

社会福祉だより

志あわせ

2022(令和4)年10月1日 168号

総人口 6,479人

65歳以上人口 2,868人

高齢化率 44.26%

2022(令和4)年9月1日現在

あの頃

智頭町民福祉大会

智頭町民社会福祉大会



共同募金



ひとり暮らし高齢者の集い

いま



 智頭町社協法人化

おかげさまで



周年

あの頃から20年、30年、場所や人が変わっても、継承すべき行事や人とのふれあいは、これからも智頭町を暖かく発展させてくれるでしょう。わたしたちは、これからもその一翼を担う社協であり続けます。



50周年マスコットキャラクター
きょうちゃん



智頭町社会福祉協議会

法人設立50周年 記念特集

昭和47（1972）年10月に法人設立した後、智頭町社協の中で介護事業は大きな役割を果たしていました。

法人設立時には1名だったホームヘルパー（当時は家庭奉仕員）も二年後には3名に増え、その活動件数も増えていきました。ホームヘルパーが高齢者世帯を訪問する中、町内には十分に食事を摂れていない方やお風呂に入れていない方がたくさんおられることが明らかになってきました。

昭和54（1979）年11月智頭病院の横に県立智頭特別養護老人ホーム（智頭心和苑）が開設されました。当時、高齢者の介護施設はまだ少なく、県内で5ヶ所目の特別養護老人ホームでした。

県立智頭特養はその後、智頭心和苑と名称を変え、平成14（2002）年には智頭町へ移管され、さらに平成17（2005）年2月、智頭病院と共に現在の場所に建替えられました。

この建替えを機に、智頭心和苑の民営化の議論が始まります。智頭町社協では役職員の体制を整えるなどの準備を進め、平成21（2009）年4月から町の指定管理を受けて智頭心和苑・智頭デイサービスセンターの運営を開始しました。

これを何とかしたいとの思いから、女性議員や智頭病院の看護師、町の保健師、民生委員さん等に協力を呼びかけて「ひとり暮らし高齢者の集い（ひまわり会）」や「配食サービス」などの活動が取り組まれることになりました。ひまわり会も配食サービスも

この活動が取り組まれることになりました。

歴代会長

酒本 賴正	S47年10月～S61年5月
藤谷 正太郎	S61年5月～H1年7月
大河原 行省	H1年8月～H2年5月
前橋 美男	H2年6月～H4年5月
寺谷 久雄	H4年6月～H5年5月
山中 幸次	H5年6月～H8年7月
岡本 明	H8年8月～H12年5月
安東 正	H12年5月～H17年1月
西村 好史	H17年4月～H20年5月
前橋 登志行	H20年7月～H26年11月
安住 秀雄	H26年12月～H29年5月
小林 一晴	H29年6月～

歴代常務理事

垣屋 稲二良	H21年1月～H29年3月
津田 英樹	H29年6月～

歴代事務局長

尾崎 信人	S47年10月～S48年9月
大坪 信一	S48年10月～S51年3月
金兒 金生	S51年4月～S56年3月
大坪 信一	S56年4月～S63年5月
西河 章太郎	S63年6月～H6年6月
岡田 和彦	H6年7月～H9年6月
岡本 明	H10年1月～H11年3月
村上 敬一郎	H11年4月～H13年3月
藤原 編子	H13年4月～H17年3月
藤原 孝	H19年4月～H20年6月
寺谷 一則	H20年7月～H22年3月
津田 英樹	H22年4月～R2年3月
平尾 美花	R2年4月～R3年3月
津田 英樹	R3年4月～



智頭町の介護サービスの原点 智頭心和苑の誕生を振りかえる

【聞き手】

智頭心和苑
所長 高田 昌史之

現在、町から委託を受けて智頭町社協が運営している特別養護老人ホーム智頭心和苑は、鳥取県で5ヶ所目の県立特別養護老人ホームとして昭和54年（1979）年11月1日に開設されました。

その後、平成2（1990）年

4月に開設された智頭デイサービスセンターとともに智頭町における介護サービスの重要な拠点としての役割を果たしてきました。

平成14（2002）年4月に鳥取県から智頭町に移管され、さらには指定管理を受けて智頭町公社が運営しています。

智頭心和苑の開設に関わり、また、後には社協が運営するにあたつてサポートしてくださった皆さんにお集まりいただき、心和苑開設当時のお話を伺いました。



長谷牧美さん
(元生活相談員)



