

さりげなく、ともに生きる!!
「おもいやりの町、しもすわ」をめざして。



町内8会場(遊泉ハウス児湯・大黒館・湖畔の湯・山王閣・高木温泉・萩倉公民館・老人福祉センター・富部公民館 など)で開催!!



ふれあい いきいき サロン



今回は2会場の様子をご紹介します。

へ行ってみませんか?

7・8区ふれあい・いきいきサロン

開催日：毎月第4水曜日

場 所：下諏訪町老人福祉センター 2階 集会室

対象者：おおむね65歳以上なら、どなたでも

皆さん自由に、お茶を飲んでおしゃべりしたり、歌を歌ったり、踊りをしたりして、一日楽しんで過ごしています。年1回、バスで出かけることも楽しみです。

どうぞお出かけください。

サロンボランティア 宮澤アキラ 西澤幸子



この日は、みんなで輪になり、「さくら音頭」「しものすわ宿場町音頭」を踊りました。



今日は、みんなで楽しく体操をしました。

6区ふれあい・いきいきサロン

開催日：毎月第4水曜日

場 所：ホテル山王閣 萩倉公民館 他

対象者：おおむね65歳以上なら、どなたでも

ステキな笑顔がいっぱいのサロンです。春は桜見物、秋は紅葉見物が毎年恒例です。畑作りをしている方が多く参加されていますので、野菜作りやお料理の話などで交流を深めています。温泉に入ったりカラオケをしたり、心も体もリフレッシュしています。大勢の方々が参加して下さる事をお待ちしております。

サロンボランティア 福寿草の会

2区サロン・かいどうサロンは4月号、矢木西サロンは5月号、高木サロンは6月号、富部サロンは8月号に紹介を掲載しています。湖畔の湯サロンは、今後掲載します。

参加のご希望は、社協・生活応援センター
27-8886 担当：中村裕二

いっしょに
考えてみましょう!

共に支え合う地域

寄稿

知ってほしい

わが愛しの 偉星人

その79

秋の運動会

偉星人が運動会に参加する…彼らにとって、それはそれは大変な事なのである。

まず、ものすごい人の波…感覚が過敏な偉星人はこの人波に酔ってしまう。自閉症であるわが息子は、酔ってしまう前に…視界に入ってくるおびただしい情報を整理できず、パニックになり逃げ出してしまうかもしれない。

運動会では様々な出し物とともに「競技」というものがある。この「競技」が彼らには難関なのである。

つなひき…手に持っている綱が見えていない彼にとって、その綱の先にある相手との引っ張り合いは見えてこない。また、勝ち負けの意味が分からないので、手に持たされた綱を引っ張らないとならないという意味が分からない。よ～いドーン…と共に綱に振り回されて人に挟まれて、パニック寸前である。

かけっこ…家の偉星人には「競い合う」という概念が分からない。ふつう2～3歳児がそうであるように。それだけではない。広いグラウンドのどこをどう走れば良いのかがわからない。なので、わが息子の場合、白い線（石灰）を写真に撮り、「白い線、走ります」と言い聞かせ、ただ白い線の上を走ることに集中させた。1度では理解できない。一緒に伴走しながら、線を指さし、「白い線、走る」と言い聞かせていくうちに、走れるようになってきた。

偉星人って大変だなあ…って思うけれど、これ、私たちが小さい頃、周りの状況が読み取れなかった頃に、きっと皆が経験したことなのだろう。…年を重ね、視界や感覚がだんだん衰えてきたって、同じような現象に成り得るかもしれない。もし私たちが文化の全く違う国に行ったとしたら、全く知らない行事に加わったとしたら、やっぱり色々戸惑ってしまうものだと思う。

これを、ハンディキャップ…というよりも、「ニーズのある人」「支援の必要な人」として、当たり前前に助けてあげたい。そんな社会になったらいいなあ…と願っている。

※編集にあたり、加筆・修正しております。



(下諏訪地区障害を持つ親の会 会員)

ご利用・ご参加お待ちしております!!

車いすご利用の方、お出かけするのにお困りではないですか?

福祉有償運送サービス

通院、理容室、買い物等の移動
にご利用ください!!
車いすのまま移動出来るので
安心ですよ!!

対象者：町内に住む「車いす利用の方」

利用料金：町内 440円

町外 1キロにつき50円加算

移送範囲：6市町村内

※現地までの移動のお手伝いをします。
現地での付き添いは、ご家族・ヘルパーさんをお願いいたします。

受付窓口：下諏訪町社会福祉協議会

福祉有償運送サービス

電話：27-1703

担当：清道 章



男性の方限定、お体を鍛えてみませんか?

けんこう男塾

長年のお勤めで
疲れ切った体、鈍った
体をリフレッシュ
しましょう!!

対象者：町内に住む「65歳以上の男性の方」

講師：健康運動指導士 茂澄 修

受付窓口：社協生活応援センター

電話：27-8886

担当：根橋 奈央



お体の悩みも、ご相談
にのりますよ!!



ちょっとキツイですけど
体を動かすと
気持ちよいですよ!!



ひろげよう!! ささえあいの輪!!

雪かき ボランティア 募集中

本格的な冬を前に、下諏訪町社会福祉協議会では、ご近所の輪事業の一環で、一人暮らしのご高齢の方等や、自力での雪かきが困難な方々の雪かきをお手伝いして下さるボランティアさんを募集しています。

ボランティア活動では、危険な作業はいたしません。女性のボランティアさんも活躍しています。ぜひ、ご協力お願いいたします。

活動日：降雪後、雪かきの依頼があった時点で、活動日をご連絡いたします。
主は平日の活動で、社協職員との共同作業になります。

申込方法：雪かきボランティアが可能な方は、
電話27-8886 担当：中村
までご連絡ください。



11月11日は、
「介護の日」

今年度の「介護の日 県民の集い」は、
下諏訪町で開催されます。
ぜひ、ご来場ください!!

「11月11日」は、“介護について理解と認識を深め、利用者、家族、介護従事者を取り巻く地域社会における支え合いや交流を促進する目的で、平成20年に「介護の日」と定められました。



平成24年度「介護の日」県民の集い

と き：平成24年11月11日（日）
午前10時～（開場9時30分～）

ところ：下諏訪総合文化センター

主 催：長野県社会福祉協議会

内 容：・11:00～ 記念公演「命の輝きと家族の絆

～映画『折り梅』に描いた、こころの介護～

講 師：松井 久子さん（映画監督、脚本家、プロデューサー）

- ・13:00～ 映画「折り梅」無料上映会
- ・みんなで!! フォト俳句展
- ・「介護の体験」語ろう会
- ・介護相談コーナー
- ・福祉機器、介護用品の展示
- ・ふるまいコーナー 他

全国1,000ヶ所 100万人が泣いた感動の実話。



折り梅