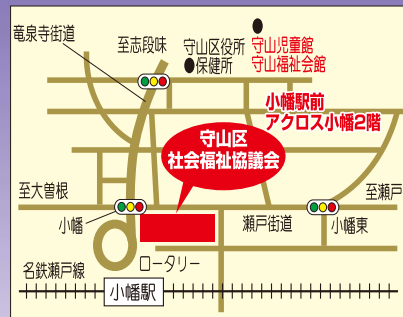


社協だより

vol. **82**
2017
SPRING

社会福祉法人
名古屋市守山区社会福祉協議会
(名古屋市守山区共同募金委員会)

◎代 表 (052) 758-2011
◎東部いきいき支援センター (052) 758-2013
◎東部いきいき支援センター分室 (052) 736-0080
◎なごやかヘルプ事業・居宅介護支援事業 (052) 758-2014
◎F A X (052) 758-2015
◎デイサービス (052) 685-7584
◎守山児童館 (052) 796-1501
◎守山福祉会館 (052) 793-6330
◎E-mail moriyamaVC@nagoya-shakyo.or.jp
◎ホームページ (守山区社協) <http://www.moriyama-shakyo.jp>
(守山児童館) <http://moriyamajidoukan.org/>
(守山福祉会館) <http://moriyamafukushi.ec-net.jp/>



〒463-0048
名古屋市守山区小幡南一丁目24番10号

～ 楽しくからだを動かして健康増進～

健康もりモリッス!DVDを制作しています。

高齢の方々を中心とした区民の健康づくりに役立ててもらおうと、守山区社会福祉協議会や守山区役所などの関係団体等がタッグを組み、『健康もりモリッス! No.1』を制作しています。

守山区のマスコットキャラクター、モリスちゃんにちなんで名づけられたこのDVDは、子どもから高齢者まで楽しみながら、みんなで楽しめるレクリエーション体操を紹介する『体操編』、声を出して元気になるための発声方法などを紹介する『声みがき編』などが盛り込まれています。無理なくからだを動かし、声を出してもらうこと、またそれらを継続して行い、毎日の健康づくりに役立ててもらうことが目的です。

昨年11月3日、子ども会や女性会、ボランティア団体に所属する合計110名の皆さんにご参加いただき、長谷川圭亮さん(志段味スポーツランド)のご指導をいただきながら、『体操編』の撮影会を



行いました。二人で行うボールを使った体操では、息のぴったりあった動きを見せるペアも多くみられました。課題をクリアしてハイタッチ!! 笑いあふれる楽しい撮影となりました。

『声みがき編』は、守山区在住で俳優、歌手としてご活躍中の白樺八重(やしろ)さんを講師に迎え、呼吸や発声のイロハを教えていただきながら撮影しました。白樺さんの美しい声に撮影側もうっとり。

また『特別編』として、体操と声みがきのコラボ企画『健康早口言葉』と、長年守山区民に愛されている『もりやま体操』の上半身編も収録されますよ。



完成したDVDは、高齢者サロンや福祉施設などへお配りしていきます。ご希望の方には実費(DVD複製費のみ)でお譲りしますので、守山区社会福祉協議会へお問い合わせください。



日本ゼネラルフード株式会社様から、多額のご寄付をいただきました。

顔の見える地域のつながりづくりや、こもりがちな高齢者の外出の機会として身近なところで開催されている高齢者サロンの活動は、近隣での助け合いを育む地域づくりや介護予防に取り組める場所として、今後益々重要になってきます。

そこで、今回制作したDVDを、高齢者サロンで活用してもらうための再生機器の購入にと、日本ゼネラルフード株式会社様から多額のご寄付をいただきました。どうもありがとうございました。

地域福祉

探訪記

ぴんころ男会「おやじバンド」… 手軽に持ち運びのできるハーモニカ演奏で 多くの人たちを喜ばせています。

元気な男性高齢者が集まって様々な活動をしていると、かねてから噂の高い「ぴんころ男会」。平成27年6月から活動が始まった「おやじバンド」の練習風景を探訪してきました。