安住由美子さん
(元介護士長)



春摘暢仁さん
(元生活相談員)

私は17年前、ちょうど智頭心和苑が建て替わった時に入職しまして、皆さんには本当に仕事の基本を教えていただきました。今日は、その開設当時のメンバーである皆さんに改めて当時を振り返っていただきたいと思います。

まず、昭和54年の開設ということですが、ずいぶん早い時期の開設ですよね。

●春摘 今、鳥取県には53ヶ所の特別養護老人ホームがありますが、東部特養（三津白寿苑）・中部特養（巣城はごろも苑）・米子特養（皆生尚寿苑）・西伯特養（ゆうらく）に統いて智頭特養は県内で5番目にできました。本当に早い時期の開設ですね。まだ介護施設が少なかつた時代ですが、智頭町は早くから誘致に手を挙げていたと聞いています。今、考えてみると当時、誘致に動かされた人達は先見の明があつたんだなあと改めて思いますね。

開設は11月1日だったのですが、私が採用されたのは11月16日なんですよ。開設の日にはまだスタッフが揃っていないという、今では考えられない事ですね。実際のオープンは12月4日だったと記憶しています。

春摘さんは最初から生活相談員で採用されたのですか？

●春摘 当時は生活相談員ではなく「生活指導員」という名前でした。大学で福祉を勉強し、卒業したばかりの時でした。あつて、高齢者の介護施設は少なく「生活指導員」という名前もあるし、応募して採用されました。

生活指導員は、ある程度現場経験がないとできない仕事ですが、それを卒業したばかりの未経験者がするわけですから、考えてみれば怖い話ですよね。仕事を教えてもらえる施設も少なく、本当に手探りでしたね。



の日に夜勤をしたんですよ。何の練習もなく。

当時は「介護士」ではなくて「寮母」って呼ばっていましたけど、寮母が13人いましたね、2班に分かれて東部特養に研修に行つたんです。たった一日だけ。

日中の仕事を見る班と、夜勤の仕事を見る班に分かれて…

安住さんといえば「介護士長」というイメージがついてまります。

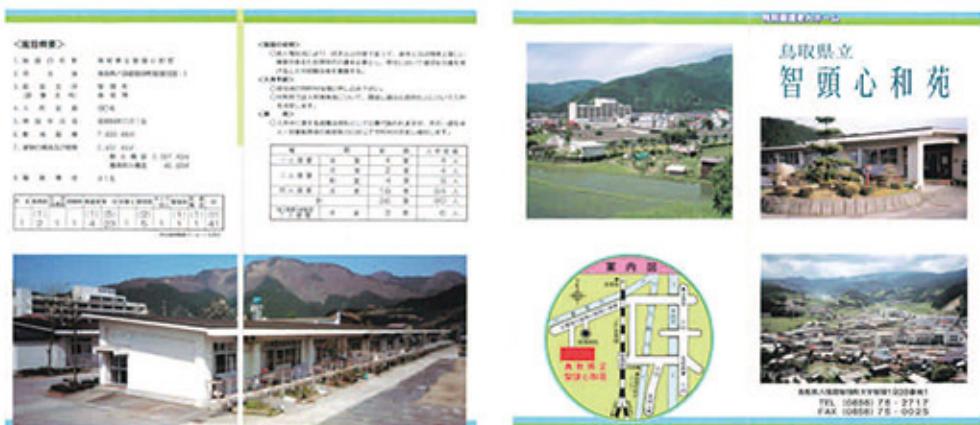
●安住 私は昭和54年の11月に採用されて、昭和55年の1月に寮母主任になつて、そのままずっとでした。

