

社協だより

1月
No.156

高齢者いきいきセンターの日常



▲ホームページ
QRコード

いきいきセンターでは、**運動・食事・遊び**などを通して、
「元気に！楽しく！」をモットーに活動しています！

運動



体と頭を使った運動に
力を入れています！



R-bodyトレーナーの専門的なコンディショニング体操

遊び



自由時間のカラオケ♪

食事



いきいき忘年会の様子



みんなで一緒に食べる
食事は最高に美味しい！

「少しでも興味がある方は見学から！みなさんのご連絡お待ちしております！」

発行：東川町社会福祉協議会

〒071-1423 上川郡東川町東町2-12-10 tel 0166-82-7505 fax 0166-82-7301

この社協だよりは、赤い羽根共同募金の配分を活用しています



新年のご挨拶

東川町社会福祉協議会 会長 柏原 定和

新年明けましておめでとうございます。

町民の皆様におかれましては、ご家族お揃いで新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

旧年中は、東川町社会福祉協議会の運営並びに事業活動に対しまして、多大なご支援を賜りましたことに厚くお礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症も落ち着き、ほぼ平常の日常生活に戻りました。その一方、地域によっては、インフルエンザ、マイコプラズマ肺炎が子供達等に流行している状況です。

そうした中で、細心の注意を払いながら、高齢者リスクを鑑み、可能な限りの方法で計画された事業を継続しております。

むしろ、このような状況下でこそ高齢者の居場所づくりが必要と考え、本協議会の事業である「いきいきセンター事業」や「地域まるごと元気アップ事業」、認知症予防として、麻雀や将棋や花札などで遊ぶ「あそばん会」等を通じて、お互いの顔が見える、安心安全な地域社会の実現に取り組んでおります。その中で、昨年7月の「高齢者一人暮らしの集い」では、留萌方面へのバスハイクを企画し、多数の参加を得て盛況に行うことが出来ました。

また、本年も東川町共同募金委員会の赤い羽根及び歳末たすけあい募金運動に対して、多くの法人、個人の皆様よりご寄付を賜りました。関係各位方に厚くお礼申し上げます。

近年、本協議会の運営は介護報酬の減収、訪問介護員の不足等の厳しい状況にありますが、安心安全な福祉の町を目指し、地域住民から頼られる福祉活動に、役職員一丸となって取り組んでまいりますので、今後ともご支援ご協力を賜りますよう、宜しく願い申し上げます。



賀 正

副 会 長	美 勢 恒 子
副 会 長	竹 内 一 馬
常 務 理 事	野 澤 秀 夫
理 事	山 下 智 秋
理 事	佐々木 英 樹

理 事	鈴 木 真知子
理 事	大 友 春 江
理 事	中 田 秀 子
監 事	石 井 由紀子
監 事	福 井 節 子



あそばん会

こどもから高齢者までどなたでも参加できる遊びの場！
初心者さんの見学も大歓迎！！
準備や一緒に遊んでくれるボランティアも募集しています。

日程	メインの遊び	その他の遊び
1月10日(金)	百人一首	花札・将棋・囲碁は いつでもご用意 しています。
1月15日(水)	麻雀	
2月14日(金)	百人一首	
2月19日(水)	麻雀	
3月7日(金)	百人一首	
3月12日(水)	麻雀	



【時間】13:00～16:00(出入り自由)

【場所】東川町社会福祉協議会 ☎85-7505

東川町診療所で診察を受けた時の 医療費分助成事業 (薬剤費は対象外)

後期高齢者医療保険1割または2割負担の方で、まだ申請書を提出されていない方はご提出下さい。尚、一度申請書を提出すれば、その後の手続きは不要です。

紙おむつサービス事業

在宅での介護を必要とし、常時紙おむつを必要とする要介護2以上の方に対して1回5,000円分の紙おむつ券を年2回支給しています。

こども
ちよこつと

カレンダーリサイクル市 開催します

2025年1月14日(火)～24日(金)10時～15時

場所:東川町社会福祉協議会(そらいろ)

