

ほほえみ

第 40 号

発行：平成 26 年 3 月 31 日

湘北地区社会福祉協議会

鶴が台評議委員会

発行責任者：森井 香代子



「ロンが毎日のように開かれ
出地集会所は近隣の方を含め
くさんのサークル（前号）
に集まる大勢の人で、連日賑
わっています。
人の集まる所く元気が出る
笑顔が集まる、そんなステ
「なまち「鶴が台」にあなた
と一緒にしませんか。」

「あいつは一番大切で、一番はじめのボランティア！」
買い物帰りのひと休み、そこにやさしい声かけも大切、笑顔の
ごあいさつ。人と人とのつながりの「エッセンス」なのです！！

温かい心と氣遣う心」
今年、大雪に見舞われました。窓から見る景色は美しい。
しかし、バスは運休止私たちの足も影響を受けました。
階段前の雪かき、今までやれたのに高齢になり「今年はお
来なかった」と残念そう。「がんばりました！！」と81才の
女性。でも転んだ方もいました。「休日なので休みの若い人に
も声をかけてみんなでやりました」という棟も。小学校・中
学校近くの通学路の雪かきを下さった方「本当にありが
とう！！」おかげで子どもたちが無事に登下校が出来ました。
人は困った事・大変な時に「温かい心と氣遣う心」が目を見
ますようです。
人々と笑顔の集まるまち 鶴が台にしたいですね！
団地には公園や集会所・台小多目的室とたくさんの人が出
てくる場所があります。



見守り支えあい活動について」の懇談会
そんな状況に心を痛め、「何か出来ることはないか」と、三年
前からこの懇談会が始まりました。
自治会・鶴寿会（老人会）・地区社協鶴が台評議委員会・民生委員
が集まり、身のまわりの出来事から団体の行事や見守り支えあい
活動の取り組みなどを話し合っています。特効薬はありません。
時には「目に見える成果もない」と思ったりすることもあります。
懇談会を続ける中で普段のつながりと情報を共有し取り組むこ
との大切さを実感しています。懇談の中から今年、自治会が始め
ようとする「あいつ」活動と新しいサロンが始まりました。
あいつは一番大切で、一番はじめのボランティア！」

私たちは
3.11 大震災
を忘れない

私たちの地域デビュー3 目をさまして！！氣遣う心
あなたも一歩、家から外へ！
氣付いて!? 地域でのステキな出会いとふれあい

特集 鶴が台団地の楽しい「サロン」

後をたたない「孤独死や孤立死」
「煩わしさから逃れたい」、「自
由な生活をしたい」…と現代のさ
まざまなライフスタイルを望む
方も増えています。
そこで、ご近所づきあいや友人
もなく、家
族と疎遠で孤立し、新聞配達員
や、ご近所の方が「チラシが溜ま
っている」「近頃見かけない」と
気づいて通報してから発見され
るという痛ましい出来

Eラウンジ “シニアサロン”

平成5年
スタート

65才以上の方や障がい者のサロン!!



明るい落ち着いた部屋には団地の方の作品(写真)がたくさん展示され、テーブルには花が飾られ、隣の保育園の園児たちの声が時折聞こえてきます。

笑顔で迎えて下さるボランティアの方々に支えられ月・火・木・金・土曜と週5日開かれています。

毎日来る方も少なからずあり、又、週一回お友達と待ち合せて昼食を食べる方もおられます。

友だちも出来、一人で来る方も含めて、「このラウンジがあつて良かった」と楽しみにしています。

毎週月・火・木・金・土曜の5日開
10:00~15:00 開催
年末年始・祭日休み(夏休みあります)

ボランティア
募集してます

日本茶は無料、コーヒー・紅茶は50円です。
お弁当やお菓子の持ち込みも自由です。
お一人でもお出かけ下さい。

ひまわりの会 “水曜サロン”

平成12年
スタート!!