考えてみれば無茶な話ですよねえ、経験がないのに。

県内でも早い時期にできた施設なので、みんなわからぬ状態で始まつていつたわけですよね。

安住さんは心和苑を退職後、社協のケアマネジャーを手伝つてもらつていましたが、社協が心和苑を運営することになり、ふたび心和苑の介護士長をお

願いしまして、本当にお世話をなりっぱなしで…



県立の頃のパンフレット

りの心和苑はまだマニュアルもなく、何もないところから仕組みを作っていく大変さがありましたね。

●安住 每月、寮母会という会議があつて、マニュアル整備というかいろいろ決めていくわけですけど、まあこれが決まりない。

●長谷 毎月、もめるもめる。

●安住 少ないとはいえ、他の施設に研修に行つたり、いろんな本や資料調べたり、勉強をしていくわけですが、仕組みを作っていくということは大変でしたねえ。

●長谷 介護技術だとか、今ならいくらでも情報もあふれているけどその当時は何もないわけですよ。そんな中でありがたかったのは、他の施設との交流でした。

同じ県立の施設同士、定期的に寮母会や生活指導員会、事務局会などがあつて、その中で勉強会があつたし、仕事の仕組みも作られていつたように覚えてます。

●春摘 県立の特別養護老人ホームは6ヶ所作られ、東部特養・中部特養・米子特養・西伯特養・智頭特養・日南特養と名付けられていました。その後、

県立以外の特養ができはじめました。心和苑に来る前は京都の特別養護老人ホームで働いていましたが、オープンしたばかり



旧心和苑

すが、当時の所長尾崎信人さんが「心が和むところ」という意味を込めて、智頭心和苑という名前になつた」とおしゃつていたことを覚えていきます。

尾崎信人さんといえば、50年前、智頭町社協が法人化した時の初代事務局長を務められた方ですね。

●春摘 昭和57（1982）年

から平成4（1992）年まで長く所長をされました。社協の活動も熱心にされていましたし、書道の先生でもあるし、文芸誌も創つておられたし、多才な方でした。

小林さんといえば栄養士といふ姿が浮かぶわけですが、開設時からずっと栄養士の仕事でしたか？



旧心和苑

ながらでも介護の現場に出たくて、それでショートステイの送迎には必ず行くことにしたわけですよ。何とか介護業務をしようとしていました。今もショートステイの送迎に栄養士が同行しているでしょう？ 実はその時からなんですよ。

もう少しショートステイの送迎に行っています。いつごろから始まつたのでしょうか？

●春摘 開設当初からですよ。特別養護老人ホームというものを地域の皆さんに知つてもらいたかったわけです。

介護施設なんてまだ少なかつたですから、地域の中では「あそこは何をするところじゃ？」と思われる人も多かつたと思います。それで「夕涼み会」をして子どもたちを呼ぼうと。子どもたちが来ると親もついてきますから。

あと、地元の消防団ですね。もし地震や火災があった時のため、この施設を知つておいてもらわないと、と思ったわけです。

●小林 いえいえ、私は寮母で採用されました。たまたま栄養士の資格を持っていたので、平成8（1996）年から栄養士業務につきました。

私は介護業務のほうが好きだったので、栄養士の仕事をしだつたので、栄養士の仕事をし

でも特別養護老人ホームという介護施設がまだ少なかつたから、仕事の仕組みを作ついくことは、智頭心和苑だけではなくてどの施設でも手探りだったと思いますね。

智頭心和苑には今もいろんな方たちがボランティアで来てくださっていますが、その頃から地道な積み重ねがあつてのこ

●小林 今は介護度3以上の重度の方しか入所できないから行事もできなくなつてきているでしょ？

でも当時は元気な方もたくさん入所していましたから、夕涼み会だけでなく、いろんな行事ができましたよね。あたりまえのことですけど40年前ですから、ほとんどの方が明治生まれでした。

●福田 私は智頭心和苑開設の一年後、昭和55年11月から約10年、臨時の寮母をしていました。平成2年にデイサービスセンターができることになり正規職員として採用されました。

智頭デイサービスセンターは鳥取県東部で最も早くにできたデイサービスなんですが、県立ではなくて智頭・用瀬・佐治の3町村が合同で作った施設でした。

3町村からの利用だから、当

然用瀬や佐治へも送迎に行くわけで、これが本当に大変でしたね。

今でも覚えてますけど、佐治の奥、柄原というところの一番奥に利用者さんがおられて、当時の送迎車は四輪駆動ではないマイクロバスでね、雪の時は途中でチエーンを巻いて行くんですけど、道幅はギリギリで大変でした。



現在のデイサービスセンター

集まつて利用者を決めたり運営方法を話し合ったりしていました。一番議論伯仲するのは、運営費の分担について話し合う時だったかなあ、できるだけ拠出金は少なくしたいですからね。デイサービスセンターも智頭心和苑と同じで、開設当初はどう運営していくべきのか、本当に手探りでしたね。

