サロンに届け！

地域包括支援センターでは、住み慣れた地域で、安心して自分らしい生活が送れるように高齢者のための総合相談窓口を設置しています。

介護・医療・福祉に関する様々なことをまずはお気軽にご相談ください。



地域包括支援センター

田中 由似

サロン訪問記

菊川ふれあいサロン

年に1度の“福”引大会☆



みんなで作ったご馳走は特別おいしいね♡

御荘地域菊川地区のサロン、菊川ふれあいサロンでは、会員みなさんで食事を作って会食することを中心に、レクリエーションや公民館活動に参加したりといった活動をしています。

なかでも、年に一度みんなで家にあるものを持ち寄って景品にした福引大会をしています。「いいもの持ってきたよ」「当たってからの楽しみで！」なんて話しながら、順番に景品を選んでいきました。みなさん「貰って喜んでもらえるかな？」というドキドキワクワクしながら、刺激的な“福”引大会で盛り上がりました。

そして、最後に、会食のメニューにあった美味しい酢の物の作り方を聞いてきたので、ご紹介します。それは、野菜の塩抜きで出た水分をそのまま合わせ酢に使う！ということでした。栄養も逃さず食べられるのではないのでしょうか。



サロンは一人一人を見守る地域の拠点である

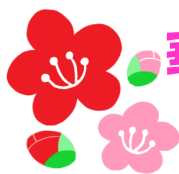
【第6話】「自分のことをみてくれていると感じる人は孤立しない」

サロン活動を行っていく中で、「気になる人がいるけど集まりが苦手みたい」「参加してもらいたい人がなかなかサロンに入ってもらえない」といった悩みを抱える代表者さん、スタッフさんもいらっしゃるのではないのでしょうか。実際、地域には高齢による耳の聞こえの低下や足腰の不安、交通手段が無いことが原因で参加したくても出来ない人もいます。今回は、そういった人と積極的に関わる代表者さんのお話です。

具体的にどんな関わり方をしているかと言うと、サロン開催後おやつをおすそ分けしたり、お散歩に誘ったり、個別で訪問し、情報を伝え見守りを行い、中には、サロンは参加しづらいけど「講師の先生を呼んだから、サロンの人もサロンに入らない人も参加して」とお願いをすれば、集まってくれる人もいと教えて頂きました。

集まりに来ないようになったら、情報難民になったり、人と会わず鬱っぽくなる人が増えていきます。代表者さんは「自分のことを見てくれていると感じる人は孤立しない。だから、小さなつながりを沢山作っていくことが大切。自分が訪問出来ない人はスタッフの行ける人に頼ったりもして、見てもらえているという安心感を持ってもらうことを大切にしています」とおっしゃっていました。その安心感、見守ってもらっていると感じている人は、次第に自分から連絡をくれるようにもなったそうです。

そして、代表者さん一人ではなく、サロンのみなさんで手分けをしながら負担なく、地域とつながり、個人を支え合う活動をしていることを教えて頂きました。



華やかな春の訪れをお届けします

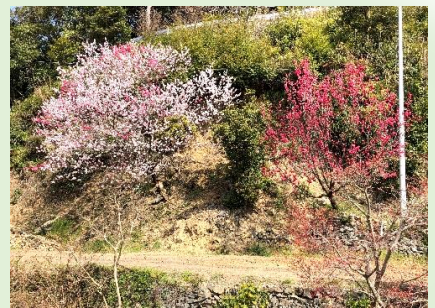


梅茶♥
梅干しをお湯に入れて
飲む梅茶も美味♥

南楽園の梅まつり
今年も可憐です✧



一本松満倉の
鮮やかなモクレンと梅です✧
大きく鮮やかなモクレン✧



蓮乗寺の桜も今か今かと
つぼみを真ん丸にして
春を待っています…♥
(写真は昨年)



サロンだより「愛南NOKOTO」は、愛南町社会福祉協議会ホームページにも掲載しております。スマートフォンの「バーコードリーダー」で、このQRコードを読み取り接続するとご覧いただけます。