

甲賀市介護者の会だより

発行：甲賀市介護者の会

〒528-0005 甲賀市水口町水口5609番地

甲賀市社会福祉協議会内(事務局) TEL 0748-76-3287 発行：令和5年3月

vol.17



会長あいさつ

甲賀市介護者の会 会長 藤本俊治

会員の皆さまにおかれましては、この3年間コロナ禍の中、様々な行動制限があり、ご苦勞をおかけしました。ようやく、事業再開のきざしが見えてきました。本会のオリジナルソングの歌詞にもありますとおり♪心を寄せ合う場所があり、ひとりぼっちじゃないんだよ♪という気持ちで、ふれ愛、ささえ愛、笑顔いっぱい、誰ひとり取り残されることなく、この時代を乗り切っていきましょう。



総会

令和4年度の総会を開催しました。コロナ禍で顔を合わすことができなかつた会員同士、久しぶりの出逢いに笑顔の花が咲きました。日頃の介護の疲れを癒すように劇団ぽんぽこさんによる寸劇「竹夫と竹子の二人三脚」～今日に感謝!明日も楽しく!～と題しての公演でした。ほのぼのとした雰囲気が漂い、リフレッシュできました。



▲劇団ぽんぽこさんによる寸劇

講演会【明るく楽しく^{たくま}逞しく】

10月28日(金)まちづくり活動センター「ま^ふる一^ふむ」において、安楽寺住職の普照^{ふしょうぼう}房・慈弘^{じこうし}師をお迎えして講演会を開催しました。私たちは、普段から何らかの悩みを抱えながら日常生活を過ごしていますが、様々な悩みに対して、心の持ちようによっては迷いを転じて悟りを開くことができることを教えてくださいました。

和尚さんのそばにいるだけで、幸せが集まってくるオーラを感じました。

安楽寺住職の講話に聴き入る▶



講演会表敬訪問

講演会前に役員が安楽寺住職を表敬訪問しました。

安楽寺住職を囲んで▶



合同サロン

4年度の合同サロンは例年とは趣向を変え、身体を動かすサロンを開催しました。『ふさ子のゆる～い筋肉体操』と名付けた会員オリジナルの健康体操と、甲賀市で流行の「ポッチャ」を楽しみました。健康体操は歌いながら身体を動かしたり、目や口の体操も含まれていたり、早口言葉まで入った元気の出る体操でした。ポッチャはスポーツ推進委員に指導していただき、三人一組で対戦。ゲームが進むにつれて盛り上がる歓声!笑いの絶えないひと時でした。



▲身体を動かしてリフレッシュ



▲「ナイスプレー!」湧き上がる歓声!

◆各支部の活動紹介◆

水口支部

クリスマスの食事会で、介護生活での溜まったストレスを発散できるひとときを楽しみました。



土山支部

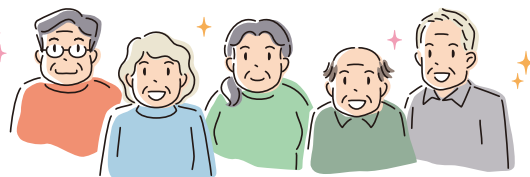
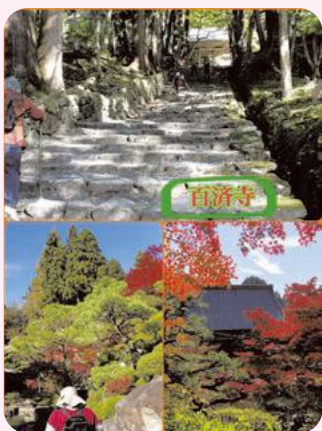
- 4月 自然に親しむ講座(フィランソ土山)
- 6月～7月 ふれあいスポーツ(開発センター)
- 9月 ふれあい歌のつどい(開発センター)
- 10月 土山本陣見学
- 11月 認知症サポーター養成講座(フィランソ土山)
- 12月 ふれあいクリスマス会(フィランソ土山)
- 1月～3月 休み



甲南支部

11月10日(木)湖東三山の百済寺に挑戦!

晴天に恵まれ、紅葉真っ盛りの景色に元気が出て、長い階段もなんのその!! 例会は部屋での茶話会ですが、年2回のお出かけサロンで気分転換。一人ではしんどい所でも、仲間と一緒になら頂上の寺院まで辿り着き、楽しい一日でした。



甲賀支部

甲賀町では、第4水曜日の午後1時30分から、かふか生涯学習館で活動をしています。写真は、7月の口コモ予防に催した『ゆる～い筋肉体操』です。

年間行事予定をもとに、毎月様々な内容で会員が寄っています。

来て、見て、入会して♡



信楽支部

介護は自身の心身の健康が第一♡

コープしがぱくぱくキッチンカーで出前講座に来ていただき、食べる大切さや野菜を中心とした健康づくりについて学びました。

「なるほど、そうやなあ～」と皆が納得…



★開催場所・時間★

※開催日時や場所が変更となる場合があります。お気軽にお問い合わせください。

	水口支部	土山支部	甲賀支部	甲南支部	信楽支部
日時	毎月第3水曜日 13:30～15:30	毎月第3金曜日 13:30～15:30	毎月第4水曜日 13:30～15:30	毎月第2木曜日 13:30～15:30	毎月第3水曜日 13:30～15:30
場所	甲賀市まちづくり活動センター まるーむ	フィランソ土山	かふか生涯学習館	甲南地域市民センター	信楽開発センター
問合先	甲賀市社協水口地域福祉活動センター TEL 76-3287	甲賀市社協土山地域福祉活動センター TEL 66-2001	甲賀市社協甲賀地域福祉活動センター TEL 88-2942	甲賀市社協甲南地域福祉活動センター TEL 86-6035	甲賀市社協信楽地域福祉活動センター TEL 82-8031