地域で・元気に・相返し

よりあい＊ええげえし

相返し＝ええげえし（秩父地方の方言です。）

第96号　2015年9月7日（月）発行
発行：よりあい＊ええげえし　〒350-0223
埼玉県坂戸市八幡1-2-19 ルミネンスやはた105
TEL ０４９-２８２-３８３６
E-mail　yoriai@lapis.plala.or.jp
URL　http://eegeesi.com/

東日本大震災により被災された全ての皆さまの安心安全と復興を心よりお祈り申し上げます。

お知らせ

今年も、約20の福祉関連団体が集合！

福祉であいの広場2015で 会いましょう！

展示・福祉体験・バザー・模擬店・スタンプラリー・お楽しみ抽選会など

昨年のええげえしブースの様子

お待ちしています！！

日時：１１月8日（日）
時間：９：30～15：00
場所：坂戸市勝呂公民館及び多目的ホール
※さかど産業まつりと同日開催！

よりあいの会いろいろ　参加費：いずれも５００円

得とくサロン
作って味わう伝承食

入間地方に伝わる「たらし焼き」を作ろう！

日時：９月１４日（月）
　　１０：００～１２：００
場所：入西地域交流センター食品工房
※上履きとエプロンをお持ちください。
　軽食となります。

腹式呼吸でリフレッシュ！
元気印サロン 健康吹き矢

健康づくりで大注目。初めてでも大丈夫！

日時：１０月１９日（月）
　　１０：００～１２：００
場所：坂戸市文化施設オルモ
　　２階 ギャラリー1.2.3
※動きやすい服装でおいでください。

事前の申し込みをお願いします！

マイケアプラン・誰もが自分らしい暮らしを！
みんなの認知症予防ゲームみっつのあ

あかるく・**あ**たまを使って・**あ**きらめない

９月２８日(月)…坂戸市中央公民館
11月１６日(月)…坂戸市文化施設オルモ ギャラリー1.2

★～会場の違いにご注意を！！
　時間はいずれも１０：００～１２：００
　定員：３０名

腹の底から自然に大笑い！楽しいゲームで脳活性化！

優しい色合いで心もふんわり
元気印サロン ふんわりパステル画

日時：１０月２６日（月）
　　１０：００～１２：００
場所：坂戸市中央公民館

赤・青・黄色・ピンク…ふんわりと色を重ねて、素敵な作品の出来上がり！
綿で描く手法で、誰でも描けます。
持ち物は不要。お気軽にどうぞ！

問い合わせ先　電話 049-282-3836　メール yoriai@lapis.plala.or.jp

よりあいの会で楽しく交流

今後の予定は4ページをご覧ください。

月曜日はよりあいの会！元気に一週間のスタート！

お楽しみ工房　折り紙

★−活動拠点ルミネンスやはた105

6月8日、みんなで折り紙を楽しみました。ポロシャツ型の折り紙は柄や色を選んでオシャレに。メッセージカードにもなります。折り紙は苦手という男性陣は昔話で盛り上がり、情報交換にも精を出していました。

折ったりたたんだり「指先を使うと認知症に良さそうね。」とおしゃべりにも花が咲きました。

東北で話題になった「復興折り鶴」にも挑戦！

元気印サロン　みんなで歌おう♪

★−オルモ　中練習室

6月29日、見山よし子さん指導のもと、牧内寛子さんのピアノに合わせて歌いました。「夏は来ぬ」「夏の思い出」や、雨・かもめ・金魚・カエルの歌など夏の歌特集で、大きな声を出して、気持ちよくのびやかに！

指揮者とピアノ伴奏で歌うことなんてめったに無い機会ですから、貴重な経験です。ええげえし会員によるハンドベルミニ演奏もあり、参加者もハンドベルを持ち、即興で演奏に参加！　歌もいっぱい、笑顔もいっぱいの一日でした。

元気印サロン　七夕・ハンドベル交流

★−浅羽野公民館 集会室

→お揃いのブローチが素敵なベルハーモニー。応援団の手作りだそうです。

7月6日、雨が降りしきる中でしたが、七夕飾りも華やかな会場で、鶴舞会ベルハーモニーと、年に一度の七夕・ハンドベル交流会をおこないました。

・ベルハーモニーさんの見事な演奏！バラエティに富んだ曲目で感心するばかり。

・ベルの音色と一緒にみんなで歌ったのが楽しかったです。

・参加しただけの私もハンドベルを持たせてもらい、「きらきら星」を一緒に演奏できて嬉しかった。

ラストは全員で！

坂戸市社会福祉協議会　坂戸市教育委員会 共催

福祉教育・ボランティア学習研修会に参加

★−入西地域交流センター

8月18日（火）におこなわれた研修会は、市内の福祉教育実践報告「テーマ・次世代へ伝えよう！福祉のこころの第一歩」、体験学習、ワークショップ等で、ええげえしからは6名が参加しました。

小中学校・幼稚園教員、ボランティア、民生委員、施設職員、大学生など約60名が一堂に会し、地域で暮らす誰もが、ふだんの暮らしの中で幸せを感じるために、みんなで考えること、行動すること、伝え合うことなどを学び合いました。

元気印サロン
健康吹き矢
★オルモギャラリー

6月15日の健康吹き矢は、チーム戦でゲームを楽しみました。初めての方がたくさん参加されて、吹き方を伝授したり、コツを教えあったり、とても楽しかったです。

健康吹き矢は大人気！

市内のあちらこちらで行われている「ふれあい・いきいきサロン」から依頼が相次ぎ、健康吹き矢の指導に伺う機会が増えています。

5月「サロン若葉」、6月は「石井コスモス」「ゆるやかサロン」「おしゃべりサロン」「末広町内会」、8月の「ボランティアサロン」など、どこへ行っても好評で、ゆったり息を吸って腹式呼吸、集中してマトに向かう、一気に吹いて矢を飛ばす等、健康に役立ち、誰にでも楽しめる点が良いようです。

