

いきいきサロンかわら版



○ 須恵町 甲植木地区のサロン・・・・・・・・・・P2～P3

○ ふくおか健康隊養成研修 第2期生始動！・・・・・・・・・・P4

須恵町

甲植木地区小地域ボランティア

地域住民が自らのアクションでつくる地域！

地域を支える

小地域ボランティア

糟屋郡須恵町では、社会福祉協議会が平成13年度から、地域の公民館で地域毎にそれぞれ8回開催した「小地域ボランティア養成講座」を受講した地域の皆さんが、各地域でボランティア組織を立ち上げ、それぞれの地域の特性に合った活動を考え、児童の見守り・ひとり暮らし高齢者などの訪問活動、子育てサロン・高齢者サロンなどの様々な福祉活動を実践しています。

須恵町社会福祉協議会は、町内19の小地域ボランティアの活動を積極的に支援するとともに、福岡県レクリエーション協会の協力のもと、平成17年度から3年間、レクリエーションインストラクター養成講座を行い、その後発足した「須恵レクの会」の活動も支援しています。

また、今年度からは、小地域レクリエーション・ボランティア養成講座を地域の公民館で開催するなど、須恵町の元気づくり積極的に取り組んでいます。

一人でも来るなら

やろう！

須恵町甲植木地区の小地域ボランティアでも、地域の見守り・訪問活動や子育てサロン・チャットルーム、高齢者サロンなどを活発に行っています。

子育てサロン・チャットルームでは、お母さん達からの希望で、月に1回だったサロンを2回に増やしたり、大雪の日でも「一人でも来るなら開けよう！」など常に地域の方の声を大切にして、ボランティアの方がアイデアを出し合いながら活動しています。



脳を鍛える指あそび



若杉の里の高濱さんによるレクリエーションが行われました。



2つのグループに分かれてゲームをしました。



高濱さんの話術がみんなを笑わせます

何よりも

続けていくことが大切

高齢者サロンでは、75歳以上の敬老会などの行事に出て来られない方を対象に、ボランティアの方がチラシを配布したり、お誘いの声をかけたりして参加を呼びかけています。

取材に伺った日は、介護老人保健施設 若杉の里（社会福祉法人 恵徳会）の高濱弥生さんがサロンに参加し、レクリエーションなどを行いました。

まずは、深呼吸をして、ストレッチを中心に、歌に合わせて軽い体操を行いました。



ボールやタンバリンなどいろいろなものを使ってゲームをしました。



タオルで犬を作りました。ボランティアの方に教えてもらいながら夢中でつくりました。



続いて、手や指を使つての頭の体操を行った後、2つのグループに分かれて、ボールやうちわ、タンバリンを使つてゲームを行いました。高濱さんの楽しい話術とゲームで、笑いが絶えない時間となりました。つづいて、タオルを使つて犬をつくりました。

ひとつひとつ切り抜かれたフェルトやタオルなどの材料は、ボランティアの方が用意し、作り方も丁寧に教えます。

参加者は、出来上がった犬を「枕もとに置いとこ!」「孫にあげよう」と、とても大事に持ち帰っていました。

最後は、昼食の時間です。用意されたお弁当も、ボランティアの方が、お弁当屋に交渉して、みんなが食べやすいメニューに工夫されたものです。お弁当は多めに思いましたが、参加者の方は、体を動かしたためか、多くの方が残さず食べていました。

今回、初めて参加された方は、「体も動かせて、笑えて、とても楽しかった。また来ようと思います。」と笑顔で話していました。

サロンが終わった後は、ボランティアで話し合いをします。「終わる時のタイミミングが難

しいね。もっと雑談の時間があつたら良かった。」「作つて持ち帰るものがあるのは良かったね。」「今度はチャットルームと一緒にしてみたらどうやろうか。」「今日のサロンの振り返りや今後の活動について話し合いました。

サロンの立ち上げ当初から活動している長沼さんは、「いろいろ試してみてもダメだと思つたら良い方にもつていくようにしよう。なによりも続けていくことが大切。なるべくみんなの負担にならないようにして、ずっと続けていきたい。」「と力強く話してくれました。

平成20年度 健康サロン推進員

ふくおか健康隊養成研修

健康隊 第2期生始動!

福岡県社会福祉協議会では、介護予防や健康に関する正しい知識を持ち、健康体操やレクリエーションなどの指導ができる方を養成するため、昨年度から「ふくおか健康隊養成研修」に取り組んでいます。

今年は、(株)健康科学研究所と福岡県レクリエーション協会の協力と(株)ハローデイの協賛のもと、県内8会場で開催し、400名の健康隊が誕生する予定です。

昨年度は、277名のふくおか健康隊が誕生し、現在ふれあい・いきいきサロンなどで地域の高齢者の元気づくりのために日々活動しています。



介護予防につながる
ピンシヤン体操を習得!



健康づくりの講義

募集中の会場

【参加対象者】 4日間の日程をし受講した後に地域の高齢者サロンでレクリエーションや健康体操など高齢者の元気づくりを推進するボランティアとして活動できる方。

【主な内容】 ○元気づくりに関する講義 ○ピンシヤン体操、ストレッチなどの実技・演習 ○レクリエーションの紹介と指導のポイントなど

【募集定員】 各会場50名

【申し込み】 受講希望会場の申し込み期間中に、お住まいの市町村社会福祉協議会に申し込みください。

市町村	筑後市	小郡市	苅田町	春日市
会場	サザンクス筑後	小郡市民文化会館	小波瀬コミュニティセンター	クローバープラザ
1日目	8月19日(火)	8月21日(木)	10月30日(木)	1月20日(火)
2日目	8月26日(火)	9月 4日(木)	11月13日(木)	2月 3日(火)
3日目	9月 9日(火)	9月18日(木)	12月 4日(木)	2月10日(火)
4日目	10月7日(火)	10月 2日(木)	12月18日(木)	2月17日(火)
募集期間	7月31日まで	7月31日まで	8月1日から 9月30日まで	10月1日から 12月12日まで

※研修の時間は1日目～3日目が10時30分～15時30分、4日目が10時30分～15時です。

※定員を超える申し込みがあった場合は、抽選とさせていただきますので予めご了承ください。

(先着順ではありません)

※受講の可否については、本会から直接申込者に通知いたします。

協賛



ご意見・ご感想お待ちしております!

福岡県社会福祉協議会 地域福祉部 地域課

〒816-0804 春日市原町3-1-7 クローバープラザ6階

TEL 092-584-3377 FAX 092-584-3369

URL <http://www.fsw.or.jp/>

この情報誌は、共同募金の配分金を受けて発行しています。