

「地域のお宝をみんなのものに～お宝でつながろう～

お宝発表会」が開催されました！

皆さんは「地域のお宝」をご存じですか？・
地域の中に日常的にある何気ない「お茶飲み」や「趣味の集まり」などが
実は、お互いに気にしたり・気にされたりすることで生まれる「自然な支え
合い」「身守り活動」となり「生きがいづくり」や「元気の源」となってい
ます。そして、それこそが「地域のお宝」なのだと思っていていただくことを
目的に、平成31年1月29日（火）宮城県主催、白石市・白石市社会福祉
協議会が共催として、ホワイトキューブで「お宝発表会」が開催されました。



今回の「お宝発表会」では白石市・角田市・丸森町・
柴田町・蔵王町の2市3町が参加し、雪が降る中、
多くの方々に足を運んでいただきました。白石市
からは深谷地区の「グラウンドゴルフ深谷会」、南
町地区の「ゆいま～る蔵王会 in ギャラリー皆美」
の活動を発表。当事者の皆さんにも登壇していただ
き、発足から現在に至るまでの活動の内容や、活
動に対する思いなどを語っていただきました。こ
の2つの活動についてご紹介させていただきます。

福岡深谷地区の「グラウンドゴルフ深谷会」には手
づくりの休憩小屋・道具入れ・簡易トイレを備えたと
ても快適な“深谷会だけ”のグラウンドゴルフ場があ
ります。プレーの間にはビニールハウスの休憩小屋
で一休み。お茶とお菓子で一服です。深谷小学校を通
して子どもたちとの交流も育んでいます。仲間との楽
しみや子どもたちとの関わり合いが、自然な支え合
い見守り合いになり、生きがいや役割となって、健康長
寿を謳歌しています。



グラウンドゴルフ深谷会

南町地区にある「^{みなみ}ギャラリー皆美」は以前から素的
なオーナーとその仲間たちの集いの場です。その一角
を借りて昨年より同じ地域の女性が小さな産直とお
茶飲み場「ゆいま～る蔵王会」を開催。2つの集いの
場がいつしか自然と1つになって、障害があっても
なくても、高齢者でも子どもでもみんなが地域の一員。
ここから本当の交流を広げて行きたいという思いを
重ねて活動しています。「人は心を求めて人に集う」
そんな優しい町中の居場所です。



ゆいま～る蔵王会 in ギャラリー皆美

※ 2つの活動に関心がある方・つながりたい方・参加したい方は、白石社協 地域支援係 山家まで
お問い合わせください。その他、地域活動に向けた「出前講座」などもお気軽にご相談ください。

編集後記

最後までご覧いただきありがとうございました。私たち「生活支援コーディネーター」は「地域のお
宝探し」や、見つけたお宝を広く知っていただき、「それなら私たちにもできるかも・・・」と関心を
持っていただくこと。そして自分たちの活動がなぜ「お宝」なのかを知っていただくことを仕事とし
ています。まだまだ隠れた「地域のお宝」探しは続きます。皆様からの情報をお待ちしております。
発行元：社会福祉法人白石市社会福祉協議会 地域支援係 佐野・山家 ☎ 22-5210

16 郡山地区

百歳まで楽しく元気よくを目標に！！ 百楽体操会

開催日・開催場所	毎週月曜日 郡山自治会館
時間	午前9:30 ~ 11:30 前後まで
会費	月 500円
活動内容	健康体操、集いの場、見守り、食事会
目的	百歳体操と親睦の会
運営財源	会費
協力・連携	郡山自治会



百歳体操を主に筋力の維持を目的とした女性ばかりの会です。会長・会計・会計監査以外は全員副会長。
皆さん積極的に脳トレのメニューを紹介したり、友人を誘って来てくれたりします。一昨年10月から
9名で始めましたが、1年が経ち、現在19名で楽しく活動しています。



お手玉のレクリエーションは大好評！！

百楽体操会の行き帰り、斎川の土手を三々五々道端の草花の名前や
食用になる草の見分け方などを話しながら歩くのも楽しみの一つで
す。3~4ヶ月に1回、食事会やカラオケ大会を行います。皆
さんなかなかの美声で日頃見られない表情を見せてくれます。
65歳以上の地区内に住んでいる人であれば、男女問わず参加可能
ですが、場所が狭く残念ながら現時点では増員は難しいところです。
会長 橋本 信子(ハットリ ノゴ)

17 越河1,2,3,4地区

笑顔いっぱい元気なサロン！ 「あすなろ会」

開催日・開催場所	月1回（第3木曜日）越河部落集会所
時間	午前9:30 ~ 11:30 まで
会費	毎回200円、役員年会費500円
活動内容	集いの場、健康体操、研修会など
目的	地域の方々の集いの場と親睦のため
運営財源	サロン助成金、会費、役員年会費
協力・連携	越河1区~4区自治会・公民館・民生委 員・更生保護員・保育園



毎回平均35名ほどの参加者がいる賑やかなサロンです。そのうち男性参加が1/3ほどおり、一緒に歌
ったり・踊ったり・折り紙をしたり、ときには越河保育園児との楽しい催しや、地域の越河歴史探訪会や
戦争体験者の方々から貴重なお話を伺ったりと楽しく過ごしています。毎回お茶とおしゃべりの時間
を十分にとり、より親睦を深められるように工夫しています。スタッ
フ(役員)12名がそれぞれ役割を持つことで、スムーズな運営がで
きています。歩くことが出来ないために、なかなか参加できない方
がいらしゃるのが残念です。同地区内に住んでいる方、年齢・男女問
わずどなたでも参加できますので、是非一度足を運んでみてください。
お待ちしております！



恒例の手遊び脳トレでもこの笑顔です！

代表 佐藤 和代(サトウ カズヨ)

