



塩冶
地区

社会福祉協議会便り

編集・発行 塩冶地区社会福祉協議会 事務所 塩冶コミュニティセンター内 TEL 21-0248
塩冶社協ホームページ <http://enyashakyo.skr.jp/>

～ぬくもりのある手づくりの福祉のまちづくり～

春色のなごやかな季節となりました。梅から桃に、そして間もなく桜にバトンタッチされる堤の景色は、自然の豊かさを感じさせてくれます。皆様におかれましては、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃から塩冶地区社会福祉協議会に対しまして格別のご配慮を賜り誠にありがとうございます。

さて、2020年度(令和2年度)は大変な年でした。新型コロナウイルスは、私たちに様々な影響を与え、行動の変容が求められ、窮屈な日常生活を送らざるを得ない状況となりました。オリンピック・パラリンピックは延期され、長い長い巣ごもり生活が続いています。発生から約1年以上が経過しましたが、感染が衰える兆しはなく、期待されるワクチン接種も順調とは言えないようです。

社協が2020年度に計画していた約200の行事・活動や会議は、ほとんどが中止になり残念です。2021年度(令和3年度)についても、このままの感染状況が続くようであれば、2年続けて中止せざるを得なくなってしまうそうです。一日も早く日常生活が戻ってくることを心から願っています。

社協便りが100号となりました。諸先輩の皆様のご尽力と社協を支えていただきましたみなさまのお陰です。第1号は、1985年(昭和60年)で、35年かかりました。今でこそ年4回の発行を基本としていますが、初めのころは年1回もしくは2回でした。記念のなにかを作ろうと考えておりますが、残念なことに次の号が見当たりません。第1～5号、第7号、第8号、第17号の一部でもお持ちの方はお貸しください。

社協の役員体制を2021年度から変更します。従来は理事(24名)+福祉委員(22名)の46名体制でしたが、より効率的で機能的な体制を目指し、福祉委員制度を終了し、理事制度(42名)に一元化することといたしました。若葉マークでのスタートとなりますが引き続きご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

会長 中尾 一彦



(第10号)



(第59号よりカラー版)



Citrus Ribbon
PROJECT

シトラスリボン運動を広めましょう

出雲市内でも新型コロナウイルスに感染された方が出ていますが、「どこ?誰?」、関係があるような人や医療関係者へのあらぬ差別、あってはならないことです。

このコロナ禍をどう過ごしていくのが、たぶんこの先も続くコロナとの共存も見据えて、暮らしやすい社会を目指す活動、「愛媛県発のシトラスリボンプロジェクト」が全国で注目されています。

愛媛特産の柑橘(シトラス)色のリボン(3つの輪:地域と家庭と職場もしくは学校)を身につけて、「ただいま」「おかえり」の気持ちを表し、安心の生活を目指すものです。主催者のホームページに「シトラスリボンの作り方」がありますので、作って見てはどうでしょう。

シトラスリボンプロジェクト
ホームページ



(作り方が動画で紹介されています)



コロナ禍の中、家に閉じこもりがちになると運動量が減り、体力や筋力の低下を招く恐れがあります。毎日の生活に適度な運動を取り入れた運動が高齢者の日常生活や健康に大きく影響してくると思います。

少しずつ皆さんと一緒に活動に参加することも大切です。一人で頑張るよりも、皆さんと励ましあいながら頑張ることはとっても楽しいことです。

半分健康体操教室は、出雲市各地のコミセンや集会所、病院などの体操教室で活躍しておられる健康運動指導士の市場真紀先生です。

6月まで自粛して7月から再開、8月は盆休みなど、9月から本格的に再開しています。

※体操参加にあたって個人が気を付けること

- ☐ 咳、鼻水等の風邪症状がない
- ☐ 37.5 度以上の発熱がない
- ☐ マスクをする（必須）
- ☐ 水分補給を十分に取る
- ☐ 手の消毒（自宅を出るとき、自宅に帰ってから）

※体操実施にあたって気をつけること

- ☐ こまめに換気をし、風通しを良くする
- ☐ 前後左右に手を伸ばした状態で他の人とぶつからないよう、今まで以上に距離をとって体操する
- ☐ 数は数えずに、無言で体操する
- ☐ 体操以外の取り組みは当面自粛する（会話、茶話会）
- ☐ マスクをしているので、水分補給に気を付ける

新型コロナ対策は3密を避けることであって、家に閉じこもることではありません。筋力は高齢になっても鍛えることによって強くなるものです。

頑張って、新型コロナに打ち勝つ体力をつけましょう。

※消毒液、非接触型体温計、座イスは塩冶社協から貸与して頂きました。

（理事 高野芳男）

半分健康体操教室

- 開催日 第1～第4木曜日 月4回
但し、1月と8月は3回
- 時間 13時30分から1時間程度
- 会場 半分集会所
- 会費 1回 100円（月400円）
- 講師 第1・3木曜日 講師来場
※講師不在の第2・4週はCD等を使用して体操を行います

