

〔発行〕 会長 榎本 房雄  
〔編集〕 広報部

〒337-0053  
さいたま市見沼区大和田町1-1387-1  
電話・FAX 048-687-7935  
http://oosatohigashi.sakura.ne.jp

大砂土東地区社会福祉協議会だより

# えが お



## 大砂土東公民館

つくしの会

代表 山崎 洋子

平成2年から地区社協・公民館との共催で「月1回の会食サーブス」も280回になります。

会食のつどいの調理・おもてなしの協力が主な活動です。

季節の行事や地域で活動中のグループの方々による器楽演奏又腹話術等を取り入れ、楽しい会食・食事を通しての温かい交流を大切にして、私達自身の向上も心掛けています。

調理以外では包括支援センター・民生委員の方々のご協力を頂き頑張っています。

只今ボランティアを募集中です。

## 会食のつどい



## 東大宮コミュニティセンター

アップルの会

代表 高柳 もと子

アップルの会は平成9年より地区社協の事業である会食サーブスをお手伝いさせていただいています。70才以上の単身でお暮らしの方が対象です。毎月第

四火曜日東大宮コミュニティセンターで開催しています。ボランティアの方達が、真心込めて作って下さった食事をいただいた後、簡単な体操・歌・ゲーム等を行うアトラクションも企画しております。心あたたまるふれあいの場でもあります。ご希望の方はご連絡ください。



# 一人ひとりの笑顔のために



東大宮 めだか

代表 大河戸 千鶴子

「めだか」は平成9年からスタートしました。ボランティアは全員で9名(内男性2名)。活動は月1回。11時半までに作り、自分達で配食します。1食350円頂いていますが、足りない所はボランティア間で補いあっています。

7月の利用者 35食

メニュー おはぎ・天ぷら・切りこんぶの煮付け  
中華サラダ・キュウリの味噌漬け・梨

お弁当を心待ちにしている人達は、会食のつどいに参加が困難になられた人や老々介護をしている方、又お弁当を必要としている方々です。



大和田 ひまわり

代表 織本 孝子

「ひまわり」は週1回60歳代から90歳代のボランティアが中心となり『地域はひとつの家族である』という考えで行っています。

高齢者で食事作りが困難な人や、高齢者を世話する家族、又はお弁当を必要とする人達に「困った時はお互い様ですよ」と作業をテキパキと楽しそうにお弁当を作り、手作りのフロシキに包み配達します。

利用者は週1回のお弁当を心待ちにされ「色どりもよく品数も多く、食べやすく、とても楽しみで助かります」と笑顔の挨拶がありました。



※只今ボランティアさん募集中です。お問い合わせは社協まで。

## 各サロン代表者交流会



サロンが10ヶ所となり、今回初めて代表者交流会が6月21日(火)に行われました。各サロン共、独自の特徴を生かし活動を行っています。

おじいちゃんの居場所づくりからスタートした「堀崎凡人会サロン」。あえて目的を立てず、そのつど必要とされる内容に取り組み「ぶちサロン檸檬」。大人の塗り絵・写経・手芸教室で自分の生き甲斐となる時間と場所を提供している「砂団地いきいきサロン」。今、世代間交流の乏しい時代に、子育てに悩んでいる若いママさんのための育児相談や交流会をしている「子育てサロンMama's house」。閉じこもりの単身高齢者を何とか外に出そうと立ち上がった「ブルーハイッワンコインサロン」。それぞれのサロンの奮闘が伺えました。

全てのサロンのご紹介ができませんでしたが、どのサロンも、「人ひとりの笑顔のために」張り切っているのを感じました。

11ヶ所目の新サロン誕生

「LGひまわりクラブ」

(ライオンズガーデン東大宮)

## 開けてびっくり! ターゲットパードゴルフ



6月24日(金)、前日までの申し込み数は16名でしたが、本番当日の参加者は50名というビックリする人数でスタートしました。

ターゲットパードゴルフは初めてという人が殆どでしたが、日頃ゴルフをして

いる方やグランドゴルフ経験者が多かったので、ルールの呑み込みも早く、プレーもすばらしいものでした。

優勝は最高齢82歳の龜山憲作さんでした。

\*\*\* おめでとうございました。\*\*\*



## 街頭募金実施



ご協力ありがとうございました。  
赤い羽根街頭募金として  
38,817円集まりました。

## 寄付のお礼

大砂土東公民館のつどい実行委員様より  
バザー収益金として、50,000円寄付いただきました。

### ◆ 編集後記 ◆

大砂土東地区においても敬老会がおこなわれました。今年の招待者は4,704名と昨年より246名増えました。これからも皆さんお元気にお過ごし下さい。

### 訂正とお詫び

前18号「うんどうサロン」指導者の紹介において、お名前が間違っておりました。ここに訂正しお詫び申し上げます。

- (正) 高橋年雄様  
(誤) 高橋利雄様  
(正) 白田元彦様  
(誤) 白田元久様

## 紙ひこうき・あやとり・おはじき



世代間交流事業として8月5日見沼小学校体育館、8月19日大砂土東小学校体育館において『お遊び広場』を展開、多数の参加者を得て、紙ひこうきを制作し飛ばすグループやあや取り・おはじきをして遊ぶグループに別れて楽しくすごし、最後は社協独自のピンゴゲームでおおいに盛り上がりました。



## 健康な生活を営むための食生活

6月7日大和田和い話いサロンにおいて福祉ミニ講座が行われ、一日の必要カロリーについて、図やイラストで示し、解りやすくお話ししてくださいました。  
“食事はバランスが大切”で特に野菜の動きには免疫力の向上、抗酸化作用などの機能性により、脳卒中・高血圧・がんを予防する効果が高いので多量の野菜を食べるよう心がけると同時に、“噛む力・飲み込む力”が大切であると教えていただきました。