お代は全て
「赤い羽根共同募金」に
募金させて
いただきます

不要な2025年のカレンダーや手帳を集めています！ ご提供いただける方は東川町社会福祉協議会までお届けください
期間:2024年12月2日～2025年1月10日まで平日9:00～17:00(土日祝日と12/30～1/5はお休み)

第37回

－困った時に誰もが「助けて」と言える町に－

「ご機嫌でいよう」

箸が転がっても笑ってしまう年頃は多くの女性に訪れたはずなのに、私にもそんな時期はあったのだろうか。というより、その事自体忘れてしまったのかも知れない。

年を重ねるという事は体力・気力の低下と共に楽しい思い出さえも薄れてしまうのか。ましてや夫婦二人暮らしでは大笑いすることも滅多にない。たまに飼いネコが思わぬ行動をするので、つい笑ってしまう程度だ。

今から40年程前に「ふぞろいの林檎たち」というテレビドラマがあった。あまり名の知られていない大学の学生達の日常を描いた内容だった。

そのドラマが今も続いているとしたら、彼等の老後はどんな生活を送っているだろう。ドラマのタイトルを大きくもじって「不機嫌な老人達」と化していない事を祈る。なぜなら、高齢者は加齢と共に前頭葉の機能が衰え、判断力の低下や時には感情を抑制できなくなるそうだから。

先日、ウォーキング中に知人と出会った。その人は明るく自分から積極的に語りかけてくる人だ。なので、いつものように挨拶すると、人が変わったように硬い表情で「コンニチワ」と返され、そのまま行ってしまった。

沈んだ表情というより、明らかに「ご機嫌斜め」なのだ。一体どうしたというのか。だが、あれこれ詮索するのはやめた。自分の身を守るには怒りの震源地から離れることが肝心だ。

一方、傍から見ると私も不機嫌に見える時があるかもしれない。なので店での長いレジ待ちは片足立ちの筋トレタイムとしよう。時には億劫になりがちな食事作りも頭の体操と置き換える。

ともあれ、今日も、そして明日も私は私なりに「ご機嫌でいよう」。

令和6年度

みまもりサポーター養成講座

ひがしかわ ボランティアセンターだより 第63号

プログラム①



プログラム②



プログラム③



令和6年11月12日(火)より令和6年度の講座を開催しております。ご参加のみなさまありがとうございました。この後も1回のみ受講もできますのでぜひお気軽にお申込みください。

プログラム④

内容 「認知症について知ろう!」
～認知症サポーター養成講座～
講師 社会福祉協議会 長谷川 哲也
日程 令和7年1月14日(火)10:00～11:30
場所 社会福祉協議会 (共生プラザそらいろ)

今後の日程

プログラム⑤

内容 「救命救急講習(入門編)」(仮)
講師 大雪消防署
日程 令和7年1月21日(火)10:00～11:30
場所 社会福祉協議会 (共生プラザそらいろ)

参加ご希望の方は → 社会福祉協議会 ☎82-7505 まで!

第17回 ボランティアセンター交流会

普通救命講習

令和6年12月9日(月)大雪消防署の方々を講師にお迎えし、普通救命講習を実施しました。



3時間と長い時間でしたが、みなさんたくさん質問して真剣に実技に取り組まれていました。多くの方のご参加ありがとうございました!

たくさんのご協力ありがとうございます!

歳末たすけあい



東川ライオンズクラブ様

東川町赤十字奉仕団様、シニアクラブ様、東川第1小学校様、各町内会様、個人のみなさまからもご協力いただいています。

リングプル寄贈



明治安田生命様

赤い羽根共同募金



そらいろ de 赤い羽根共同募金

東川町で安心してお正月を迎えていただくため、歳末の時期に重点的に行う募金運動を実施しました。皆さまのご協力により、多くのご寄付が集まりました。心より感謝申し上げます。