

活動日時

第3火曜日 14時00分～

活動場所

塚本町公会堂

レモンの会は子どもさんたちが小学生の頃に知り合ったグループです。子どもも大きくなり、仕事も定年退職を迎え、自由な時間が増える中で何か楽しめることはないかと、令和3年春、7人でのグループが立ち上がりました。季節にちなんだクリスマスリース作りや、かご編みのカバン作りをお互いに教え合いっこして作品作りを楽しんでいます。他にもアクリルたわしを200個近く編み、市や社協に寄付をし社会貢献活動にも意欲を持たれています。これからも、たくさんの地域の方に参加していただき、新しい取り組みや発見を目指されています。



〈令和3年12月取材〉

すみよしさん
ワンポイント!

お元気応援室ではお元気応援ポイント事業認定団体に、無料で介護予防グッズ(全29種類)を貸し出しています。人気No. 1, 2の輪投げや的当てなどのレクリエーション用品から、かるたや囲碁などのゲーム、ヨガマットボールなどの運動グッズと種類はいろいろ。CDデッキやDVDプレーヤーなどもあります。また、シルバー人材センター所属の体操や絵手紙、囲碁の講師の派遣もしてくれます。皆さまが集まる場でぜひご利用ください。物品は無料で届けてくれます。お申込み、詳細についてはお元気応援室0598-67-5421までお問い合わせください。



すみよしさん

～住んでよいまち松阪市～

第6号 令和4年2月発行

生活支援コーディネーターがお手伝いします

生活支援コーディネーターは、5つの地域包括支援センターに一人ずつ配属されています。高齢者の日々の暮らしの見守りを地域の様々な団体の皆様と協力して支え合う体制ができていくよう、地域活動の発掘や立ち上げの支援を行っています。

暮らしのニュース

ちひろえ
茅広江地区で助け合い組織『ちひろえ』

が始まりました

令和3年7月、茅広江住民自治協議会が助け合い組織「ちひろえ」を立ち上げました。65歳以上で一人暮らしの方、75歳以上のみの世帯の方などを対象にした住民による住民のための助け合い組織です。茅広江地区は、地域の住民の関係性がよく自然と助け合いの活動が生まれていましたが、高齢化が進む中、支援する側も高齢者が多くなり、自分たちだけでは助け合い活動が難しくなるのではという危機感から助け合い組織として立ち上げることになりました。現在34人の協力会員の登録があり、1人1時間の作業で利用料金は500円です。「草刈りをしてほしい」という要望があり、これまで2件の利用がありました。協力会員も高齢の方が多く、作業中の事故には十分注意を払っています。これまでも、他地区の取り組みなどを聞いて勉強会を開いてきましたが、今後は草刈りや庭木の剪定などの技術向上のための勉強会を開いていきたいです。



募集中!

「すみよしさん」に掲載を希望されるグループを募集しています!

みんなで集まっておしゃべりするの大好き! 介護予防のため、体操を取り組んでいます! などなど…。集いの場、サロン、宅老所など地域の皆さんがわいわい楽しく集まっていたいただいているグループを取材させてください。皆さんの活動をこの「すみよしさん」で紹介いたします。年3回、発行を予定しています。掲載の申込み、お問い合わせは、地域包括支援センターまたは高齢者支援課へお願いします。

お問合せ先 (市外局番 0598)

松阪市役所 高齢者支援課	第一地域 包括支援センター	第二地域 包括支援センター	第三地域 包括支援センター	第四地域 包括支援センター	第五地域 包括支援センター
☎ 53-4099	☎ 25-1070	☎ 42-7255	☎ 32-5083	☎ 51-5885	☎ 25-4300

第三包括
エリア

いつまでもキラッと
光っていたい！

クレイクラフトの会

活動日時

月1回 水曜日
13時00分～15時30分

活動場所

飯高老人福祉センター
(飯高町宮前)



〈令和3年12月取材〉

クレイクラフトの会の活動は月1回集まり、様々な粘土作品を作っています。お花のモチーフやお菓子の家、また今回は、令和4年の干支虎の粘土を作成しました。細かい動作が多く、試行錯誤しながら取り組み、手先の運動にもつながっています。「自分が作った子が一番かわいい！！」など作品を見せ合いながらおしゃべりをしたりと、とても和気あいあいとされているグループです。出来上がった作品を飯高道の駅で行われているイベントに出品もされています。

第二包括
エリア

地域の憩いの場

黒野宅老所「居来」

活動日時

毎月19日
時間は都度決定

活動場所

黒野集落センター
(嬉野黒野町)



〈令和3年12月取材〉

約30名で平成28年からスタートしてまもなく6年。皆が集っておしゃべりすることを大切にしながら、健康維持の体操、料理やお菓子作り・手芸など頭と手先を使う作業、子ども会との交流などを行っています。また年6回は食事会や市内バスツアーなども毎年行ってきましたが、コロナにより活動が一変…現在は感染症対策を行いながら実施していますが、ここ数ヶ月は参加人数が減ってしまいました。原因をコロナのせいだと考えるだけではなく、コロナ禍だからこそメンバーの顔を合わせて何でも言い合い、全員で共感し合える「居来＝いこい」の場としての魅力を改めて発信していきます。

第一包括
エリア

いきいきふれあいサロン夢ばなし

身近なところで気軽に集える高齢者サロン

活動日時

毎月1回 木曜日 不定期
10時00分～12時00分

毎月第2月曜日
10時00分～12時00分

活動場所

松阪市老人福祉センター
松寿園

幸公民館

参加費

1回 500円 おやつ付き
年会費 1,000円 送迎片道 100円



〈令和3年12月取材〉

令和元年1月から引きこもりがちな実母のために、ご近所の方に来てもらえたらという思いで、ご自宅で始められたサロンが、今は2か所に増え、毎回10人前後(登録17名)の方が参加されるほどに。絵本の読み聞かせ、足指体操、脳トレ、手作りのおやつ、ハンドマッサージやネイル、整膚など、ボランティアさんの資格や特技を活かして、内容は盛りだくさんです。新しい方が来られた時は自己紹介をしてお互いニックネームで呼び合います。毎月の誕生会は歌を歌ってお祝いをします。その他、春と秋の遠足やクリスマス会もあります。ご希望の方には片道100円で送迎も可。参加者だけでなくボランティアも一緒に楽しんで、ボランティアさんのやさしさに癒されるサロンです。

第五包括
エリア

たからづかげんき

宝塚元気アップクラブ

いつまでも
仲良く楽しく元気に！

活動日時

月2回
(毎月第1・3土曜日)

活動場所

宝塚集会所

地域の老人会のメンバーから派生し、約10年前に顔繋がりのある仲間同士で集いの場が作られました。毎回必ず体操と筋トレは欠かさず行い、脳レクや指体操、ドリルなど、様々な工夫をして介護予防に努めています。また、おしゃべりが好きな仲間なので、みんなでお話する時間も大切にしています。その時間を楽しみに参加されている方も多いです。住み慣れたこの地域で、長く活動を続けていきたいと思っています。



〈令和3年12月取材〉