


 塩
治
地
区

社会福祉協議会便り

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

コロナ禍で始めた「食育イベント」 たまねぎ植えとさつまいもスイーツで!



青少年育成部では外国籍の子どもたちが日本の暮らしに親しんでもらえるよう、日本の伝統遊びや食づくりの体験講座を行ってきました。コロナ禍の今年は感染防止の観点から屋外行事とし、野菜づくりを通して子どもたちが食べ物大切さや多様な食文化を学ぶ食育イベントに組み替えました。

イベントに参加してくれたのは、外国籍の子どもらが通う3つの児童クラブ、「わくわくこどもクラブ」(代表 堀西雅亮さん)、「わくわく児童クラブ」(施設長 高畑慶治さん)、「塩治地区放課後子ども教室」(代表 奈良井文子さん)の子どもたちです。

5月の終わりに植えたさつまいもは10月初めに収穫しましたが、大きなさつまいもがたくさんでみんな大喜びでした。袋いっぱいのおやつを持って子どもたちに、「次はみんなで掘ったさつまいもをおやつにして食べよう!」と約束しました。

そして11月27日(土)、子どもたち30人と保護者やスタッフを合わせて約50人が参加した今年度最後のイベントです。さつまいもで作ったおやつを試食会の前に、春に収穫する玉ねぎの苗を畑に植えました。

「人差し指で土に穴を開けたら、苗を差し込んでね」「苗が風で抜けないように株元を押さえて」、400本の苗を子どもたちははていねいに植えてくれました。これなら寒風の中でもしっかり根を張るでしょう。来年の収穫が楽しみです。

次はいよいよ「おやつ時間」です。

コロナ禍でなければ、子どもたちも一緒におやつづくりをしたかったのですが、今回はスタッフや保護者の方に事前に調理をしていただき、密を避けるために会場も塩治コミセンとわくわく児童クラブの2か所になりました。(次頁へ)



秋に収穫した「さつまいも」が、どら焼きやおまんじゅう、ケーキなど4種類のお菓子になりました。どれもお店のスイーツに負けない素晴らしい出来栄です。



「いただきます！」 寒い屋外作業の後に食べるから格別です。



出来上がったお菓子

- ・スイートポテト
- ・チーズパン
- ・チーズケーキ
- ・いもち

友だちと顔を見合わせニコニコ食べています。子どもたちは感じてくれたでしょうか、自分たちが植え付けして収穫したさつまいもを食べる喜びや楽しさを。



最後にみんなでおやつを作ってくださった方々や食べ物に感謝する気持ちを込めて、「ごちそうさま」「ありがとう」とお礼を言ってくれました。

食育の取り組みを始めて、子どもたちの参加が増え、畑では本当に楽しそうに作業をしてくれます。保護者やスタッフの皆さんには会場への行き帰りや農作業中の見守り、調理のお手伝いなどしっかりとサポートしていただきました。

来年度は出雲二中の生徒さんが畑の管理作業に参加してもらえるなど、取り組みに広がりが出てきました。より良い取り組みとなるよう改善点を洗い出し、食育イベントを続けたいと思っています。

お忙しい中、さつまいものスイーツを作っていただいた今岡謙子さん、安達ジョゼレーネ (ADATI JOZELENE) さん、畑をお借りした田中英潤住職 (日蓮本宗妙伝寺) に改めてお礼を申し上げます。(青少年育成部 布野 達也)

揚東
サロン会

久しぶりの
お出掛けサロン会を開催

12月3日(金)、初冬に1年半ぶりのお出掛けサロン会を開催しました。新型コロナウイルスオミクロン株の感染が心配されつつも、国内感染状況は小康状態であり、25名の募集でしたが、32名の申し込みがあり、大型バスに変更してのサロン会でした。塩冶地区社協単独の近郊への遠足助成を利用する初のサロン会でもありました。

