



# 倉敷東学区社協だより

【お問い合わせ】 事務局 中村 泰典 (倉敷町家トラスト)  
080-5232-6462



皆様の更なるご協力を得ながら計画を進めたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

さて、昨年度は福祉を学ぶ大学生の若い力も得ながら学区で独自の取り組みをしてきました。先進的な他地区社協との意見交換で得られた情報も活用しつつ、マンネリに陥ってしまわないようにと今年度から新しいメニュー事業も取り入れ、また年配者からお子さんまでが安心して過ごせることができる地域づくりの取り組みも始めました。

倉敷市では市民の意見を取り入れ、平成27年度から5年間の地域福祉計画が策定されました。また市社協でもその方針に沿った第2次福祉活動計画の策定に向け協議されています。

5月に開かれた第3回総会も滞りなく終え、当学区社協の活動も3年目を迎えることができました。これも役員の皆様のご尽力はもとより、地区住民の皆様のご協力があったからであり、深く感謝申し上げます。



3年目の抱負

会長 辻 正男

## 平成27年度 事業計画

### 《年間事業》

- ①倉敷東小地域ケア会議  
地域に即した高齢者等の支援体制の整備と推進。年6回。
- ②機関誌発行  
倉敷東学区社会福祉協議会の活動を年2回紹介。
- ③社会福祉に関する調査・研究  
団体と人的資源の調査。地区ヒアリング、アンケート調査。
- ④福祉教室  
郷土料理教室、ふれあいウォーキング事業実施。
- ⑤子育て応援事業  
子育て中の親子の支援と子供の生活や学習の支援。



### 《メニュー事業》

- ①歳末たすけあい活動  
年末にもちつき大会を行い、世代間交流を図る。
- ②3世代交流活動体育祭 その他交流会  
コミュニティ主催の住民運動会で福祉学習の機会を設ける。
- ③高齢者ふれあい事業  
学区に5ヶ所のサロン運営  
(幸町・美和・鶴形・まちなか・阿知3)
- ④福祉講演会の開催  
高齢者や障がい者の介護など福祉について学ぶ機会を設ける。





# 郷土料理教室

《メニュー》  
「ばら寿司」  
「木の芽和え」  
「ごぼうの味噌汁」



4月17日に倉敷公民館で郷土料理教室を実施しました。岡山の郷土料理の寿司と言えば「祭り寿司」と思われる方も多いと思います。一般的に寿司飯に魚介類の刺身を中心に、様々な具を散らして作る「ちらし寿司」と細かく切った具を寿司飯に混ぜ込んで作る「ばら寿司」の二種類に大別されます。

「祭り寿司」は江戸時代、備前岡山の藩主「池田光政侯」が質素儉約を推奨した「食膳は一汁一菜」というお触れに、反発した町人達が、魚や野菜をたくさん寿司飯に混ぜ込み、それに汁をそえて体裁だけは一汁一菜としたという由来から「ばら寿司」に分類されたそうです。

今回はあえて「ばら寿司」としました。川崎医療福祉大学の男子学生三名の参加もあり、賑やかで楽しく交流しながら、郷土料理の勉強ができ、美味しい会となりました。

高橋靖子

# 第3回ふれあいウォーキング!

5月29日に、東学区ふれあいウォーキングが開催されました。まず運動指導士と認知症予防の脳トレを行いました。少し複雑な手の動きで戸惑いましたが、とても参考になりました。

今回は万寿学区の方も加わり、倉敷駅北広場から、みらい公園のコースを歩きました。コースは短いので、保健師の指導の下で、しりとりをする等、趣向を凝らしながら三周歩きました。天候にも恵まれ、軽く汗をかきながら頭と体を使って、楽しいウォーキングとなりました。

土倉芳子



# ふれあいサロン紹介

どなたでも自由に参加下さい!

☆ふれあいサロン幸町  
毎月第2水曜日 9:30~11:30  
幸町会館 100円 レクリエーション・体操

☆ふれあいサロン鶴形  
毎月第3金曜日 10:00~11:30  
ケアハウスつるがた 100円 歌・茶話会

☆ふれあいサロン美和  
毎月第1火曜日 10:00~11:30  
美和公民館 100円 健康体操

☆まちなかサロン  
毎月第4金曜日 13:00~16:00  
くらしきまちづくりセンター 無料 映画鑑賞

☆阿知3サロン  
毎月第1水曜日 14:00~16:00  
元町駐車場会議室 無料 合唱・脳トレ



※日時は急な変更がある場合があります。



# 鶴形サロン 3周年記念 コンサート



鶴形サロンでは、季節の歌や唱歌・歌謡曲などの歌を中心に活動しています。地域の皆様や施設に入所されている方が、毎回30名以上参加してくださいませ。

今年で3周年を迎え、6月19日にソプラノ歌手とピアノ演奏者をゲストに、記念コンサートを行いました。

懐かしい歌の時は、先生からアドバイスをもらいながら、参加者も一緒に歌って、歌う事が出来ました。

歌う事は、認知症の予防になったり、ストレスの解消になったり、楽しい時間を共有する事で、コミュニケーションのきっかけにもなります。

その他のサロンでも色々な企画を用意していますので、友達と声を掛け合いながら参加してください。

## サロン♪ぽっかぽか 開設!!



NPO法人子育て応援ナビぽっかぽかが主体となり、倉敷東学区社会福祉協議会、倉敷東小学校、川崎医療福祉大学医療福祉学科の学生が協働して活動している、主に小学生以上の子どもたちを対象としたフリースペースです。

