

# ささえあう ちいきの こうりゅう さちこだより



早いもので今年も残すところあとわずかとなりました。地域の事業も少しずつではありますが再開つつあります。今回も引き続き4地区を紹介します。

## 在宅介護者のつとめ (妻ヶ丘)

11月18日(金)9:30~11:30で3年ぶりの集まったの開催。参加者36名(うち介護者7名)。地域密着型特別養護老人ホームわかばより大峯施設長、花岡生活相談員、上西歯科衛生士を講師に招き「口腔ケア・水分摂取について」のお話を聞きました。口腔ケアのやり方やケアすることが生活意欲につながる、水は細胞を活性化させることを教えていただき、大変勉強になったようです。その後、地域包括支援センター、民生委員、公民館員等で介護者の様子や悩みなどお聞きし、集まって話ができることの大切さを実感しました。

口腔ケアで生活を豊かに!



## いそいち StudyRoom~土曜の朝~ (五十市)

五十市中学校3年生を対象とした学習支援「いそいち StudyRoom~土曜の朝~」が今年度も開講しました。11月~2月までの第1、第3土曜日に実施予定です。各自で学習に取り組み、分からないところは、地域サポーター(教職員OB)、学生サポーター(高専生、西高生)が先生となって教えています。参加した生徒からは、「友達と一緒に勉強できるのでいつもより集中して取り組めた。」「先生がつきっきりで教えてくれるので楽しく勉強できた。」と仰っていただきました。学校の授業とは違った形で学ぶことの楽しさを広めていけるよう実施していきます。

分からないところはサポーターにお任せ



高校受験までもう少しがんばれ



## 沖水地区男性(男前)料理教室(沖水)

10月19日(水)、26日(水)、食生活改善推進員のご協力・ご指導のもと、男性の自立支援と健康管理支援を目的に男前料理教室を開催しました。自治公民館長等、合計32名の男前が参加し、可愛いエプロンと三角巾を着けて、ビーフチャップ、さつまいものココロサラダ、れんこんの炒め物を作りました。感染予防の観点から、作った料理はお弁当にして持ち帰りましたが、日頃、台所に立つ機会の無い男性達も、楽しそうに和気あいあいと調理している姿が見受けられました。なお、最後には、帰宅後に復習することを祈り、調理に使用したトマト缶を1缶ずつお配りしました。

かわいいエプロンとレッククッキング!



## 食の支援「こんぺいとう」&子ども宅食「すまいる♡ハート」(山田)

食の支援「こんぺいとう」

食の支援「こんぺいとう」食の支援「こんぺいとう」では、週一回の“おかず等”の支援を行いながら、見守りや親からの相談を関係機関につないだりしています。栄養バランスを考え、子ども達の未来を想いながら作っています。

子ども宅食「すまいる♡ハート」子ども宅食「すまいる♡ハート」は地域のボランティア会員が子ども達のためにお弁当作りや食材の配達を行います。子ども達に届ける弁当はお弁当を届けるだけではなく「近くに相談できる人がいるよ」という気持ちも一緒に届けています。

子ども宅食「すまいる♡ハート」



## 【報告】◆令和4年度ふれあいいいききサロンボランティア等研修会◆

昨年度に引き続き市内3カ所で研修を実施し、計82名の方にご参加していただきました。講師は、高岡町在住の福祉レクリエーションワーカー坂元恵子先生にお越しいただき「健やかに、幸せに」をテーマに体操、歌、ゲーム、劇を行いました。レクリエーションから講話に至るまで充実した研修会となり、参加者からは「昨年度と違った研修で楽しかった」「次回のサロンで実践します」「思いっきり笑いました」と充実した研修会になったようです。まだまだ感染症対策を行いながらの取り組みとなるかと思いますが、徐々にサロン等が実施再開できることを願っています。