覚えておこう！！



白石市地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域に暮らす高齢者が住み慣れた環境のもとで、自分らしい生活を継続するための支援を・医療機関・介護保険サービス事業所・高齢者福祉サービス事業所・ボランティア団体など様々な社会資源と連携して行っている行政機関です。私たち生活支援コーディネーターとも地域の活動支援として連携しています。

総合相談

高齢者の抱える様々な問題について、本人、家族、地域の住民等からの相談を受け、必要な支援が受けられるよう調整します。

権利擁護

高齢者が地域において尊厳のある生活を維持するための支援。

- 高齢者虐待の防止・高齢者の擁護者の支援
- 成年後見制度の活用、支援 など

介護予防ケアマネジメント

- 要支援 1、2 に認定された方や総合事業対象者の方が介護予防サービスを利用するためのケアプラン作成
- 介護予防プランの作成

包括的・継続的ケアマネジメント

介護支援専門員、主治医、地域の関係機関と連携し、高齢者の状況に合った支援がおこなわれるよう、ネットワークづくりや介護支援専門員(ケアマネジャー)への支援を行います。

認知症についての相談

団塊の世代が75歳以上となる2025年には、認知症患者数は700万人前後に達し、65歳以上の高齢者の約5人に1人を占める見込みです。認知症は高齢者だけの病気ではありません。65歳未満で認知症を発症する場合もあり「若年性認知症」と呼ばれています。誰にも言えず悩んでいることなどはありませんか？「オレンジ★カフェ」は誰でも気軽に相談できる通いの場です。3月までは「ふれあいプラザ2階」で毎週月曜日の午前9:30~11:30の時間に、4月からは「介護予防センター（健康センター裏）」へ引越して毎週火曜日の同じく午前9:30~11:30の時間に開催します。心配なことやわからないことがありましたら早めに白石市地域包括支援センターへ相談しましょう。 ☎0224-22-1466



地域包括ケアシステムの構築



認知症支援の勉強会では寸劇を！



百歳体操実施への出前講座

いきいき百歳体操で心も体も元気になろう！！

健康運動指導士やいきいき応援マイスターなどが皆さんの地域に出向いて「いきいき百歳体操」の実施をお手伝いしています。年を取ると誰もが弱って介護が必要になると思いませんか？「いきいき百歳体操」で“体力”をつけ、いくつになっても元気でいきいきとした生活を送ることができたら、「介護いらす！！閉じこもりゼロ！！」虚弱な状態（フレイル）にならないためには、①社会参加 ②運動 ③栄養 この3つが大切です。百歳体操での集いの場づくりに関心のある方は是非ご連絡を！



白石市地域包括支援センター ☎ 0224-22-1466

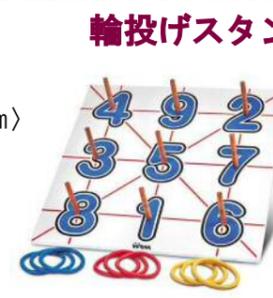
サロン担当あきちゃんのつぶやき

日頃より、サロン活動大変ご苦労さまです。いつも皆様のお姿を拝見しては「お元気だな〜」と感心するばかりです。新たに活動の申請をされたサロンを含め、平成31年1月末日時点で白石市内のサロン登録数は45団体となっています。いつまでも地域で楽しく過ごすためには、「自分たちの居場所づくり」が重要です。サロンもその中の1つです。地域ならではの楽しいサロン活動をこれからも応援して行きます。今回は新しく増えた人気の「貸し出し用レクリエーショングッズ」についてお知らせします。サロンのみに関わらず、子ども会やお祭りなど・地域での催しにも是非ご活用いただけたら嬉しいです。レクリエーショングッズのカタログ・借用申込書につきましては白石市社会福祉協議会公式HP <http://shiroishi-shakyo.jp/> よりダウンロードが可能です。お電話でのお問い合わせは **地域支援係 ☎:0224-22-5210** までご連絡ください。



ポケットボールセット

- 【セット内容】
- ① ポケットボール台(90×90 cm)
 - ② マット(2.5m×91 cm)
 - ③ クラブ 2本
 - ④ ボール 10ヶ
- 総重量:約 11.8 kg



輪投げスタンダードタイプ(中)

- 【セット内容】
- ① ボード(60×60 cm)
 - ② サークル大 9ヶ (3色×3ヶ) 直径 17 cm
- 総重量:約 7.6 kg

大型バランスゲーム



- 【セット内容】
- ① ブロック 18ヶ (15×15×45 cm)
 - ② サイコロ (25×25×25 cm)
- 総重量:約 8.3 kg

だるま落とし



- 【セット内容】
- ① だるま頭 (直径 30×高 30 cm)
 - ② だるま胴 4ヶ (高 15 cm)
 - ③ ハンマー 2ヶ (長さ 50 cm)
- 総重量:約 1.7 kg

この他にもたくさん新しいグッズを用意しました。お申込み・お問合せお待ちしております！

ひそかな人気・ニュースポーツもおすすりめです！



越河公民館 cafe では囲碁ボールが大人気



ボッチャは狭い場所でも楽しめます

『ニュースポーツ』とは・・・技術やルールが比較的簡単で、誰でも、どこでも、いつでも容易に楽しめることを目的に考案され、紹介しているスポーツのことで、数百以上もあるといわれています。子どもから高齢者まで「誰でも楽しめるスポーツ」として普及してきました。パラリンピックの正式種目になっているものもあります。小学校の福祉体験学習や親子活動にもお勧めです。是非一度体験してみてください。

【お申込み・お問合せ先】白石市教育委員会生涯学習課 スポーツ振興係 ☎:0224-22-1343 FAX:0224-24-5377