

勝間地区社協だより

が っ ま
KA TSU MA

第47号

発行/令和8年2月1日

発行者/勝間地区社会福祉協議会

電話/0833-92-0043

謹賀新年



勝間の初日の出



どんど焼きの会場



皆さま、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃から、本会の活動にご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

本年は冬季五輪、野球WBCやサッカーW杯などの開催が続き、一流選手の活躍に感動し、スポーツの力で元気・勇気・やる気で過ごせる年になりそうです。

そこで、スポーツの力には人と人・地区と地区との繋がりを深める効力もあることから、勝間地区での人間関係の希薄化を解消し互助力を高める活動の一環として、地区運動会の開催に向けた取り組みが諸団体・有志の皆さんで進められています。その際には多くの方の奮ってのご参加をお待ちしています。

本会では、本年も福祉員と民生委員の見守り活動をはじめ、関係者一同“支え合い助け合いの地域づくり”に向けた活動を行ってまいります。

本年は丙午、飛躍の年であり挑戦する年とも言われています。

皆さんにとって“何事もウマくい” 幸多き年となりますようにお祈り申し上げます。

勝間地区社会福祉協議会 会長 野村賢太郎

“介護・健康づくり教室”を開催

勝間地区社協と勝間スポーツ振興会の共催で、今年度も9月から12月までの第1水曜日に「介護・健康づくり教室」を開催し、30名の受講生が参加されました。

この教室は、介護予防や介護サービスなどを学ぶ講話と健康寿命を延ばす運動を組み合わせで開催しており、講話では介護保険制度、地域包括支援センターの役割や人生会議などを学び、体操では百歳体操、太極拳やバレトンなど体験しました。



☆地域包括支援センターとは？

高齢者の健康面や生活全般に関する相談を受け付けている、地域に密着した総合相談窓口です。生活上の心配事や介護認定、権利擁護などお気軽にご相談してください。勝間地区の担当は、次の2つの施設です。

いきいきサポート周南東部（周南東部地域包括支援センター）

↳住所：周南市 久米 1533-3 ☎0834-29-1155

天王園在宅介護支援センター

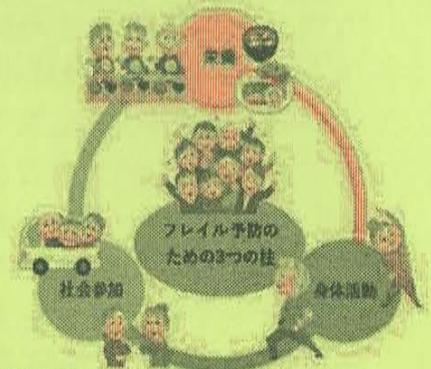
↳住所：周南市 大河内 1109-2 ☎91-5851

☆フレイル(虚弱)予防の3つの柱をご存じですか？

①栄養（食・口腔ケア） ②運動 ③社会参加

特に、③の**社会参加が重要**とされています。

地域活動や趣味のサークル、**ボランティア**などに参加し、人との交流を保つことが大切です。



募集

地区社協で、ボランティア活動を始めてみませんか。
ご希望の方は、勝間市民センター☎92-0043に連絡してください。お待ちしております。

“歳末お元気伺い訪問活動”を実施

「歳末助け合い活動助成事業」として、訪問活動対象者の70歳以上の一人世帯の方や75歳以上の二人暮らし世帯など555世帯に、心豊かに元気で新年を迎えていただけるようにと粗品を添えて「歳末お元気伺い訪問活動」を行いました。

寒さが増し、年末のお忙しい中、民生委員さんと福祉員さんには大変お世話になりました。

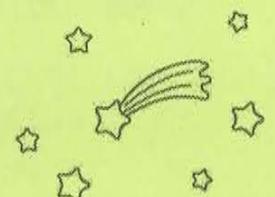


☆子育てサロン“さーくる・はっぴい”より

クリスマスワークショップ 開催



大きな松ぼっくりに思い思いの飾り付けをして、個性豊かなクリスマスツリーを作りました。子どもたちの想像力の高さに触れるひと時でした。参加してくださったみなさん、ありがとうございました！



12/13

勝間市民センター

令和7年度『福祉講演会』の開催（ご案内）

『音読』で脳トレ！舌トレ！

～毎日できる 心と身体の健康習慣～

今年も元気に過ごすために、楽しく声を出すことで健康増進につなげるとともに脳を鍛えることで、認知症予防にも効果がある講座です。

効果は他にも、記憶力の向上、誤嚥性肺炎予防やストレス解消など・・・みなさん、お誘いあわせのうえご来場ください。お待ちしております。

segawa yosimi

講師 瀬川 嘉

朗読家・フリーアナウンサー
元 KRY 山口放送アナウンサー

周南市立中央図書館などで「朗読講座」を開催。中学生から90代の高齢者まで幅広い年齢層の受講者に、朗読を通して声で表現する楽しさを伝えているかたわら、県内外の図書館や小学校、寺社など様々な場で朗読と音楽のコンサート活動にも継続的に取り組んでいる。

また、腹式発声法を楽しく伝えることを目的に、リハビリテーション病院や公民館などでの「ラフターヨガ（笑いヨガ）教室」「脳トレ・舌トレ音読ヘルス講座」を県内各地で開催している。

（一社）日本朗読検定協会・認定プロフェッサー、シニア音読ヘルストレーナー / （一社）こどもアナウンス発声協会・会員講師 / ラフターヨガ・インターナショナル・ユニバーシティ 認定 ラフターヨガ・ティーチャー。



◇日時◇ 令和8年2月28日(土)

午前10時～11時30分

参加費無料
申込不要

◇場所◇ 勝間市民センター 2階大ホール

◇問合せ先◇ 勝間市民センター ☎92-0043

《主催》勝間地区社会福祉協議会