

生活支援推進員のふらいサーキ



●石山地区「シルバーサロン“たまりば”」訪問

毎週月曜の10時～13時、石山ギャラリー(南区石山2条7丁目12)で開催されているシルバーサロンにお邪魔しました。祝日でしたので、女性2名、男性9名の参加でしたが、驚いたことに、祝日以外のサロンの参加者はほぼ全員が男性です。

男性の場合、何らかの活動を目的として集まることが多く、純粋に居場所として、お茶を飲みながらお喋りして寛いでいるのは本当に珍しいと思います。しかも、必ずコーヒーやお茶を淹れてくれる男性がいるのです！素晴らしい！！

今日は月に1度の昼食会の日で、メニューは焼うどん！ホットプレートで2回に分けて作ってくれました。



まさしく男の手料理！とても美味しかったです！！

主催者の二階堂さんにサロン開設の経緯等を伺うと、元々絵画の作成や展示で借りていた「石山ギャラリー」を、地元住民に開放することによって、孤立死の防止として、閉じこもりがちな高齢者の外出のきっかけになれば、と考え、札幌市社会福祉協議会の“ふれあいいきいきサロン”という事業を知って登録されたそうです。

特別条件を付けたわけではないのですが、不思議なこと

に男性ばかりが集まってくるようになったそうです。

何かのついでにでも、ちょっとふらりと立ち寄ってみてはいかがでしょうか？

(立ち寄り料 100 円、昼食代 300 円等)



●「第12回すみかわ健康フェア」参加

10/9(水)にすみかわ地区センターで健康寿命延伸の為に地域の取組として健康フェアが開催されました。身長、体組成等の測定や、タブレットを使

ってゲーム感覚で楽しみながら脳トレアプリを体験しては、脳年齢の判定結果に一喜一憂していました。

後半の丸山先生の講話はいつも笑いの中にも必ずためになる話を聴かせて頂けるのですが、今回も語呂合わせの脳卒中の早期発見方法を教えて頂いたので今後気を付けて様子を窺いたいと思います。



●「芸森防災の知識と実技体験」参加

10/26(土)に常盤中学校体育館で避難所体験の防災訓練に参加しました。

講義の後、少人数のグループ毎でダンボールベッドを組立てました。皆で協力すれば早く完成出来、直に床に寝るより暖かく、意外に安定してました。何より持

運びに便利！他、応急担架の作り方や、AEDの取扱い方も体験出来ました。今の日本ではいつでもどこで被災してもおかしくない状況。こういった訓練を何度も繰返して備えておくことが本当に必要だと思います。



◆◆編集後記◆◆

さくらんどの玉ねぎ「札幌黄」体験栽培ですが、20 疇以上の大収穫でした！！友人、知人に配ったり、カレー、ソテー、肉じゃがを作り、スライ、みじん切り、餡色炒め等を大量に作って冷凍保存にしました♡

発行・お問い合わせ先 札幌市南区社会福祉協議会

〒005-8612 札幌市南区真駒内幸町 2 丁目 2-1

南区役所 3 階 電話 011-582-2415

生活支援推進員：佐々木 (石山、芸術の森、澄川担当)