●長谷 私は平成10年にデイサービスに異動になりましたけど、たしかに佐治の奥への送迎って大変だったなあ。

やがて用瀬も佐治もそれぞれにデイサービスセンターができ、智頭町だけで運営するように変わってきたわけですね。

3町村で作ったデイサービスセンターだったわけですね。

初めて知りました。

今の智頭心和苑は平成17（2005）年2月に新しくできた施設ですが、以前の建物は今の保健センターのヘリポート辺りに建っていましたね。

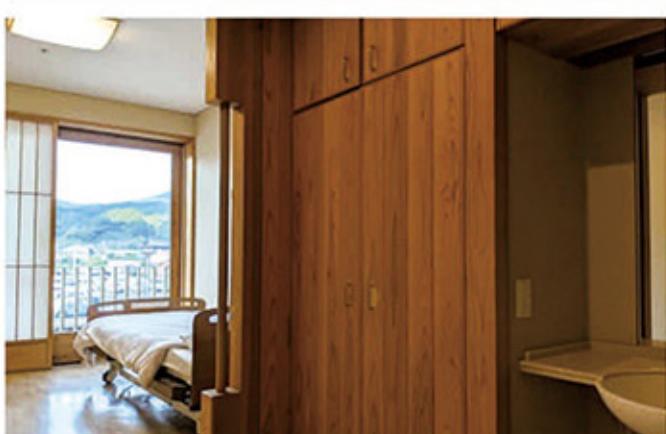
当時は措置制度でしたから利用者は行政が決めるわけです。3町村の老人福祉担当が頻繁に

部屋が基本でしたね。今とは介護の考え方方が違つて、最初は間仕切りのカーテンもなかつたですね。食堂もひとつで食事の時は全員が一齊に集まるし、当時はそれが当たり前だったわけだけど、今とはものすごく違つていましたね。

寺坂さんは今の施設に建て替わる時をご存じですね。

●寺坂 私は平成14（2002）年から平成16（2004）年の二年間事務を担当していました。皆さんとちがつて開設当初の頃には関わっていないわけですが、私が智頭心和苑に居た時はまさに建替え真っ只中でしたね。

新しい施設の建設に関わっていたのは当時の岡本甚一郎所長とその後の藤原孝所長ですね。岡本所長は新しい施設の建設に苦労されましたし、藤原所長は「ユニット型特養」という新しい介護形態への切り替えに苦労されたと思います。



現在の智頭心和苑と居室



藤原所長はその後社協の事務局長を一年、また、岡本所長は社協の理事や監事としてずっと社協を支えてくださいました。お二人とも若くしてお亡くなりになられましたが、私も本当にお世話になりました。

ということだと思います。今の職員の皆さんも元気に、そして笑顔でがんばってくださいね。

●福田 建て替わった後の今的心和苑とちがつて、前の心和苑やデイサービスセンターはまだ若かつた私たちが最初の頃からずっと関わってきて、利用者さんから追いかけられたり、唾をかけられたり等、大変だったこともいっぱいあるんだけど、楽しかった思い出が詰まっています。

●安住 振り返つてみると開所した当初つて本当に苦労してきましたなあって思います。でも、楽しいこともたくさんありました。利用者さんと泣いたり笑ったり。だからずつと仕事を続けられたんだと思います。特別養護老人ホームの仕事をつて突き詰めてみれば、利用者さんに少しでも楽しく、一日でも長く過ごしていただく。職員はそれをしっかりサポートする。

●小林 措置制度の頃とちがつて、今は介護度3以上の重度の方しか入所できません。介護保険制度のもとで本当に細かい規則が決められている。しかも介護報酬は上がらない。そんな中でどういう介護をしていくのか、今の職員さんも大変だなあと思いますが、介護の仕事つて、ああ良かつたなあつて思えることがいっぱいありますよね。楽しく仕事に向かっていって欲しいですね。

●長谷 心和苑つて私にとっては自分の子どもみたいなものかな。何もないところからすつとなんだしながら仕組みを作つてきて、泣いたことも笑つたこともいっぱいありました。でも辞めたいって思ったこと一度もなかったなあ。楽しかった。