訪問時は、およそ10人のメンバーがハーモニカで童謡「ふるさと」の練習している最中でした。リーダー格のメンバーが、独奏している人を遠慮なく厳しく指導。それに応えようと必死に練習している姿を目の当たりにし、驚きました。

休憩を利用してメンバーの方々にお話を聞きました。最も聞きたかったのは「熱心さの理由」。すると「高齢者施設や子ども会の集まりなどで演奏活動をしています、やはり最高の演奏をして皆さんに喜んでもらいたい、と思うので自然と練習にも熱が入るので



取材：大川孝次さん

す」とおっしゃられ、納得がきました。

「ぴんころ男会」の入会資格は60歳以上とのことですが、見渡したところ平均年齢70歳以上! メンバーの皆さんは生き生きとした表情で元気がみなぎっています。そもそも名前の縁である「ぴんころ」とは「ぴんぴんと日々元気に過ごし、ころーんと人生を全うしたい」という願いがこめられています。

地域の高齢者サロンなどに出かけても男性参加者が圧倒的に少ない中、男性ばかりが集まる「ぴんころ男会」の活動にはとても興味が沸きました。ぴんころ男会のみなさんは、ハーモニカ演奏ばかりではなく他にも古墳めぐりや調理実習など健康的な活動を積極的に行い、それぞれ第二の人生に挑戦して花を咲かせています。男性高齢者のみなさん、ご一緒にいかがですか。

ぴんころ男会へのお問い合わせは、守山区社会福祉協議会へどうぞ。



もりやま子育て隊 ちゅういっぷの 子育て情報

もりやま子育て隊「ちゅういっぷ」は守山区内で子育てを応援するボランティアグループで、保育園で園庭開放のお手伝いをしたり、子育てサロン・サークルで見守りや遊びのお手伝いをしています。



お子さんに絵本を読んでみませんか？

～子どもとの絵本タイムでいいこといろいろ～

親子の心のふれあいに…

大好きなおとうさんやおかあさんが、寄り添いながら自分のために絵本を読んでもくれる時間は、子どもにとって特別な楽しいひとときです。一緒に読むことで、親子で同じ物語の楽しさを分かち合うことができます。また、大人も絵本の意外な面白さに気付いたり、子供の成長を発見できます。

想像力や優れた感覚を育むために…

絵本の絵は静止して動きませんが、子どもは読んでくれる言葉を耳で聞きながら、自分の頭の中で物語にそったイメージを想像しています。テレビの映像のように流れてくるものを見る時とは、脳の働き方が違うと言われています。周囲のものをどんどんと吸収していく子ども時代に、美しい絵と言葉で表現された優れた絵本と出会う機会をつくってあげたいですね。



どんな絵本をどんなふうに読んだらいいの？

まずは、面白そうだと感じた絵本を読んでみてください。読み手が感じた気持ちは、子どもにとっても良く伝わります。名古屋市図書館では、おすすめ絵本のリスト

「あかちゃんのほん」「100さつのえほんたち」を配布していますので、参考にしてください。図書館のホームページ内の「こどもページ」でも絵本の一覧を見ることができます。

読み方は自由ですが、絵本を読んでいる途中や後で、子どもの理解度を確認めようと質問することはせず、ゆったりと子どもの遊ぶような気持ちで自然に読むとよいでしょう。

図書館ではおはなし会も行っていますので、ぜひお近くの守山図書館や志段味図書館へおでかけください。



おはなし会の日程は「広報なごや」区民版に掲載されます。名古屋市図書館ホームページアドレス <http://www.library.city.nagoya.jp/>

守山のキラッと輝く人を探せ!