団地の方はもちろん、隣の円蔵の方や遠くは県道の近くから、みなさん、雨が降っても天候に関係なくほとんど変わらず40人位の方が毎週楽しみにいらしています。

専用でないで毎回1時間近くかけて、机14ヶ・椅子50脚あまりをセッティング(片付け)します。テーブルクロスをかけ、お花も活け雰囲気づくり。利用の方は「今日も来たわ、よろしく!」と笑顔でごあいさつ、スタッフも笑顔でお出迎えます。

「今日も楽しかった!! ありがとう」の声に、スタッフもみんな「お気をつけて! また来週お待ちしております」と送ります。この一瞬が私たちの元気の源であり喜び・楽しみなのです。



毎週水曜日(祭日・年末年始休み) 10:00~14:00
鶴が台小学校多目的室1・2(やまゆり側南門入口)
レギュラーコーヒー・紅茶50円、緑茶無料
車椅子利用、グループ利用出来ます。勿論お一人ok!!

サンデーランチの会

平成25年
スタート!!

団地にお住まいの方、どなたでもどうぞ

毎日一人での食事…。たまに友人と食べると本当に一味違う気がします。きっと同じ思いの人が居るに違いないと昨年10月から月末の日曜のお昼に集会所で500円ワンコインの食事会を始めました。

市販の温かいお弁当に汁物や漬物は手作りで、今回は洋風おにぎりにシチューが付き大好評でした。団地では初めての会ですが、参加した方からこんな会が毎週あれば嬉しいと云われています。

これからも、趣を変え、献立に変化をつけて、少しでも美味しいものをと心掛けて、長く続けて皆さんが仲良くなって、もっと楽しい鶴が台になればと願っています。おしゃべりしたり、地域の情報も聞けます。

年齢を問わずご夫婦・車椅子でも、一人でもお友達とご一緒でもどうぞ。
お知らせは、「自治会だより」で



子育て応援する会「きらきらぼし」

平成10年
スタート!!

*子育て中の保護者がお喋りしながらゆっくり過ごしてリフレッシュしています。友だちもできます。

*お子さんを自由に遊ばせながらホッと一息つける「室内公園」なので～。



湘北地区社協
ホームページに
きら新聞掲載中

*毎週月曜日 10時～14時 祭日休み
鶴が台小学校多目的室 (南門入口)
*出入り自由 *昼食持ち込みもOK
*年間保険料のみ 50円

こんなに楽しい

鶴寿会

入会は60才以上の方。3年前に発足し、現在96名。昨年は親睦会や里山ウォーキング・熱海一泊旅行・ビンゴ忘年会・健康福祉の話。茅ヶ崎市老人会の運動会・バス旅行・豪勢な一泊旅行等元気に活動してます。

鶴寿会同好会 グラウンド・ゴルフ

申込先 鶴寿会にお尋ね下さい。

いつでも、どこでも、誰とでも、気軽に出来るスポーツです。長い・短い距離8ヶ所にあるホール(旗付きケージ)にボールを打ち込み、打数の少なさを競う個人プレーです。歩き廻って足腰を丈夫に、そして仲間と語り合い「健康づくりと仲間づくり」に是非参加してみませんか!!

練習日 平日は、団地内スポーツ広場で9:00～11:00頃まで。その外円蔵スポーツ広場(円蔵中学校よこ)で月に5～6回してます。



鶴寿会同好会 ゲート・ボール 申込先 鶴寿会にお尋ね下さい。

性別や体力の差にとらわれず、スティックでボールを打ち合いコート内の3つのゲートを通し、最後にコート中央のゴールに当てるまでの合計得点を競うスポーツです。

子どもから、お年寄りまで幅広い層がゲームを通して楽しく交流ができるスポーツです。ゲーム性の高い頭脳チームプレイなのでお互いに会話をして作戦を練るなど「頭脳の活性化に寄与する」スポーツです。

練習は平日の雨天を除き毎日9:00～10:30 団地内スポーツ広場
用具はチームで用意。履物は、運動靴ならOK、気軽にご参加下さい!!