皆さんのが苦労して作つてこられたものを受け継いで今の私たちがあります。
まだ特別養護老人ホームやデ



福田さとみさん
(元ケアマネジャー)



小林弘子さん
(元栄養士)



寺坂英之さん
(元事務)

イサービスセンターという介護施設が珍しいものだつたころからずつと関わり、この町の介護サービスの仕組みを皆さんを作り上げて来られたんだと思います。そして現在も、森のミニデイや智頭町社協の役員等と智頭町の福祉に関わっていただいています。

皆さんだけでなく、心和苑で介護の基礎を勉強し、新しく介護事業を始めた方もたくさんおられます。心和苑を定年退職した後、今もパートで心和苑を支えてくださっている方もたくさんいます。智頭心和苑があつたからこそ今の智頭町の介護サービスがある、と言つても過言ではないと思うんですね。だから智頭心和苑つて智頭町の介護サービスの原点なんだなって思います。

今日は貴重なお話をありがとうございました。



福祉体験/配食サービス ～土師地区愛の輪給食会～

7月17日(日)、土師地区の小学5年生3人が地元土師地区で配食サービスを体験しました。お弁当を作っている様子を見学した後、民生委員さんに案内され、利用者さんのお宅へ。「こんにちは。どうぞ食べてください。」と元気に訪問し、利用者さんも笑顔で迎えてくださいました。地域での福祉事業体験に参加した3人の小学生も良い経験となったようです。



夏空の下で ～山形地区でグラウンドゴルフ交流会～

7月30日(土)、旧山形小学校で、PTA山形支部、地区公民館、地区社協、老人クラブ、財産区が合同でグラウンドゴルフ交流会を行いました。

地元で家族や世代間を超えた人とのスポーツを通じた交流。途中、かき氷で涼をとりながら、グラウンドゴルフを楽しみました。参加された地区の方々も、終始、笑顔の絶えない素敵な交流会でした。



智頭小学校福祉教育 ～車椅子体験～

智頭小学校4年生は総合的な学習で「人にやさしいまちづくり」について学んでいます。6月に自走式・介助式の車椅子体験をし、介助する人・される人の気持ちを理解し、自分は何ができるかを考え、行動する学習を行いました。質疑応答の時間では多くの児童から、活発な意見が出ました。



自走式体験の様子



介助式体験の様子

♡智頭町社協は、智頭町に“福祉の心”を広げるお手伝いをしています♡

智頭農林高校美化活動 ～智頭心和苑・庭園～

ふるさと創造科地域福祉コース3年生は、毎年心和苑屋上庭園の整備活動を行っています。新型コロナウイルス感染対策のこともあり、利用者さんとの交流はできませんが、私たちが植えた季節の花々を見ることで、少しでもやすらぎを感じてもらえば嬉しいです。今年は6月初旬にメランポジウム、ブルーサルビア、ペチュニアを植えました。今年度は秋冬にも植え替えを行う予定ですので楽しみにしていてください。

今年はペチュニアが加わって一段と華やかに！



Before



After



智頭心和苑見学会 開催しました！

2022年6月中旬に民生委員の方々へ施設概要や智頭心和苑に入所する方法、入所してからの過ごし方、料金面などの説明をさせていただきました。

施設見学隨時受付中

個人、団体のどちらでも対応いたします。

**どんなことでも質問や相談してください。
例えば…どんな過ごし方をするの？費用はいくらかかるの？**

【お問合せ】特別養護老人ホーム智頭心和苑

◆電話：75-2717 ◆担当：壽村（すむら）

※感染状況により、急遽中止になることやご希望に添えないことがありますのでご了承ください。

「安心キット」を 無料で配布しています

●「安心キット」は…

体調が急変するなど、万が一の場合にそなえて、緊急の連絡先・かかりつけの医療機関・服用している薬、などの情報を記入した用紙を専用の容器に入れ、救急隊などが見つけやすいよう、冷蔵庫に保管しておくものです。

智頭町社協では、ひとり暮らしの方・高齢者だけの世帯・障がいのある方・病気がちで不安のある方など、ご希望される方に無料でお配りしています。

●「安心キット」をご希望の方は…

智頭町社協総務課 75-2326までご連絡ください。



掲示板 仲間大募集

このコーナーは、住民の皆さんと交流・趣味・運動等の仲間を募集するコーナーです。

将棋と一緒に楽しみませんか

～王将クラブ～

将棋の好きな人が毎月一度集まり和やかに楽しんでいます。将棋は伝統あるゲームで多くの人に知っていただきたいです。あなたも初段を目指してください。小・中学生や初心者の方も歓迎します。是非ご参加ください。お待ちしております♪



