

本庄ふれあいだより

[第48号]令和元年11月16日発行
発行:本庄地区ふれあい活動推進協議会
連絡先:☎550-9056、FAX.550-9058
本庄まちづくり協議会事務所内

本庄オータムフェアが開催されました！

令和元年10月13日(日)10時から、「本庄ふれあいと創造の里」駐車場で、恒例の「本庄オータムフェア」が開催されました。当日は朝の雨で開催が心配されましたが、開始の頃にはすっかり雨も上がり、青空も出てきました。「本庄地区ふれあい活動推進協議会」も木工工作、昔遊びのおもちゃを出展し、皆さんに楽しんでいただきました。



開会挨拶



市長挨拶



地元産 新鮮野菜販売中！



おいしい枝豆 安いよ！



恒例の餅つき



模擬店食べ歩き



かき 100円！



入賞野菜です



本庄っ子米(本庄小)



うちわ作り きれい！



椅子作りました



竹馬遊び のれた！！



木工工作 お母さん奮闘！



昔のおもちゃ遊び



長坂中吹奏楽♪



みんなでフォークダンス



コミュニケーション麻雀

本庄地区ふれあい活動推進協議会の活動の一つとして、コミュニケーション麻雀があります。「雀じゃんクラブ」として、本庄地区はもとより、ディサービス施設や福祉施設、及び本庄地区以外の公民館など三田市全域に出向いています。各地区の皆さん同士はもちろん、私達とも麻雀を通じて、コミュニケーションをとっています。

「大音所せせらぎクラブ」で9月4日（水）13時より開催しました。



「ワクワク」「ドキドキ」今回こそ上がるぞ！ついつい熱中してしまいます。気が付けば終了の時間！あっという間に楽しい時間は過ぎてしまいました。次回、お会いするのが楽しみです。

本庄田中「すみれ会」で10月6日（日）13時より開催しました。



お昼ご飯が終わり、いよいよ楽しい時間が来ました。公民館に元気な声が響き渡ります。「ありがとう」「どれにする？」こちらもあっという間に時間が過ぎてしまいました。

こんにちは！「まごの手 本庄」です！

本庄ふれあい活動推進協議会が発起人となり活動を始めて8年目、「本庄のみなさんのお役に立ちたい！」そんな想いでマイカーによる送迎活動を続けています。



利用者の声

私は、大正生まれで98歳です。「高齢者のつどい」で月4回、詩吟で2回、「まごの手 本庄」の皆さんにお世話になっています。つどいで演芸やおしゃべりなど色々楽しみ、帰りはお買い物もさせてもらいます。詩吟は各教室で度々発表会もあります。キングレコードの会にも出ます。12月には詩吟歌謡の10周年記念会で、私は「風雲いのち花」を歌います。

「まごの手 本庄」の皆さまが、やさしく親切に教室にも行ってくださるので、元気で出席できます。若い人に負けないよう頑張ります。「まごの手 本庄」の皆さんありがとう。

これからもよろしくお願ひします。

大正10年4月28日生 池内文子

活動者を募集しています！



多くの皆さまに、「ありがとう」「助かります」と感謝され、年々依頼件数が増え、平成30年度の活動実績は531件に達しています。利用者の喜びの声を糧に充実感と生き甲斐を感じて頑張っていますが、在籍活動者の人数では、対応が難しくなってきました。活動の継続を図るため、ボランティア活動をしていただける方を募集しています。ご協力の程よろしくお願ひいたします。 代表 荻野太一

申込・お問合せは ☎ 080-2518-7478 まで

長坂中学校「アロマハンドマッサージ」講習会

10月25日（金）長坂中学校にて、保健体育委員会及びソフトテニス部の皆さんに参加いただき講習会を開催いたしました。二人一組でアロマの心地よい香りの中、マッサージをお互いに体験され全員の方が習得されたことと思います。まず家庭でのマッサージに続き、来る文化祭にはアロマハンドマッサージ店を出されるそうです。きっと楽しい会話が弾む店になったことでしょう。