65歳以上のたくさんの皆さまのご参加をお待ちしています。

●参加者はまず手指の消毒をしっかりと行います。



●次に体温を測定し、出席者名簿に記入します。



●参加者全員マスク、隣の人との距離をとり、窓を開けて換気。また脱水にならないようお茶も用意しています。



先生もマスクとフェイスシールド、その上にマイクを付けての指導です。



「宮松健康体操の会」は、社会福祉協議会、百寿会のご支援をいただき、今年で5年目を迎えました。毎月第二、第四火曜日に宮松公会堂で、講師に石塚さんと市場さん、お二人のご指導の下に楽しく仲良く行っています。

会員は24名で、今年度はコロナの影響で4月から6月は中止、7月から密を避けるため、12名ずつ、二班に分かれて行っています。みんな一緒にないので寂しい限りです。会場が近くて歩いて通える場所にあり、隣近所、誘い合って参加しています。



講師の方からは季節に応じた健康管理、体力維持等の指導を受けながら、身体と頭を使うように動かしています。

体操後はお互いに最近の出来事等を話し、楽しいひとときを過ごしています。以前はおいしいお菓子等を食べていましたが、今はコロナ禍の中で止めています。「早く以前のようになったらいいね」と皆願っています。



春を迎え暖かくなってくると、つい開放的になりがちです。約束ことをきちんと守りながら、運動することで免疫力を高め、コロナに罹らないように充分気を付けて続けていきたいと思います。

(宮松理事 岸 忠明)

環境美化看板の点検活動

塩冶地区の各地には自然を満喫し、楽しく過ごせるたくさんさんの公園があります。そんな公園をいつもきれいにすることで、利用される方々には気持ちよく過ごしてほしいものです。

塩冶社協では地域環境美化活動を目的に、塩冶小学校の子どもたちから募集した標語を「美化啓発看板」として、18カ所の公園に設置しています。

この看板を維持するために、広報広聴部では看板の点検や補修、清掃を年に2回行っています。



どの看板の標語も子どもたち目線で書かれていますので、大人にも子どもにもわかりやすいものです。

公園を利用される時に一度探して見てはどうでしょう。

コロナと寒さで楽しめずが続きました。

春です・・・

暖かい日には近くの公園へ季節の花や緑を愛でて、少しずつ身体を動かしましょう！！



(広報広聴部)

春！！ どこかへ少しずつ出掛けてみたい！



ご寄贈御礼

このたび、次のみなさま方から塩冶地区社会福祉協議会に対し、香典返し及びご寄附をいただきました。

ご厚志に深く感謝いたしますとともに、故人のご冥福を心からお祈り申し上げます。浄財は、塩冶地区の福祉事業のために使わせていただきます。

今後とも、ご支援賜りますよう、お願い申し上げます。

(6月1日から2月28日まで) 敬称略

香典返し

寄附者名	故人名	区域名	寄附金額

篤志寄附

寄附者名	区域名	寄附金額

※ 掲載欄の — は、掲載を希望されない方

【お断り】

今年度は新型コロナウイルスの猛威により、多くの行事が中止となり、社協便りの発行が出来ませんでした。これまでたくさんの方からご寄付をいただいていたことが、本号発行まで案内が遅れましたこと、謹んでお詫び申し上げますと共に、ここに一括して記載致しますこと、ご了承いただきたくお願い申し上げます。

◆◆愛友会だより◆◆

さる、9月20日(日)に塩冶愛友会の皆さんと出雲市芦渡町にある「だんだん梨家 あぐ梨」に梨狩りに出掛けました。愛友会4名と理事3名の参加です。

一昨日まで降っていた雨も上がり、足元は悪かったですが、計80個余りの梨を取りました。話によると、今年は天候不良のせいか生産量は昨年に比べかなり減っているとのことでした。ある意味貴重な梨を愛友会の皆さんと収穫できたことをうれしく思いました。

今年はコロナ禍で、年間の行事も殆どできない中、梨狩りが実施できましたが、今後新型コロナウイルス感染が収束し今までのように社協の行事が実施できることを祈るばかりです。

(障がい者福祉部 部長)



***** 編集後記 *****

令和2年度は新型コロナウイルスに始まり、今も収束の目処が立っていません。こんなことになるとは誰が予想できたでしょう。日本だけでなく世界中のことですので、もとに戻ることはなかなか難しいこと、今夏予定されているオリンピックもどうなるのでしょうか。個人的にはコロナ後に向けての明るい話題として開催してほしいのですが・・・まもなくワクチン接種も始まるようです。これまで同様の予防処置をとりながら、早くもとの生活に戻りたいものです。

これからは暖かくなりますので、身近な範囲でコロナに注意しながら出かける、身体を動かすことで、健康に氣をつけて生活したいものです。

本号はちょうど区切りとなる第100号ですが、コロナのために社協活動がほとんどなく、昨夏以降の少ない行事の中から話題を選んで年度末号として構成してみました。一読ください。(理事 古瀬 勝彦)

この地区社協便りは、「出雲市社会福祉協議会の会費、寄付金、共同募金を財源とした助成金」を財源の一部としています。