親の就労等の理由で夜を一人で過ごさざるを得ない子どもたちを大学生が見守りながら、夕方から夜の時間を共に過ごしています。子どもたちの成長を地域で見守っていくことを目指しています。

ご利用の相談・質問、活動に関心のある方はお気軽にお問い合わせください。(0800-305613116)

田口

## 子育て応援会議



# 子育て応援事業

昨年度より幼稚園・学校など学区の子どもの関係機関が集い、地域の課題を共有し子育て支援を考えるために、子育て応援会議を実施しており、今年度からは地区社協の子育て応援事業として活動することになりました。

東学区の特徴として、素直で可愛い子どもが多く、幼稚園では「よく遊びよく学べ」をモットーにいろんな体験をさせるよう工夫し、小学校では挨拶や道徳教育に力を入れています。

一方最近の課題としては、子どもの実体験不足や生活習慣の問題があげられました。

虫の名前を知っていても実物を見たことがない・家で食べ慣れない給食の和食を食べない・ゲームで遊ぶことが増え、主体的な遊び(ごっこ遊び)ができない・外遊びが減り、長距離歩けないなどの運動能力の低下など、子どもの育ちを妨げている現状が問題になりました。

そこで子育て応援事業では、「電子メディアとの付き合い方」や「生活リズム・睡眠」について資料を作成し、幼稚園や学校を通じて配布しました。

※左のイラストはその一部です。子どもは地域の未来です。今後とも地域の皆様のご協力をよろしく願います。

### スマホに子守りをさせないで!

**○** 赤ちゃんを目と鼻を合わせ、語りかけることで赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。

親子が同じものに向き合ってください。絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。

散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や想像力を育みます。

**×** ムカがる赤ちゃんに、子育てアプリの画面で応えることは、赤ちゃんの愛着を育むことがありません。

親も子どもがスマホ操作のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまいます。

寝がさやホコに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気配りが出来ていません。

一般社団法人 日本小児科医会

# ～地区社協メンバー募集～ 若い力・人生経験のある方の知恵を社協に!

地区社協では、様々な地域課題について話し合いを重ね、事業実施まで行っています。一緒に地域活動にご協力いただける方を随時募集していますので、ご興味のある方は事務局までご連絡下さい。

地区社協も設立して3年目に突入しました。各専門部会で行われている活動の一部をご紹介します。

### 《倉敷東小地域ケア会議》

高齢者問題を考える中で、町内の機能が低下していることが高齢者の見守りや支援を困難にしていると考えて、町内会の現状を調査し、魅力的な町内運営のための仕掛けを検討しています。

### 《子育て応援事業》

平成26年度からスタートし、平成27年度から地区社協の仲間入りしました。今は専門職が集まって、子育てする上で直面する様々な問題解決に向けた話し合いを行っています。

### 《市社協への協力》

地域の生活相談窓口として約300世帯に1名民生委員がいますが、対象世帯数が多すぎて十分機能しているとは言えません。そこで民生委員以外に、福祉相談員を約100世帯に1名配置することで、地域の困りごとを円滑に相談窓口へ繋げるようなシステム作りを検討しています。



#### 【編集後記】

この度、倉敷東学区社会福祉協議会でホームページを作成しました。随時更新しますので時々ご覧下さい。

<http://eshakyo.wix.com/kurashiki-e-shakyo>

### 《お問い合わせ先》

事務局

中村 泰典(倉敷町家トラスト)

080-5232-6462

お気軽に  
お問い合わせ  
下さい!!



糖尿食 高齢者食 腎臓食 健康食

“健康で長生き”をするためにおいしい

治療食・健康食の

お弁当をお届けします。



すこやか便

倉敷健康給食サービス

岡山県倉敷市中島2280-3

TEL 086-465-4382

倉敷市高齢者等給食サービス事業指定業者

ご高齢者のご自宅へ毎日、  
昼食と夕食をお届けします。

高齢者専門宅配弁当  
宅配クック 123(ワン・ツウ・スリー)

倉敷中央店  
倉敷市連島1丁目12-38  
086-446-7701

野菜ソムリエと管理栄養士  
による旬のこだわり食材  
たっぷりメニュー

高齢者向けお食事宅配サービス

優食 株式会社 優食 〒712-8063 倉敷市水島南幸町6-2  
☎086-444-2779

行政と  
タイアップした  
高齢者向け  
「配食サービス」

安否確認 昼夕2回 100%県内産米

お弁当 土曜・日曜も 笑顔

安心を手渡しでお届け

倉敷市・岡山市・浅口市・総社市・早島町指定業者  
ケアフードサポート ひまわり  
倉敷市西岡1152-1 FAX 086-421-0998 TEL 086-421-6987