皆さんの感想



- ☆アロマハンドマッサージは、リラックス効果などの多くの効果があると知った。また他の人達にもアロマハンドマッサージをしてあげたい。
- ☆すごくいい香りでベタベタになったけど相手に気持ちいいと言ってもらってうれしかったし、自分の出来ることが一つ増えたからよかったです。オイルにも色々な種類があっというんな効果があることがわかりました。
- ☆最初は、どんな感じなのか全然分からなかったけど楽しかったです。民生委員さんが面白く楽しく教えてくれたので分かりやすかったです。途中で相ぼうの手（編集者補足：ハンドマッサージの説明をする為に作成したゴム手袋のことです）が出てきて怖かったけど（笑）、友達と楽しく体験することが出来ました。有難うございました。
- ☆最初は力かげんが難しくて、少し弱めにしていたけど強めの方が気持ち良いのが分かった。匂いも落ち着く匂いだったし話しながらすると楽しくできた。また親や兄弟にやってみようと思った。
- ☆アロマハンドマッサージは、はじめ難しいイメージがあったけど、今日の体験を通して幅広い年齢の人達ができたり、疲れたときにもピタリの香りで、リラックスできるなと感じました。また、無言ではなくて、話しかけたり、力加減など意識することが大切だと知りました。思っていた以上にたのしめたい、良い体験になりました。母にアロマハンドマッサージをしようと思います。反応が楽しみです。
- ☆アロマハンドマッサージは、マッサージをするのが一番の目的だと思っていたけど、実際は、コミュニケーションを取りながらマッサージするのが目的だと分かりました。民生委員さんは、僕が失敗しても、丁寧に教えてくれました。
- ☆3回目だったけどアロマハンドマッサージは、いつも気持ちいいなと思います。また今度文化祭でやるけどやってもらおうとも思います。
- ☆アロマハンドマッサージがどういうものなのか、分かりやすく面白く教えて下さって、アロマハンドマッサージがどういうものなのか分かりました。マッサージをしている時に、相手の人と話すのが大切だと分かりました。
- ☆楽しかったです。やってる人もやってもらってる人も楽しく会話ができているよかったです。本番も対話を楽しくできたらいいなと思いました。そして、お客さんが気持ちよくなるようなマッサージをしたいと思います。
- ☆初めてアロマハンドマッサージをして、想像していたより気持ち良かったし何より楽しかったです。上手にマッサージするためのコツや、相手とのコミュニケーションの取り方まで教えて下さって本当に良い経験でした。アロマを塗ることよりもコミュニケーションを取ることが大切だと言っていたのが印象に残りました。
- ☆はじめは難しいなあと思っていたけど思っている以上に簡単だったけど、力の入れ具合が難しかったです。自分がリラックスしないと、受ける人はリラックスできないと教えていただいたので、しっかり自分もリラックスして、頑張ろうと思いました。やってもらっても、とても楽しかったです。



本庄小学校音楽会♪

10月26日(土)本庄小学校体育館で音楽会が開催されました。



きもちをあわせて歌おう♪



音楽でお話しよう♪



音色をあわせよう♪



大切なものをかんじながら..



声を合わせて 音をあわせて



声を重ねて歌おう(^.^)♪

三田楽寿荘食事介助講習会

10月30日(水)三田楽寿荘にて食事介助講習会が行われ、本庄地区ふれあい活動推進協議会のメンバー16名が参加いたしました。三田楽寿荘の方から食事介助を安全に行う為には、「口腔ケア」や「誤嚥」に気を付ける事や姿勢が大切なことなどについて講義いただいた後、ご高齢者が食べやすい食事(キザミ食・ミキサー食)を実際にいただきました。



色々なケースの食事介助方法の講義を受けました



介護食の試食をしました

今後の主な行事

- ・11月17日(日)10時～ 第2回本庄わいわいパーティー 本庄小学校 体育館
- ・12月7日(土)14時～ 車いす介助研修 三田楽寿荘
- ・12月22日(日)14時30分～ しめ縄作り 本庄小学校 体育館
- ・1月22日(水)10時～ 本庄幼稚園アロマオイルマッサージ講習会 本庄幼稚園
- ・1月26日(日)10時～ 第9回本庄ふれあい寄席 ふれあいセンター