

～人が大切にされ、みなが共に住むまち、ふくつ～

「てんとうむし体操」西福間1区福祉会

西福間1区福祉会では、健康寿命を延ばすことを目的に2年半前から、毎月第3火曜日に西福間公民館で「てんとうむし体操」を開催しています。

毎回20名程の参加があり、健康運動指導士の白石さんの指導のもと、運動と自分で出来るマッサージ、健康の豆知識等を、和気あいあいの雰囲気皆さん楽しんでいます。

毎回参加される中島さんは、ご主人様94歳と奥様87歳。お二人ともとてもお元気で姿勢も良く、「餅つきもするよ」とのことです。健康の秘訣は、欠かさず通っているてんとうむし体操のお陰と話され、周りの人の励みにもなっています。



中島さんご夫婦



体操教室の様子

「お茶のみサロン」若木台1区福祉会

若木台1区福祉会の「お茶のみサロン」は、平成28年に発足して以来6年間にわたり、毎月第3金曜日に開催されており、毎回20名程の参加があります。音楽会、手品、フラダンス、出前講座、季節に合わせた催し等、盛りだくさんな活動内容で、皆さん大変喜んで参加されています。

5月19日には、光陽台のマトバ電気の的場さんによる手品が行われました。プロ顔負けの手品からクスッと笑える手品まで、楽しいひと時を満喫されていました。最後は恒例のお茶のみサロンの唄をみんなで歌って終了でした。



サロンの様子



的場さんの手品の様子

生活支援コーディネーター(SC)は、地域の「あること(社会資源)」と「あったらいいな(地域ニーズ)」を見つけ、つなぎ合わせたり足りないものを新たに創るための支援を行い、地域における支え合いの体制づくりを進めていく役割を担っています。



福間 広渡SC



神興東 長井SC