今回は、読み聞かせボランティアや福祉教育で活躍中の寺西さんにお話を伺いました。

第14回

取材：中村真由子さん



読み聞かせボランティア

寺西 美予さん

寺西さんは、先天的に視覚障がいがあり、盲学校では一人に迷惑かけないよう、教えられることが多くあります。大学時代にサイエンスを学ばれたことが、誰かの手助けを必要とする人への理解につながっています。寺西さんは、誰かの手助けを必要とする人への理解につながっています。

①今どんな活動をしていますか？

子どもが通っている小学校と、中学校特別支援学級へ絵本の読み聞かせボランティアと、小中学校へ出向き視覚障がいについて話す福祉教育の活動をしています。

絵本は図書館で借りて、音訳ボランティア「ひばり」さんに音声に変えてもらい、自分で点訳します。読むときにはページをめくってもらい、自分は読むことに専念しています。福祉教育では、目が見えないことはどんなことなのか参加型の講座をしています。便利グッズの紹介・盲導犬の紹介・Q&A・ジャガイモの皮をむいたりもします。

②始めたきっかけは？

ママ友が誘ってくれたのがきっかけです。とてもうれしかったです。福祉教育は、他の区で参加していて守山区でもやりたいなと思っていた時に、守山区社協さんに誘ってもらい始めました。実は、以前デパートのアナウンスの仕事をしていました。声を出すことが好きなので、続けていきたいです。

③うれしかったことは？

いろんな出会いがあることです。普通に道を歩いていると、子ども達に声をかけられたりします。そして素敵な絵本にたくさん出会えました。絵は見るのができないけれど、絵本の中には素敵な物語がたくさんあるんです。

④これから考えていることはありますか？

福祉教育を守山区内に広めていきたいです。その中でやっている寸劇を紙芝居にしたいです。自分が書いている台本を絵にしてもらって、福祉教育の中で活用したいです。どなたか絵の好きな方のご協力お待ちしております。

名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業 参加者大募集!

【内容】健康体操、手芸、脳トレ、健康チェック、等々

【対象者】市内在住の65歳以上で、会場までご自分で来られる方

【参加期間】平成29年4月～9月（6か月間）毎週1回開催

【時間・会場】

	午前10時～12時	午後1時30分～3時30分
月曜日	川嶋社会館	廿軒家会館
水曜日	森孝西コミュニティセンター	小幡北コミュニティセンター
木曜日	志段味東コミュニティセンター	守山区社会福祉協議会（アクロス小幡内）
金曜日	瀬古マザー園	平成会館大森北コミュニティセンター

【参加費】無料（材料費等実費負担あり）

【申込方法】2月28日（火）までに守山区社会福祉協議会へお申込みください

65歳以上の方対象の介護予防事業です。毎週1回、充実した時間を過ごしませんか？

あなたの声をお寄せください!

『社協だより』をより充実した内容にするためにあなたの声をお寄せください。

- (A) 今回の「社協だより」の中でおもしろかった記事を1つ挙げてください。
- (B) 今後、この「社協だより」で取り上げて欲しい記事や情報を教えてください。
- (C) その他「社協だより」についてのご意見・ご感想をお聞かせください。

ハガキ・FAX・e-mailで、あなたの①お名前、②性別、③年齢、④住所、⑤上記(A)～(C)のご意見を記入の上、守山区社会福祉協議会「社協だよりvol.82」係までお寄せください。（あて先住所等の連絡先は表面の右上にあります。）

※平成29年4月14日（必着）までにお寄せいただいた方の中から、抽選で10名の方に粗品をプレゼントいたします。（結果は当選者のみに連絡いたします。）

守山区社会福祉協議会へ ご寄付ありがとうございました

平成28年7月1日～平成28年12月31日受付分（順不同・敬称略）

- *陽だまり芸能友の会 沢田正之助（村山重信）
- *名古屋ヤクルト販売株式会社
- *日本ゼネラルフード株式会社
- *大森学区給食ボランティア
- *げんこつあめ作り民生委員児童委員有志
- *山田照子
- *なごや農業協同組合守山ブロック農産物品評会

