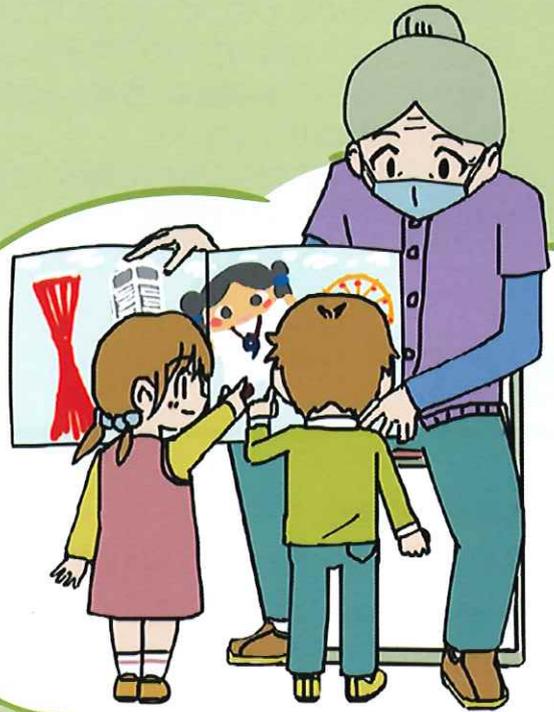
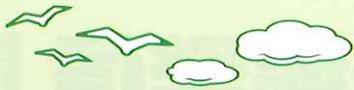


#垂水区社協 ★ 情報発信!!

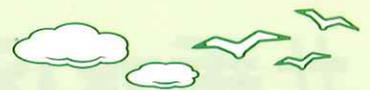
～つなく・つながる・地域のカタチ～ vol.3

社会福祉法人
神戸市垂水区社会福祉協議会





はじめに



垂水区社会福祉協議会では、令和元年度より、様々な“地域のカタチ”を発信すべく『#垂水区社協 ☆情報発信!!』を発行しています。令和3年度も“withコロナ”を合言葉に、令和3年7月から令和4年2月に本会のSNS(ソーシャルネットワークサービス)で発信した各地域の工夫ある取り組みを、地域活動の再開や継続のヒントとしていただきたく、この冊子にまとめました。

今年度も、新型コロナウイルス感染症により、区内の多くの地域活動やボランティア活動が制限される1年でしたが、感染予防対策を取りながら、少しずつ活動が再開、継続されてきました。依然として先の見えない状況が続いていますが、また皆で集える日が戻ってくると希望を持ちながら活動されている地域の方々のご様子を、ご覧いただけますと幸いです。

垂水区社会福祉協議会は、今後も地域活動の再開や継続、新規立ち上げ等を応援してまいります。お気軽にお問合せください。

※掲載記事は、基本的にSNSで発信した当時の内容のままです。

※記事タイトルの日付は発信日です。

もくじ

1. ふれあい給食会	01
塩屋北ふれあいのまちづくり協議会 ふれあい給食会/塩屋地区給食会	
上高丸さくらんぼ会/千代が丘ふれあいのまちづくり協議会	
舞子地区ひとりぐらし高齢者給食部会	
2. 高齢者のつどいの場	03
舞楽クラブ/さくらシニア歌の会/舞子シニア・カラオケ・マージャンクラブ	
かけはし/おしゃべりかふえ ほっこり/上高丸すこやか健康クラブ 健康ダーツ会	
神和台エコー/めっきらーず/カブリース/上高丸すこやか健康クラブ 健康麻雀会	
霞ヶ丘歌声喫茶	
3. こどもの居場所	09
高丸こどもの居場所づくり/霞ヶ丘こども囲碁クラブ	
キッチンちどり/「みなみ・フレンズの会」/本多間ふれあいのまちづくり協議会	
特定非営利活動法人ワンスプレイス/zuttoegao/多間の丘小学校 放課後学習	
小梅ちゃん/めっきらーず・キッズ/舞多間みんなの食堂/FAITHとボランティアな仲間たち	
4. その他の地域活動・垂水区社協の取り組み	15
～地域活動～	
垂水マスターズゼミ/千代が丘防災福祉コミュニティ/ボランティアグループ「かものはし」	
～垂水区社協の取り組み～	
高齢者疑似体験/LINEでつながりづくり講座/オンライン★ボランティアまつり	