◆日時：毎月第3土曜日 13:30～17:00

◆場所：智頭町総合センター ◆参加費：無料

◆お問合せ：75-0513（大坪）

このコーナーを使って仲間づくりを 募集しませんか？

子育て世代で集まりたい、趣味の活動を広げたい、運動する仲間がほしい、同じ悩みをもつ方と話をする機会を作りたい等々、まずは智頭町社協までご相談ください。

お問合せ：総務課 電話75-2326

職員災害対応訓練

智頭町社協は、特別養護老人ホームや障がい者のグループホームを運営しています。

大きな災害が発生したからといって、業務を中断することは絶対にできません。大きな地震が発生したり、豪雨や大雪が続いているとき、そのようなとき、私たち社協職員はどのように行動するのか……。

災害という緊急事態が発生したときに冷静に対応できるよう、毎年、欠かさず災害対応訓練を行っています。



机上訓練の様子

勝手に表彰!

第31号



智頭つくし会さん



智頭病院の外来駐車場に、毎年色とりどりの可愛らしい花が植えられているをご存じでしょうか? 今回は、その花を11年に渡って植えておられる、智頭つくし会さんをご紹介します。

発足は昭和35年に遡ります。現会員の親世代が「何かできることをしたい」と、病院の窓清掃をしておられ、子世代に引き継がれていきます。

病院の植栽のきっかけは、現会員の一人が入院

中、病院職員との会話の中で「駐車場の花壇が活用されていない」とわかり、「じゃあ私たちが!」と申し出たそう。植栽当日は、流石11年目と手際も段取りもよく、あっという間に駐車場に彩りが添えられていきます。黙々と作業した後の慰労は、今度はおしゃべりに花が咲きます。

「10年経ったということは、それだけ年を取ったんかぁ」としみじみ。腰が痛くても集中して頑張れるのは、「綺麗だなあ」の声が嬉しいです。「体が動く限り、もしメンバーが変わっても(随時募集中です☆)この活動は続けるつもり」と笑うつくし会の皆さん、勝手ながら表彰いたします!



「志あわせ」の
ご意見・ご感想を
お寄せください

抽選で3名様に
『トスク商品券』を
プレゼントします。



①応募方法

ハガキまたは応募用紙等に住所・氏名・電話番号・年齢を明記のうえ、ご意見・ご感想をご応募ください。

②応募先

〒689-1402

智頭町智頭1875番地

智頭町社会福祉協議会 総務課

電話:75-2326 FAX:75-4110

メール:chizu0804@jade.plala.or.jp

③締め切り

2022年10月31日(月)

*当日消印有効

▼ 智頭町社協法人化50周年おめでとうございます。
60年前に任意団体として発足し、昭和47年に法人設立された智頭町社協の50年の活動のあゆみを読ませていただきました。ミニディ、配食サービス等々様々な活動をされていますが、これから特に高齢化が進み、皆様の活動的重要性が高まってきます。私も高齢ですが、地域のために出来ることは続けて行きたいと思います。

(山形
60代女性)
☆ご感想ありがとうございました。
(山形
50代女性)

▼ 配食サービスに年1~2回程度ですが携わらせてもらっています。毎回喜んで食いで作っています。ある方が「うちのおばあさんが美味しいって喜んどられたで」という声を聞き、一段と作る意欲もわいてきました。社協では素晴らしい活動をされたいことを知りました。これら

の取り組みがずっと続くよう私たち若い?世代が受け継いでいかなくてはと感じました。まずは身近なことからはじめてしまいたいと思います。

読者の
ひろば



社協会費のご協力ありがとうございました

2022年度社協会費の各地区内訳は、右記の通りです。

会費の内、2分の1を各地区社協へ助成し、残りを智頭町社協の活動費として活用させていただきます。



地 区	金 額
智 頭	815,000円
山 形	288,000円
那 岐	280,000円
土 師	274,000円
富 沢	178,000円
山 郷	162,000円
合 計	1,997,000円

