

# か け は し

2019  
第3号

6月

栄西・栄東・丘珠 地区版

祝

## 生活支援ボランティア タッピー 開設式 2019.5.22



交流会、  
大変盛り上がりました！



池田先生の傾聴の講義  
勉強になりました。



熱心に講義を聞く男性陣！

講義を聞いたあとは、お互いを知るための交流会を行いました。

みなさんいろいろな特技をお持ちだったり、これまでの経歴を聞くことができました。交流を通してグループとしての絆が深まりました。

東区独自のボランティアグループ「生活支援ボランティア タッピー」の開設式が行われました。

記念講演として、合同会社うえるかむの代表社員 池田ひろみ先生から「気持ちに寄り添うとは！？～ボランティアの基本と傾聴技法を学ぶ～」と題した講義をしていただきました。これからの活動に大変役立つお話で、みなさん熱心に聞いてらっしゃいました。

ついに「生活支援ボランティアタッピー」が始動！どうぞよろしくお願いたします。

# 地域の元気活動をお知らせします。



今回は丘珠地区の「スマイル健康教室」をご紹介します。

この教室は丘珠福まち健康づくり事業部が主催し、地域の皆さんの健康づくりの一環として月に一度開催しています。訪問時は、初めて参加された5名を含めて30名以上の方が楽しいひとときを過ごされていました。

当日行われたリズム体操は「きよしのズンドコ節」からスタート。色々な種類の曲に合わせて体を動かしていきます。最初は一人ずつ、次にペアで踊るなど参加者同士の交流もリズムと共に深まっていくようでした。

難しいところはお互い教え合う、間違いは笑いで吹き飛ばす、どんなことでも楽しんでおられるみなさんの笑顔がとても素敵でした。「スマイル健康教室」のテーマや実施内容はとても豊富で、ゲーム大会や講演会もあります。ご興味のある方は、ぜひ一度会場まで足を運ばれてはいかがでしょうか？

## 基本情報

教室名：スマイル健康教室

開催日時：毎月第3水曜日

(10:00~11:30)

※2月は第3木曜日に変更します

会場：丘珠ふれあいセンター  
多目的ホール

参加費：無料

対象者：概ね60歳以上の方。

内容：健康体操、リズム体操、研修見学会、  
ウォーキング、レク 他



◎みなさまのご近所で行われている身近な「支え合い」を教えてください！

◎生活支援体制整備事業って何？話だけでも聞いてみたい！という

単位町内会や老人クラブ、サロンなどの地域の集まりがございましたら、お気軽にご連絡ください！

発行・お問い合わせ先

札幌市東区社会福祉協議会

電話 011-741-6440

〒065-8612 札幌市東区北11条東7丁目1-1 東区民センター1階

生活支援コーディネーター 熊谷（栄西、栄東、丘珠地区担当）

