



～くらしのサポートセンター～

今年5年12月5日発行

松波すず風通信

第6号

松波くらしのサポートセンター運営委員会

080-6937-5793

日ごとに寒さが厳しくなる今日この頃です。「今年の雪はどうだろねえ」との会話があちこちから聞こえてきます。大雪にならないといいですね。インフルエンザが流行しています。体調に気を付けてお過ごしください。

来年は辰年です。勢いのある年になりますように！！

よいお年をお迎えください。

ボランティアの会との交流会に参加しました

9月29日、3年ぶりにコミセン体育館において交流会が開かれました。「ポエポエ」の皆さんの音楽に触れ懐かしい曲を口ずさみ、それに合わせてチーフを振ってリズムを取ったり、楽しい時間を過ごせました。

その後は昼食、手作りの豚汁、漬物、デザートなどをとても美味しくいただきテーブルごとに会話が弾みました。大勢で食べるっていいものですね。



ゲームの優勝チームです。
「チームワークが良かったで賞」

食後はテーブルごとにゲームを楽しみました。新聞紙の輪を割り箸にかけて渡しその数を競ったり、白い熊の絵にパンダの模様を描いたり(パンダってどこが黒かったっけ?)頭を使ってチームごとに協力していました。皆さんとっても真剣に取り組んで楽しい時間はあっという間に過ぎていきました。

「またこんな機会があるといいね」との声が多く聞かれました。



すず風の家活動

季節ごとに折り紙制作を楽しんでいます。コミセンまつりに今年も出品しました。

金曜日のくらサポはいつもと少し違っていています。午後から麻雀を愉しみに男性の方々(女性の方も)が集まってきます。人数も定着し会話を楽しみながら頭もすっきりです。年に一度大会を開いて技術を競っています。興味のある方は一度のぞいてみませんか？



麻雀は頭を使い、いい刺激に脳トレになるそうです。



お知らせ 付随事業で始めた、高齢者の見守り活動のおうち訪問ですが12月に2回目を予定していましたが、年が明けてから、実施したいと思えます。よろしくお願ひします。

松波すず風の家今後の活動予定

- 12月 ツリーづくり
クリスマス会
- 1月 新年会
お正月ゲーム大会
- 2月 ゲーム大会(継続)
- 3月 ひな祭り会



お茶会、おしゃべり、ゆっくりのんびり過ごせるように援助員は日々、考え工夫しています。何かやりたいことがありますか？

利用者さんの笑顔と「週一回のこの日がたのしみだて」との声に励まされこれからもがんばります。よろしくお願ひします。

援助員 よしの♡かのう

つぶやき

年をとっても元気で自分のことが自分ででき、自分の意志で過ごす生活はいつまでできるだろう？そう思うと不安になってくることがある。今まで普通にできていたことに時間がかかったりできなくなったり。これが年を重ねて生きてくことなんだろうけれど。そこで考えてみた。困った時は誰かに頼ろう。自分一人で抱え込まないようにしよう。お互い様と言える相手を作って助け合っていこう。誰かと繋がり生きていく。そう思ったら少し気が楽になった。周りの人にちょっと助けてと言いなから過ごしていきたい。