ご寄付ありがとうございました

(2022年6月～2022年8月まで)

*古布・タオル・シーツ 等

寺谷 克江 様 波多 長次 様
藤原 和子 様 安住 晴美 様
大坪ミニデイ百寿会 様
樽福会(サロン) 様
匿名多数



*折り紙作品

中村 利江 様

*エアコン 1台(自立の家へ)

藤原 くるみ 様

*アルミ製自走車椅子 1台

中電工 鳥取支部青年女性員会 様

*ばれっと三田・自立の家

あおぞら(グループホーム)配食サービスへ各種食材

各地区給食ボランティア 様 匿名多数

古着・古布の寄付 ご協力のお願い

家庭で不要になった古着、タオル、ハギレなどを寄付していただけませんか。

- ①吸水性が良く、清潔なもの
- ②浴衣・Tシャツなどの古着



裁断していただく場合の目安：
15cm×20cmくらい

※大変お手数ですが、智頭町社協までご持参ください。持参が難しい場合は、下記へご連絡ください。

お問合せ：

総務課 電話75-2326

香典返し等寄付金ありがとうございました

(2022年6月～2022年8月まで)

◎了解をいただいた方のみ掲載しております。敬称略

8	7	6						月			
		金一封	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	五〇、〇〇〇	三〇、〇〇〇	金一封	五〇、〇〇〇	ご寄付額(円)	
		真鹿野	市瀬	智頭	西谷	大背	波多	智頭	中原	中田	住所
谷口	平尾	河上	尾崎	菅原	菅原	小屋本	米井	岡田	聲高	隱岐	故人のお名前
栄祥	宏	進	花子	美津江	かね子	かね子	美知江	壽子	厚史	新吉	年齢
77	89	96	98	93	103	87	95	73	84	84	寄付者ご芳名
谷口	平尾	河上	尾崎	菅原	小屋本	大谷	岡田	聲高	隱岐	寿枝	
正樹	勇人	雅彦	寛治	新一	悦子	京子	廣重	かつ代	寿枝		

香典返し寄付金は、サロン活動等で地域の皆様に活用しています。

ふれあいサロン紹介

Vol.69

・登録数 111グループ ・登録者数 1,514人（9月1日現在）

山形健康体操（山形全域）

平成22年にサロン登録しました。現在は、50～97歳の27名。その内の7名は当時からのメンバーです。山形第一公民館で毎月2回、第2・第4水曜日の午後に集まっています。目的は介護予防と「いざという時に自分で逃げられる体と心」を鍛える事。「自分の体は自分で守る”を目標に活動しています。

当初から参加している90代の男性が「今までに休んだのは3回だけ」と、雨の日はカッパを着てセニアカーで参加しています。意外に若い人より90代の方の方がポジティブな考え方で、高齢の人を見て若い人が頑張り、若い人がいるから高齢の人も張り合いがあるようで、お互いの相乗効果で良い感じでサロンが続いている。

興味のある方は是非参加してください。



歓迎!!

私たちと一緒に健康体操をしましょう！



町福祉課保健師さんの
血圧測定で健康チェック



1時間しっかり体操！
筋肉痛は若返りの証拠！

ふれあいサロンは一部赤い羽根共同募金の配分金で運営しています。

ふれあいの場

ミニディ紹介

Vol.39

60歳以上の方の健康の維持・増進・生きがいのある生活を支援する活動「ミニディ」の活動を紹介します。
登録数: 36グループ 登録者数: 606人（9月1日現在）

尾見きらく会（山郷）

ミニディを始めて21年が経ちました。メンバーも変わり現在登録会員15名。2カ月に1回尾見公民館に集まっています。

「ミニディに集まってみんなと話をするのが楽しみ」「特別なことをしなくともみんなと会えるのが嬉しい」と、ミニディがみんなの情報交換や交流の場になっています。気楽に参加できるように、昼食は弁当を買って、サロンの内容は集まってからのお楽しみにしています。

今後もミニディに駐在さんや保健師さんを招いて、自分たちのためになる話や、共助交通や告知端末の使い方など難しくて分かりにくいことも、みんなと一緒に勉強していきたいです。



大学実習生と一緒に記念写真をパシャ！



郷原駐在さんの話
振り込め詐欺の手口がリアルに伝わりました



社協から安心キットの説明
さっそく申込された方もありました