参加者には2重マスク、事前調査表の提出、乗車前・施設入館前の体温測定、手指消毒を徹底し、シトラスリボン(コロナ差別防止)を胸に参加していただきました。

車内でもいつものカラオケやゲームは止め、行きはガイドさんの出雲神話、尼子氏、足立全康氏等の話に耳を傾け、帰りはツボ、口腔エクササイズ(口腔フレイル)※次頁を参照の話の聞いたり手遊びで会話は控えました。

当日は雨予報でしたが、足立美術館では晴れて、米国専門誌18年連続日本一の庭園の紅葉も日に照らされ、とても美しく、スマホ撮影もバッチリでした。



安来節演芸館での本場正調安来節は、さすがプロの男踊り、銭太鼓と感心しました。終演後、皆さん舞台上上がって、ザルや銭太鼓、吹き出しを持って「アラエッサッサ〜」と楽しい記念写真となりました。



最後の広瀬緋センターでは、ちょうど緋織り教室の最中で、生徒さんからお話を伺ったり、参加者の「昔、実家でもお祖母さんが織っておられたよ。」「模様のお話の糸の染め方は〜、織り方は〜」などのお話が聞け、感心しきりでした。

食事中や運行中は滝のような雨でしたが、バスの乗降時にはピタリと止み、ガイドさんからも「皆さんの普段の行いの良さ」を絶賛されました。

皆さんの元気な様子、明るい笑顔を見ることが出来、充実した楽しい1日でした。

最後に塩冶百寿会からも助成を頂きましたこととお礼申し上げます。(揚東理事 錦織 二三枝)

「宮松健康体操の会」は毎月第二、第四火曜日に宮松公会堂において、講師の方にご指導いただき、会員24名で仲良く楽しく行っています。会場は近く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。

令和3年度も昨年に続き、コロナ感染防止のため「2班に分かれて」「マスクの着用」「手指衛生」「換気」等に気をつけながら、少人数で行って来ました。



12月には全体的に感染が治まってきたので、全会員に声をかけたところ、たくさんの参加者があり、久しぶりに顔を合わせて喜び、みんながほっとしていました。

ですが今年に入り、第6波オミクロン株が猛威を振るい、島根県でも「まん延防止重点措置」が適用されることになり、1月、2月はやむを得ずお休みすることになりました。3月は今後の状況を見ながら行う予定です。

みんな怯えながら我慢をしてきました。次年度は以前のように、みんなで笑って楽しく体操が出来るようにと願っています。(理事 杉原 弘江)

※1：口腔エクササイズは一人でも出来ます！

お家でやってみませんか！

はっきり読みエクササイズ



ありさんあつまれアエイウエオア
かにさんかさこそカケクケコカ
さかだちさかさまサセシセソサ
たのしいたこあげタテチツテトタ
ならんでなわとびナネニヌネノナ
はなたばはなびらハヘヒフヘホハ
まえよりまじめにマメミムメモマ
やっぱりやさしいヤエイユエヨヤ
らくだいらイオンラレリルレロラ
がまんだがんばれガゲググゴガ
ざわざわざぶざぶダデヂツデドダ
ばんごうばらばらバベビブベボバ
パラソルぱらぱらパペピプペポパ

(口腔エクササイズ資料より)

スマホ詐欺から自分や家族を守りましょう！
詐欺の手口と事前対策・予防法



昨年の統計では60歳以上のスマホ(スマートフォン)利用率が約85%とのことです。

「ガラケー」から「スマホ」に替えるといろいろな「通知」「メッセージ」が届き、「何?」と戸惑うことがあると思います。またスマホに変えて初めてインターネットやSNS(ネット上の会員制サービス)に触れたという人も珍しくなく、「安全」に使うにはスマホと上手に付き合うことがとても大切です。ですが・・・

■スマホに突然のメッセージ

「利用停止予告！」

「コンテンツの利用料金が未払いです。」

こういったメッセージが来たり、インターネットを見ている時に「警告画面」が表示されたりすることがあります。これらはスマホやネットに詳しくない人をターゲットにした詐欺だと思って間違いありません。