※10月19日に元気印サロン「健康吹き矢」おこないます。関心のある方は、是非ご参加を！

ボランティア連絡会研修旅行に参加しました。

東京臨海広域防災公園　視察研修見学

7月9日（木）、地震発生後72時間の生存力をつける体験学習ツアーに参加しました。

タブレットを一台ずつ持ち、東京直下型地震を模した災害現場では、ビルの倒壊・がれきの山で通行できず、安全な場所をタブレットの指示に従ってどうにか進み、ようやく指定場所にたどり着けました。実際は？と考えさせられました。

ええげえしからは5名が参加し、ボランティア連絡会の各団体との親交を深めました。

【坂戸市ボランティア連絡会】社協HPより引用
市内で活動するボランティアグループの相互の親睦と連携を基礎に、地域福祉の発展と向上を目指して、活動しています。
（現在、さかどボランティア・市民活動センター登録23グループのうちの12グループで構成）
※偶数月の第1土曜日に定例会を実施。
※毎月第4木曜日にボランティアサロンを開催。

はるとまさこのマイケアプラン

地域で・元気に

高齢者福祉及び介護保険事業計画が、第6期計画（平成27～29年度）となった。坂戸市の計画には今回も「健康長生きプラン」というサブタイトルがついている。地域支援事業の充実や介護予防・生活支援の充実が重要とされ、「新しい介護予防・日常生活支援総合事業（新総合事業）」が2015年改定の中核となっており、介護予防に努めることや地域の支えあい等が、より期待されている。

設立時から「地域で・元気に・相返し」を合い言葉に活動してきたええげえし。変わっていく制度に合わせるのではなく、これまでに培った顔の見える関係や信頼を大切にしながら、違いを認め合い、ひとりひとりの「自分らしさ」を考えていきたいと思う。（須田正子）

まさこのホームページ
http://niconico39.net/

予告

坂戸市提案型協働事業
「出合って・学んで・地域力アップ」

14年間の地域交流ボランティア活動のスキルを活かし、市と協働して、地域で暮らすさまざまな人々が出会い、楽しく交流しながら学び合う以下のふたつの事業をおこないます。

①平成２７年１２月２１日（月）
坂戸市楽しい大交流会「お茶でおしゃべり
～立礼式のお茶席を楽しもう！」

②平成２８年１月１８日（月）
講演会「自分力・市民力の向上で、地域力アップ！」

よりあいの会　これからの予定

参加費：５００円

月	日	内　容		場所と時間
9月	7日(月)	お茶でおしゃべり	夏休み明けはお抹茶をいただきながら楽しいおしゃべり。みんなの笑顔が待ってます！	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	14日(月)	得とくサロン 伝承食を味わう	入間地方に伝わる伝承食を今風にアレンジ。簡単調理のたらし焼きを味わいましょう。	入西地域交流ｾﾝﾀｰ 10:00～12:00
	21日(月)	パソコンサロン	ワードで名刺作りはいかが。写真入りならなお楽しい！インターネットやエクセルも。	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	28日(月)	マイケアプラン/みんなの認知症予防ゲーム①	会場が中央公民館に変わりました！みんなの認知症予防ゲームで大笑いして脳活性化！	坂戸市中央公民館 10:00～12:00
10月	5日(月)	お茶でおしゃべり	秋の気配を感じつつ、お抹茶を一服。ええげえし流で和やかに楽しく！おしゃべりも。	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	12日(月)	パソコンサロン	年賀状づくりPart Ⅰ～まず準備。宛先(氏名・住所)データの入力etc。エクセル等も。	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	19日(月)	元気印サロン 健康吹き矢	息をたっぷり吸いマトに向かってフッ！和気あいあい楽しい交流と腹式呼吸で健康に。	オルモ ギャラリー1.2.3 10:00～12:00
	26日(月)	元気印サロン ふんわりパステル画	芸術の秋。パステルの優しい色合いを楽しみながら。初めてでも素敵な芸術作品に！	坂戸市中央公民館 10:00～12:00
11月	2日(月)	お茶でおしゃべり	お抹茶の味わいとともに、季節の和菓子も楽しみです。日本の伝統文化でおもてなし！	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	8日(日)	福祉であいの広場	毎年恒例！ええげえしブースへどうぞ。坂戸市産業まつりと同日開催。１ページ参照。	勝呂公民館と周辺 9:30～15:00
	9日(月)	代休		
	16日(月)	マイケアプラン/みんなの認知症予防ゲーム②	手・口・体・頭も働かせて脳を活性化させ、一緒に学んで貴方も健康長寿サポーターに！	オルモ ギャラリー1.2 10:00～12:00
	23日(月)	パソコンサロン	年賀状づくりPartⅡ～イラストや写真も入れて、オリジナルの年賀状を作りましょう。	ルミネンス105号室 10:00～12:00
	30日(月)	なるほど講座「介護保険・新総合事業ってなぁに？」	坂戸市の介護保険制度は？2015年改正の中核・新総合事業の概要を学びましょう。	坂戸市中央公民館 10:00～12:00

編集局だより

猛暑の夏を何とかやり過ごし早めの秋がやって来ました。秋はイベントの季節でもあり、よりあいの会以外の活動も増えてきます。地域の方々にも協力していただく機会が多く、その度にありがたいなぁと感謝し、地域の皆さまに支えられていることを実感しています。これからも引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

よりあい＊ええげえし 案内図

電話０４９－２８２－３８３６