ただいま
鶴寿会会員募集中

鶴寿会同好会 カラオケの会 申込先 鶴寿会にお尋ね下さい。

楽しい仲間と素敵な午後の一刻を昔懐かしい歌、新しい歌も添えて、皆と歌い合い気持ちも「ウキウキ」元気に成りますよ!

現在12名程の会員と月に1回第3木曜日 13:00～16:00まで活動しています。会場は、団地入り口 三光電気の左階段2階にあるカラオケ・ボックス「サウンド・ダック」です。

店内へのソフトドリンク・食べ物等の持ち込みは、自由ですが当日のカラオケ料金としてお一人¥900円程掛かります。

お年寄りのつどい「すこやかサロン」



平成25年度のプログラム

*「お花見のつどい」

4月4日

・お話しもしも家族が
認知症になったら」
・ティータイム・体操

*「七夕のつどい」

7月4日

・鶴が台保育園児との
交流・ティータイ
ム・体操・歌声

*「秋のつどい」

11月7日

・ちぎり絵でカードづ
くり・健康体操・ティ
ータイム・歌声

「早春のつどい」2月6日

60名を超える方々が集まりました。

津軽三味線の秀山会一行8名の皆さんが、祝舞「大黒天おどり」、民謡「秋田おぼこ」、合奏「津軽じょんがら」等を披露。美味しいお弁当を食べてから、お得な景品が当たるビンゴ大会、その後に腹筋を鍛えて健康増進のために歌と体操がありました。4月3日の「お花見のつどい」では、包括支援センター「あかね」の皆さんが、寸劇で「絶対騙されない！ でも騙される！」をいたします。

みんないきいき！ 鶴が台評議員会のサロン

平成7年 スタート

カラオケの大好きな

Y子ちゃん!!

年配者の多い中でイマはやりの曲を披露。やさしくてニコニコ物おじせず人気者です。

ご主人が車椅子を押してご夫婦でいらっしゃる方、娘さんと一緒にいらっしゃる方、認知症の奥さんをいたわりながらやさしく世話をされるご主人、脳梗塞で不自由になられた方、目の不自由な方等等、それぞれです。

この会は、思いがけない病気や事故等でお体が不自由な方や障害手帳をお持ちの方々や家族の「つどい」です。

わを広げよう たんぽぽの会

年4回、団地集会所で開いています。

お誘いは、民生委員が開催のかわいいイラスト入りの手紙を直接お届けしています。

コーヒー・お茶・お菓子をいただきながらのお楽しみはスタッフが企画する……。



おとなの
塗り絵5月

スイカ割り・
ボーリング
8月

お弁当食べて
カラオケ・ビンゴ
この時だけ500円



介護保険・介護サービス利用の方法

介護保険料は40才を過ぎると徴収されます。しかし、いつから利用できるかとなるとよく分かりません。

①どのような人が利用できるか？

日頃の生活で食事の支度・買い物・掃除などがたいへん負担になってきた人、立ち上がり・歩行など日常生活が困難になってきた方は担当の民生委員や左記窓口にご相談してみましよう。

地域包括支援センター「あかね」55-1535
福祉相談室「あかね」51-0015

②介護保険申請は、市役所に行かなくとも「あかね」が代行で申請できます。

③申請すると市役所介護保険調査員が面接にきます。生活や健康状態などを聞き、「かかりつけ医」の意見書を市が手配します。

③介護認定と結果通知

認定が出るまでに一ヶ月位かかります。状態により認定まで待たなくともサービスを受けられることもあります。

④手続きの中で状況を的確に説明することが難しい・不安と思う時は民生委員が立ち会うこともできます。お気軽にご相談下さい。

お問合せは 民生委員まで

編集後記

大雪にびっくり！ 団地が雪国に変わりました。手際良くシャベルで雪カキをする方々を尊敬しました！ 雪カキの道具も無く、やる人の居ない階段や棟では長く足元が不安でした。改めて近所の助け合いの力を感じました。自治会の階段費用でシャベルを買う所もあります。共助のありがたさを痛感しました。