

# 深日地区福祉委員会通信

第6号 2022(令和4)年9月1日(木) 深日地区福祉委員会 (連絡先 479-8464 加門憲文)

## 常石勝義さんが講演、「ピンチはチャンス of 始まり」



### 岬中学校人権学習講演会

7月7日、昨年に続き岬中学校出身の常石勝義さんを講師に「人権学習講演会」が行なわれました。「講演会」には1年生の生徒が参加。深日地区福祉委員会からも7人が参加しました。常石さんは岬中学校を卒業した29年前、競馬騎手として活躍し始めた頃、2度の落馬事

故などで脳に障害を負いました。しかし、家族や同僚・友人などの励ましを受けながら懸命にリハビリにとりくみ、現在は2024パリ・パラリンピック(障がい者馬術)めざして特訓中です。常石さんは最後に、「多くの方が私を見守ってくれている。だからあきらめない。夢は無限大です。いっしょに追いかけましょう」とよびかけ、「雨雨ふれふれ」の替え歌、「♪ピンチピンチ、チャンスチャンス、ランランラン♪」で締めくくりました。(加門憲文)

## いきいきサロンが少しずつ始まっています



### 緑7丁会いきいきサロン

令和4年6月12日(日)



久しぶりのいきいきサロン。コロナ禍であるため、参加者を2組に分けての実施となった。「食事ができなくて、何だかさみしいね。」の参加者の声に、早く以前のようないきいきサロンができるようになることを願うばかりだ。短い時間であったが、シルバー川柳に耳を傾け、ウンウンとうなずいたり、笑ったりと顔も心もほっこりした。ビンゴゲームも楽しくホットする時間を過ごせた。

(荒木 輝子)

### お知らせ

### 使ってください! 「ミュージック(ハンド)ベル」

深日地区福祉委員会では、いきいきサロン等で活用できる「ハンドベル」を購入しました。カラーで可愛いハンドベル。各々が担当の一音を鳴らします。メロディを感じながら、自分の鳴らす番が来るまで待つドキドキ感! うまく鳴らせた時のホット感! 更に、一曲が出来上がった時の満足感! 一人でなく皆で一曲を作りあげるという連帯感! 認知症予防に最適です。

(高倉雅代)



## さつき会いきいきサロン

令和4年4月13日(水)



今年初めての「さつき会いきいきサロン」を20名で開催しました。参加者の皆さんは、いつもより早く出てこられ、マスク越しに「どうよ、元気やったかい!」「久しぶりよのう!」と声が飛び交い、楽しそうに挨拶をされていました。

区長さんのゆったり体操や口腔体操、新しく買っていただいたハンドベルの演奏、ビンゴゲームと、わずか1時間少しのひとときでしたが、楽しく身体を動かし元気な笑顔でお弁当を持って帰っていただきました。私達も、決して無理をせず、今出来ることを考え、あせらずやってみようと思います。(川島 志津子)

## 北若いきいきサロン

令和4年5月15日(日)



朝からの晴天でよかったです。久々のいきいきサロン開催。地域の皆さんは、元気に北若老人憩の家に集まってくれました。入口では、検温・消毒・健康チェックをした後、席に着いてもらいました。今回は、口腔体操の後ハンドベルを使って「ドレミの歌」「春がきた」「瀬戸の花嫁」等を演奏。その後ペットボトルを使って風鈴を作りました。いよいよお楽しみのビンゴゲーム。あっという間に楽しい時間が過ぎました。帰りには、皆さんが笑顔で「楽しかったなあ〜」「久しぶりに笑ったわ〜」「また、サロン開催してよ」等。スタッフも笑顔「次回は、何しようか・・・」(中村 五十鈴)



花嫁」等を演奏。その後ペットボトルを使って風鈴を作りました。いよいよお楽しみのビンゴゲーム。あっという間に楽しい時間が過ぎました。帰りには、皆さんが笑顔で「楽しかったなあ〜」「久しぶりに笑ったわ〜」「また、サロン開催してよ」等。スタッフも笑顔「次回は、何しようか・・・」(中村 五十鈴)

## あっちこっち ちょっぴり安心!?

6月8日、深日会館で、第1回地域の「つなGO深日」(主催「友さんの会」)が開催されました。地域の支え合いをみんなで考えようと、高齢者を中心に約40名が参加。カードを使って、みんなの困りごとを出し合う「助け合い体験ゲーム」は大盛り上がり。「『電球の交換』はできえへんけど、『ゴミ出し』やったらできるで」と話す人もいれば、「一人で夜がさみしい」と本音をもらす人も。



10年後20年後を考えると、みんな老いを生きるの不安だ。困りごとを打ち明けると、助けてくれる人がいる。自身も相手の悩み事の相談に乗ることが出来る。この日は、手をつないで助け合えることが実感できて、ちょっぴり心強くなれたように思う。(中村 勲)