「自分はこういった詐欺は簡単に見破れる」と思っている、引っかけられてしまうと大変なことになりますので、表示されたらまずはいったん操作を止めて、良し悪しの判断、詳しい人に聞く等の「注意動作」が大切です。

●ショートメール(SMS)にこんなメッセージ
(URLリンクを押さない！)

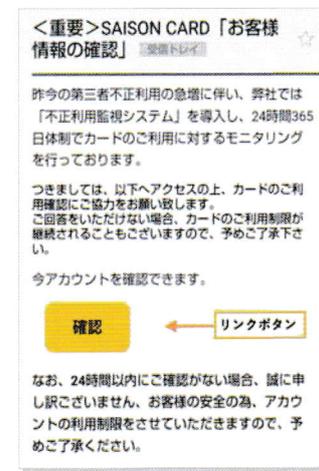


(実際のメール画像)

「URLリンク」から詐欺サイトへ案内され、個人情報の入力等を促されます。

同様に荷物の不在通知や当選通知、ネット事業者からのメールもあります。

●カード会社から不可解なメールを受信
(リンクボタンを押さない！)



(実際のメール画像)

「確認」のリンクボタンを押すと詐欺サイトに繋がり個人情報の入力等を促されます。

- 【注意事項】**
1. スマホのOSは最新に！アップデートを実行する
 2. ウイルス対策ソフトを利用
 3. 身に覚えのないメールは開けないこと
 4. 該当の会社の正しいホームページを確認してみる
 5. 分からないもの(時)には触らないこと

こういうメールにはいろいろなパターンがあるので細心の注意が必要です。下記で情報セキュリティの基礎が学べます。ご参考に！

国民のための情報セキュリティサイト
フィッシング対策協議会

を検索

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。

(12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
------	-----	-----	------

※ 掲載欄の — は、掲載を希望されない方

***** 編集後記 *****

令和4年が始まり新型コロナもようやく落ち着くのかなと思っていましたが、1月中旬から急拡大し島根県では初めてのまん延防止等重点措置が適用になりました。連日の100人超えで一時はどうなることかと心配しましたが、2月20日には解除になり少しずつ感染者も減ってきている状況なので、まだ油断はできませんがホッと安心しています。

厳しい状況の中で開催された北京五輪でしたが、日本選手団の冬季五輪最多となるメダル18個を獲得し、スケート、スノーボード、カーリングなど、連日の活躍をみせてくれ、多くの感動と興奮を与えてもらいました。選手や関係者の皆さん本当に疲れさまでした。

少しずつ寒さも和らいで来ており、春の訪れが近づいています。春の芽吹きと共に新型コロナが一日も早く終息に向かうこと、そして新年度には今年度出来なかった各種イベントや行事が開催できるようになることを心から願っています。
(理事 沖田 修治)

塩冶地区子育てサポーターからのお知らせ “塩冶ほよほよクラブ”を開設します！

この度、4月から月1回、第3火曜日に子育てサークル“塩冶ほよほよクラブ”を開くことになりました。

時間 午前10時～11時半

場所 塩冶コミュニティセンター和室

対象 0歳児～未就学児と保護者

子どもさんと一緒に
出掛けてみませんか！
楽しい企画を用意して
お待ちしております。



どうやって子どもと遊んだら良いだろう？
大人と話したいな！
そんなお母さんの想いに寄り添う場所です。
おもちゃを作ったり、
クッキングもありますよ！
おもちゃや絵本も用意しています。



実家のように思ってもらえるよう、スタッフ一同、
こころを合わせてお待ちしております。

お問い合わせ先は

市役所健康増進課 塩冶地区担当保健師

TEL (0853) 21-6981

新型コロナウイルス感染により自粛生活が続きましたが、暖くなればお出かけシーズンになります。密にならない郊外にも出掛けてみてはどうでしょう。こころも身体もリフレッシュしたいものです。



(斐伊川堤防桜並木)

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。