心配ごと相談

日常生活での困りごとや悩みごとはありませんか？
どんなご相談でも無料でお聴きいたします。

【日時】毎週木曜日13:00～16:00（祝日・年末年始は休み）

【場所】守山区社会福祉協議会 研修室
アクロス小幡3F（名鉄小幡駅隣）

※第2・4木曜日は人権擁護相談や行政相談も開催しています。
※事前予約・電話相談は行っておりません。



赤い羽根共同募金

ご協力ありがとうございました。

平成28年度募金実績報告

- 赤い羽根共同募金 金 11,345,723円
- 歳末たすけあい募金 金 504,255円

お寄せいただきました寄付金は、守山区社会福祉協議会を通じて、守山区の福祉活動やボランティア活動の推進並びに、愛知県共同募金会を通じて愛知県下の民間社会福祉施設・団体の事業展開に役立てられます。

大口寄附者の皆様

（敬称略、順不同）
掲載基準：個人1万円以上、法人等2万円以上

法人・団体の部	
株式会社 玉越	大森民生委員児童委員協議会
守山陶芸クラブ	瀬古民生委員児童委員協議会
田中葬具店	白沢民生委員児童委員協議会
ひまわり幼稚園 職員・園児一同	吉根連合自治会
陸上自衛隊 守山駐屯地	守山区地域女性団体連絡協議会
志水クリニック	株式会社 オオツカ
宗教法人 真如苑 中京本部	株式会社 丹羽由
緑丘商業高校 職員・生徒一同	鶴鵬書院
守山幼稚園 職員・生徒一同	平和石油 株式会社
守山東中学校 職員・生徒一同	
第二富士幼稚園 職員・園児一同	
瀬古小学校 職員・児童一同	
廿軒家小学校 職員・児童一同	
もりやま総合心療病院	
学校法人 大島学園 みつる幼稚園	
神保外科医院	
株式会社 芝テクノ	
株式会社 テレコムリンク	
鍼灸院for ゆう 深谷悠平	
守山友愛病院	
株式会社 山忠観光	
有限会社 鎗屋	
大悟接骨院	
一新建材工業	
石原耳鼻咽喉科	
長慶寺	
白山神社	
守山民生委員児童委員協議会	
守山中日サービス	
翠松園 地蔵尊	

【問合せ】名古屋市守山区共同募金委員会
小幡南1-24-10 アクロス小幡2階
TEL: 758-2011 FAX: 758-2015

小林克巳先生の健康レシピ



名古屋栄養専門学校講師



タラ・ほうれん草
グラタン

作り方

ほうれん草のバター炒めをグラタン皿に敷きます。平鍋に、玉ねぎ、人参の薄切りを敷いて、上にタラの切り身を並べ、塩、こしょう、白ブドウ酒、水を加え蒸し煮します。グラタン皿にのせ、煮汁は漉しておきます。ソースパンにバターを入れ火にかけ、小麦粉を加え少し炒めます。温めた牛乳を少しずつ加え、ホワイトソースを作ります。煮汁を加え煮込み、味付けをしてタラ・ほうれん草にかけます。上にチーズ、パン粉、溶かしバターをかけ、220℃のオーブンで焼き色がつくまで焼きます。

- （材料 4人前）
- ・ほうれん草…………… 1把
 - ・サラダ油…………… 大さじ2
 - ・塩、こしょう…………… 少々
 - ・バター…………… 10g
 - ・生タラ切り身…………… 4切れ
 - ・玉ねぎ…………… 1/4個
 - ・人参…………… 30g
 - ・塩、こしょう…………… 少々
 - ・白ブドウ酒…………… カップ1/3
 - ・水…………… カップ2/3
 - ・バター…………… 30g
 - ・小麦粉…………… 30g
 - ・牛乳…………… カップ2
 - ・チーズ…………… 30g
 - ・パン粉…………… 大さじ2
 - ・バター…………… 少々