



あけましておめでとうございます

森の里地区地域福祉推進委員会

委員長 ** **

新しい年を迎えて、コロナ感染第8波の猛威も止まらず未だ感染増加傾向の状況です。

皆様におかれましては、マスクを離さずに注意して外出する機会も増え、少しは楽しい生活が出来る様になってきていることと思います。

昨年度の地域福祉推進委員会の活動は、コロナ禍の状況を判断しながら各種対策を講じたうえで、皆様のご協力のおかげで無事実施できましたことに心より感謝申し上げます。

令和5年最初の地域福祉推進委員会事業として、梅見会を下記の通りに開催いたします。

昨年度はコロナ禍、俳句・短歌の展示ならびに入選者表彰式を行いました。今年度は若宮公園野外ステージを使い、梅見会アトラクションを行うこととなりました。ぜひ、多くの皆様楽しんでいただきたいと思います。

地域福祉推進委員会では、さまざまな状況を踏まえて現事業の見直しを行っています。

今後も地域の皆様のご支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。



梅見会 開催のお知らせ

寒い日が続く今日この頃ですが、梅園の梅からは少しずつ春の訪れを感じられます。

そこで、コロナ感染対策をしながら今年も梅見会を開催いたします。

日時 令和5年2月19日(日)10時より12時まで

場所 若宮公園 梅園及び野外ステージ

(雨天の場合は森の里公民館体育室にて)

内容 梅園にて俳句・短歌の鑑賞及び飲み物の配布

(飲み物はなくなり次第終了)

野外ステージにて俳句・短歌の入選作の

表彰式とアトラクション

○なごみ太鼓

○愛川町の三増獅子舞

○ハミングバード(オカリナ演奏)

皆様、梅の花を愛でながら、俳句・短歌の作品を鑑賞し

アトラクションで楽しい一時をお過ごしください。

*梅見会 短歌・俳句大会の作品募集に、たくさんの応募いただきありがとうございました。

応募状況(小学生俳句の部35句・中学生短歌の部34首・一般俳句の部29句・一般短歌の部10首)

*一般の部にて俳句・短歌を応募された皆様は梅園にて参加賞をお受け取り下さい。

*当日は「ぐるっと」は臨時運行いたします。



お誕生おめでとうございます。

R4年1月 ** ** さん

R4年4月 ** ** さん

～健やかな成長をお祈りいたします～

*1歳未満の赤ちゃんの保護者の方(森の里在住)で、お祝いキットを未受領の方は公民館へお申し出ください。



森の小さな子育てサロン

2月17日(金)10:15～11:30

通常サロンと避難訓練 ※3月はお休みです。

森ママのためのリフレッシュタイム



日時 3月10日(金) 公民館 9時45分集合

募集人数 7組(こども1名に保護者1名)(託児なし)

参加費 大人1,000円/こども500円

(2歳以下は無料)

マイクロバスにて移動後、内海いちご園にて30分間

食べ放題を楽しみます。12時頃公民館前解散予定。

募集受付 2月17日(金)～2月26日(日)

公民館窓口で直接申し込み下さい。

*先着順で募集人数になり次第締め切り。

(詳細は受付時に参加者へお渡しします。)

「安心コール」の報告会が行われました

11月29日(火)「安心コール」担当者による報告会を行いました。

「安心コール」はコロナ禍でも影響なく安否確認を行っています。コロナ禍で外出の機会が減った利用者さん達は、電話がかかって来ることを心待ちにしてくださっていて、安否確認のほずが近況報告や思い出話、ちょっとした世間話で長電話になってしまうこともあるそうです。報告会の後は、利用者さんに手渡しするクリスマスカードを作成しました。後日、利用者の方への手渡し時は、半年ぶりの担当者との顔合わせを皆さん喜んでおられたそうです。

*「安心コール」の申し込みは担当民生委員または森の里市民センターにご連絡ください。

*各担当民生委員の連絡先は、公民館だより1月15日号を参照してください。

『健康体操教室』の報告

12月7日(水)、12月14日(水)の2回シリーズで、「健康体操教室」が森の里公民館体育室で開催されました。参加者は2回合わせて40人程で、手指消毒、検温、健康チェック等、コロナ対策に万全な備えで開催されました。

講師は玉川・森の里地域包括支援センター**氏と**氏にお願いしました。

まずは、コグニサイズの説明と脈拍測定、準備体操をしてから最新の認知症予防体操のコグニサイズ。頭と体を同時に使うことで、効果を得ることができます。椅子に座ってのステップを踏むコグニステップは、ステップを踏みながら数合わせや、なぞなぞ、地名クイズなど、頭と体を同時に使い、失敗しても笑い飛ばしポジティブに行う事がコツです。

休憩をはさみ認知症予防の講話、最後は恒例になったコグニラダーです。

ラダー(縄梯子状のもの)の1マスを4歩で移動、2回目からは手の動きを追加(決められた場所で拍手する)し、3回目からは横に進む歩きなど、いろいろな歩きを体験しました。簡単にできる人、頭で解っているのに体がついていけない人、お手上げの人、と様々でしたが、皆さん笑いながら楽しい時間を過ごす事ができました。

“コグニサイズは、自宅でも取り組める内容もありますので、継続して認知症予防に努めましょう“

Café ふれあい

2月14日(火) 4丁目自治会館

3月14日(火) 5丁目自治会館

皆様のご来場をお待ちしています。



～ふれあいノートより (3丁目*さん)～

12/13 雨の中でしたが、久しぶりに自治会の方と楽しい時間を過ごすことができ嬉しかったです。



コグニラダーの様子。とても楽しい教室ですので、次回開催時には皆様、ぜひご参加ください。

陽だまりの家のクリスマス会の報告

12月21日(水)とても寒い日だったので、まずウォーミングアップにスカットボールをスタッフも一緒に楽しみました。体が程よく温まった後はみんなでケーキのデコレーション。きれいに出来たはずなのに、切り分けてお皿に乗せると倒れてしまったり、二つにわかれてしまったり、個性が光るクリスマスケーキと紅茶でティータイム。お腹も心も満たされた、楽しいクリスマス会となりました。

「陽だまりの家」のご利用などの問い合わせは、電話:070-6661-5262(平日8:30～11:00)

森の里グラウンド・ゴルフ大会の報告

予定していた日々の天候が悪く、10月20日(木)に変更され、はらっぱ広場にて開催されました。当日は雲一つない秋晴れの中、新型コロナウイルス感染防止対策の留意事項を守り、多くの参加者が楽しくプレーをする事ができました。最近では女性も含めグラウンド・ゴルフ愛好者が増えてきており、今後、森の里地区内住民同士の親睦、交流を図るとともに、生涯スポーツの一環として健康維持、増進の為に実施していきたいと思っております。参加者 男子18名 女子13名 合計31名 *成績の詳細については、3月発行のミニデイ特集号に記載いたします。