

ひだまり

発行日 平成21年8月1日

発行 松風台社会福祉協議会

生涯青春・生涯現役

松風台社協会長 丸山政光

松風台に越してきて3年目の今年、松風台社協の会長を引き受けてからすでに3カ月が過ぎました。松風台は茅ヶ崎の中で群を抜いて高齢化の地域と言われていますが皆様はまだまだお元気で、いろいろな方面で活躍されていることに驚いています。松風台社協で現在活動されているサークルがたくさんありますが、「まず会うこと、そして語ること、さらに一緒に行動することである。時には食事をしたり、お茶を飲んだり、そういう中で励ましていくことも大事である。大切なのは核をがっちり作ることであり」と私の尊敬する方がおっしゃっていました。

松の実会、ほっとサロン、歌の街などにみんなで、ご近所の方々をお誘いして「生涯青春・生涯現役」を合言葉に、ぜひ、積極的に参加して仲間作りをしていただきたいと思います。

また、子ども会とのつながりですが、子どもとふれあう行事を計画しています。子どもは私たちにとって後継ぎであり大事な担い手です。大切に見守っていききたいと思います。

その他福祉講座等も計画していますが、各行事の計画・実施を回覧にてお知らせいたしますので、皆様方の積極的な参加をお待ちしています。

松風台社協へのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

副会長をお引き受けて

安田由美子

縁あって今年度松風台社協の副会長をお引き受けすることになりましたが、社協の活動についての知識がほとんどない私に務まるかどうか：不安を抱えたまま「歌の街」へ参加いたしました。歌声喫茶風サロンということで、30名余りの方々と一緒に季節の歌や懐かしい歌を歌い、楽しいひと時を過

ごす中で少しずつ気持ちも軽くなつていきました。松風台社協の、松の実会、ほっとサロン、歌の街などを初めとする活動は、その活動を支えてくださっているスタッフの方々と地域の皆さんで作りに来てきた温もりのあるものだと感じたことで、自然と肩の力が抜けていったようです。

分らないことは一つひとつ教えていただきながら、松風台の一人として参加し、地域の持つ温もりをより一層広げるお手伝いができるように努力していきたいと思っています。

1年間、どうぞよろしくお願いいたします。



ほっとサロン

地域の喫茶店としてコーヒー・紅茶を飲みながら、お友達と、また、スタッフとおしゃべりを楽しんでいただいています。散歩のついでに、ちよつとコーヒーを飲みにいらいしゃいませんか。毎月第2・4水曜日 13時～15時

松風台社協サロン部 代表 磯野瑠美子

こんにちはー民生・児童委員です

有元佳子

松風台は高齢者の地域と言われますが、お元気に各種団体等で活躍されている方が多く、心強く思います。

今年是在宅高齢者実態調査が実施されます。3年毎に行なう調査で、対象は21年9月1日現在65歳以上の方全員です。ひとり暮らしおよび高齢者世帯の健康や生活の状況、地域での活動などを把握するものです。お忙しい中を訪問させていただき、聞き取り調査となります。ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

湘北地区ボランティアセンター

お困りのときはお電話ください。

電話 (FAX) 27・2030

毎週 月・木曜日 10時～12時

Menu

コーヒー・紅茶……50円
緑茶……………無料
共にお菓子つき

松風会

会長 田中利子

ある日、97歳で現役の日野原重明先生が、「土・日の休みもありませんが、仕事をするのがストレスの解消です」とおっしゃっていました。その通りで、私も一生懸命やれば目に見えて返ってくるのが毎日の生活の張り合いです。他の人から見たら、年寄りのくせになんにも顔を出してと思われているかもしれませんが、毎日毎日を健康に一日中笑顔で皆さんとお話をしたり、歌ったりと周りの人たちに助けて頂きながら、「頑張らない」「我慢をしない」「無理をしない」をモットーに、笑えば笑えの気持ちで、マイペースで歩んでいきたいと思っております。

また、今年度から、この会の活動の一環として松の実会、住環境を考える会の人達と共に、松風台を美しくする会に加わって、バス停の花壇の手入れもしています。

これからも松風会をよろしく願います。

歌の街

佐竹洋子

歌の街が発足して2年が経ちました。

今年度より、毎月回覧により、歌う曲を前もってお知らせしています。童謡、唱歌、ホームソング、歌謡曲とジャンルは多様で、リクエストにもお応えしています。最近参加者が多くなり、みんなで歌うことの楽しさが感じられます。健康のため、思い切り声を出し、松風台に歌声の輪を広げていきたいと思っております。お気軽にお越し下さるよう、スタッフ一同お待ちしております。

第2日曜日 午前10時より 自治会館集会所

〈担当地域〉

有元佳子

4街区～10街区 (1～34)、11街区～16街区

伊藤和子

1街区～3街区、10街区 (35～44)、17街区～25街

松の実会



心、体、頭のストレッチ

6月レクレーション係 釘宮美代子

6月の松の実会は、少々音が気になりながらも窓を開けて、梅雨の晴れ間の光と空気を感しながら始まりました。

オープニングの歌、誕生会へと進み、療養中で欠席された会員に代わりご家族がプレゼントの花束を受けられ、ユーモアあふれた言葉で闘病中のエピソードを話された時には、部屋の中に温かな笑いがいっぱいになった感じがしました。次に、座ってできるやさしい体操と文字書き体操では、今月は「みんなげんきで」を両手を伸ばし上下左右に書いていきました。それぞれ自分の体に合わせて大きい字小さい字