「塩屋北ふれあいのまちづくり協議会 ふれあい給食会」で、お弁当の配食を実施!(R3.9.13)

「塩屋北ふれあいのまちづくり協議会 ふれあい給食会」では、入口での検温等感染予防対策を行いながら、お弁当の配食を実施されています。

お弁当はスタッフで食べ比べをして、見栄えや味等をしっかりと考えられており、家に持ち帰って食べる時に少しでも喜んでいただけるようにと、お弁当選びも工夫されています。

集まって食事ができない状況の中で、人との会話の機会がとてまもなく少なくなっています。そんな中、来られた高齢者の方と距離を取りながらお話しされたり、お誕生日のお祝いをされたりと、お弁当をお渡しするわずかな時間でも楽しんでいただけるよう、心配りをされたとても素敵な活動でした。



塩屋地区の給食会「塩屋地区給食会」で、お弁当の配食を実施(R3.10.6)

緊急事態宣言発令中ではありましたが、高齢者の方々に笑顔をお届けしたいという思いから、「塩屋地区給食会」では入り口での徹底した感染症予防対策を行いながら、お弁当の配食を実施されました。

この日のお弁当は、児童館の子どもたちが作った工作とマスクのプレゼント付き。プレゼントには心温まるメッセージが1つずつ添えられており、それを見た利用者さんは「頑張って長生きせなな～」と皆様マスク越しではありますが、笑顔がこぼれておりました。

配食会も終盤、いつも早くに来られる利用者さんがなかなか来られません。電話もつながらないため、心配される民生委員さんたち…ご自宅に再度お電話されたところ、つながり、一安心。すぐにお弁当を受け取りに来られました。

長引くコロナ禍で外出制限がされる中、このような活動は、わずかな時間かもしれませんが、高齢者の方々の居場所になるだけでなく、見守りの機会になっています。新しい生活様式を保ちながら、少しずつ再開されている地域活動を区社協は今後も応援します!





上高丸地区の給食会「上高丸さくらんぼ会」で会食形式の給食会が再開しました!(R4.1.6)

長らく会食形式での給食会が休止されていましたが、コロナの感染状況が落ち着いたことから、この度「上高丸さくらんぼ会」で会食が再開されました。

会場の地域福祉センターの中に入ると、早速美味しそうな香りがしてきます…。この日の献立は春雨サラダやお味噌汁、そしてメインは肉じゃがです!全て手作りのご飯は、味はもちろん、愛情もたっぷり感じられるとても美味しいお昼ご飯でした。久しぶりの会食で、高齢者の皆さんもあっという間に完食されていました。

そして、ご飯を食べ終わったら「間違い探し」をして頭を動かします。見つけられない方は隣同士で教え合い、中には難易度の高い箇所まですべて見つけた方もおられました。

最後に、工作をしてクリスマスツリーを作りました。ツリーのパーツは一つ一つ折り紙で作られており、とても手の込んだ事前準備がされていました。参加者の皆さんは、久しぶりの会食でご飯の前後には隣の人との会話も弾んでいました。

人との会話の機会がとて少なくなっている中で、感染症対策をしながらできる内容を考えられ、当日皆さんに満足していただけるよう、とても時間をかけて準備されていることが分かりました。

参加された高齢者の方も、楽しそうに過ごされており、とても素敵なふれあい給食活動でした。



「千代ヶ丘ふれあいのまちづくり協議会」で会食形式の給食会が再開しました!(R4.1.25)