が書けました。その後は、手の指、足の指を使って軽くストレッチをし、体がほぐれた後は、無伴奏でしたが思い思いの声で季節の歌を数曲歌いました。

今月は日本の白地図を使ってゲームをしました。

出身地を埋めていき、残った白地の場所を地方別に埋めていくのですが、身近な県でさえ右よ、左よとさぐりながら1都1道2府43県が完成しました。大いに盛り上がり、出身地の話に花が咲きました。かき卵のたくさん入った澄まし汁とお弁当でひと息つき、食後の雑談のあと、今度は魚釣りゲームです。1点取るのに懸命になり、どのようなゲームでも毎回盛り上がりがあります。楽しみながらも競り合う気持ちが元気にしているのかなと実感した一日でした。

子ども会

平成 21 年度、子ども会は新 1 年生 3 名と新入会児童 1 名が加わり 27 名となりました。子ども達が地域にかかわって成長していくという社会教育を目的に、明るく楽しく活動していきたいと思ひます。本年度も引き続き、皆様方のご支援・ご協力をよろしくお願ひいたします。

指導員一同



平成 21 年度 活動予定

- 4 月 新入生歓迎会
- 7 月 公園及び周辺道路清掃
囲碁教室
- 8 月 松の実会との交流会
夏祭り
囲碁教室夏まつり
ラジオ体操
- 12 月 公園及び周辺道路清掃
クリスマス会
- 3 月 6 年生を送る会
公園及び周辺道路清掃

★今年度は小学校の長期休みの初日に公園及び周辺道路の掃除をします。

長寿の秘訣

斉藤和代 かずしろ

わが家の家系の中で、98歳まで生きたのは私だけであろう。計画的に長生きしようと思ったことはないが、なぜかここまで生きてきた。

私の家は、赤貧で、主食はいつも南瓜と馬鈴薯だけであった。また家が、海に近かったため、もぐっては鮑や雲丹を取り、それをおやつ代わりにした。その生活体験が、強靱な体を作ったのかもしれない。元来骨太で、医者からは10キロ痩せろといつも言われていたが、減らさなくてもまだ生きているのだから、肥満も悪いわけではない。

自然体で生きてきたのも良かったかもしれない。何事にもよくよくよせず、気持ちを若く持ち、楽しく生きるのがよい。病院に入っても、若い看護師に冗談を言うくらいのおおらかさがほしい。しかし、長寿は必ずしもよいとは言えない。妻もなくし、友達も皆他界してしまおうと、話し相手がなく、何かさびしい。

私も、そろそろと思う今日この頃だが、まだ閻魔様には会いたくないので、自然体でもう少し長生きしていこうと思う。



平成21年度 松風台社会福祉協議会構成メンバー

役職	氏名	備考
会長	丸山 政光	湘北地区社協理事
副会長	安田 由美子	
会計	浅枝 陽	
会計監査	高橋 賢一郎	自治会会計監査
役員理事	當間 栄祐	自治会会長
役員理事	吉田 正一	自治会副会長
役員理事	高麗 敏明	自治会事務局長
役員理事	藤田 英子	自治会総務書記、松の実会
役員理事	小林 美生子	自治会会計Ⅰ
役員理事	松田 智子	自治会会計Ⅱ
理事	田中 利子	松風会会長
理事	有元 佳子	松の実会代表、民生・児童委員
理事	伊藤 和子	民生・児童委員、松の実会
理事	萩原 美和	子ども会代表
理事	松下 和子	青少年指導委員
理事	磯野 瑠美子	地区ボランティアセンター事務局
理事	小山 博美	「社協だより」編集委員
理事	佐久間 務	〃 湘北地区社協理事
	原 喜彦	「社協だより」編集委員
	高橋 玲子	「社協だより」編集委員
	和田 行子	「社協だより」編集委員

会計報告

1. 収入の部 (単位:円)		
項目	H21年度予算	H20年度実績
松風台自治会補助金	120,000	150,000
市社協補助金	20,000	20,000
湘北地区社協補助金	34,000	34,000
前年度繰越金	32,109	21,803
合計	206,109	225,803
2. 支出の部 (単位:円)		
項目	H21年度予算	H20年度実績
活動費1—松の実会	104,000	114,000
活動費2—サロン部会	17,000	17,000
社協事業費1—福祉講座等	14,000	10,000
社協事業費2—広報「ひだまり」発行	12,000	9,318
社協事業費3—歌の街	21,000	22,033
事務費	2,000	300
会議費	14,000	15,043
通信費	6,000	6,000
予備費	16,109	0
次年度繰越金	0	32,109
合計	206,109	225,803

松風台社協の新しい役員が決まりました。ひだまりの編集は引き続き5名で担当することになりました。よろしくお願ひします。編集は第1回の会合から原稿依頼、集まった文章の調整、パソコンの打ち込みとレイアウト、印刷・配布まで約40日かかります。作業の最中は神経を使いますが、こうしたらどうか、ああしたらどうかと結構楽しいものです。(H)

編集後記

ホームページ:「松風台自治会」

回覧の内容をもう一度確かめたい時、のぞいてみてください。このキーワードで検索できます。