長らく会食形式での給食会が休止されていましたが、コロナの感染状況が落ち着いたことから、この度「千代ヶ丘ふれあいのまちづくり協議会」で会食が再開されました。

しかし、以前のように地域福祉センターでの調理は未だ難しい状況です。何とか皆さんに温かい料理を提供できないかと考えられ、この度地域福祉センターまでキッチンカーに来てもらう事となりました。

メニューについても事前の打ち合わせからじっくり考えられ、なんと…今回は国産ウナギを提供することになりました!!「ひとり暮らしで、普段はウナギなんて買わないから嬉しいわ～」というお声もあり、出来立ての温かく美味しいご飯を、高齢者の皆さんはあっという間に召し上がっておられました。

そして、お食事が終わるとレクリエーションが始まります。この日は、スライドに懐かしい昭和の大スターの幼少期の写真が映され、名前を当てる「この人、だあれ」というゲームをされました。

超高視聴率であったドラマに出ていた俳優さんも、幼少期の写真では中々すぐにピンときませんが、顔のパーツを見ながら皆さんで考え、良い頭の運動となりました。1問ずつ正解していき、一番最後のスライドには参加者の皆さんも良く知っている方々が映されました。給食会のボランティアのお二人です!サプライズ演出でしたが、自慢のお歌を披露され、お二人の素敵なお声もあり会場はとて盛り上がりました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、ふれあい給食活動にも制限がある中で、今の状況でできる事を工夫され、参加される高齢者の皆さんに楽しんで帰っていただけるような素敵な給食会でした。





舞子地区の給食会「ひとりぐらし高齢者給食部会」で、お弁当の配食を実施(R4.2.3)

舞子エリアの「ひとりぐらし高齢者給食部会」は、民生委員の方々が運営されており、地域の高齢者の方々の健康を第一に考え、現在はご自宅までお弁当を届ける配食形式で実施されています。

高齢者の皆さんが季節を感じられるようにと、メンバーの皆さんで毎回メニューを考えられています。この日は、舞子エリアのお寿司屋さんで注文されたちらし寿司と、今年の干支にちなんだ寅のイラストが描かれた甘納豆。約100名分のお弁当等を、高齢者の皆様にお届けできるよう、朝からメンバーの自宅に集まり、袋詰め等の準備を行いました。

そして、準備が終わった頃に他のメンバーの皆さんが続々とお弁当を取りに来られます。坂道が多いエリアでは、徒歩での配食が難しいため、車やバイクで高齢者のご自宅まで運ばれるメンバーさんも。皆さん、両手にたくさんのお弁当を抱えながらではありましたが、とびきりの笑顔で配食に行かれていますのが印象的でした。

この日、あるエリアで配食されているところにご一緒させていただきました。

「こんにちはー。民生委員です。お弁当をお届けに上がりました!」と元気に民生委員さんにご挨拶されると、皆さん心待ちにしておられる様子で玄関に出て来られました。

お弁当をお渡した後は、民生委員さんが体調のこと、最近あった出来事等、お一人ずつその方に合わせた内容で丁寧にお声掛けをされていました。

高齢者の方々はお弁当も楽しみにされていたのですが、それ以上に民生委員さんとお話する時間も大事にされている様子でした。訪問させていただいた高齢者の方の「いつも民生委員さんには良くして頂いて、本当に助かっています。気にかけてもらっているというのは本当に安心です。」という言葉が印象的でした。

この活動で、民生委員さんはお弁当をお届けされるだけでなく、高齢者の方々に温もりと笑顔もお届けされているのだなと思いました。

長引くコロナ禍で外出制限がされる中、このような活動は、高齢者の方々の見守りの機会になっています。新しい生活様式を保ちながら、少しずつ再開されている地域活動を区社協は今後も応援します!



「舞楽クラブ」、活動開始!(R3.7.1)

垂水区社会福祉協議会では、住民が主となり新たに立ち上げられる地域福祉活動を対象に、「垂水区地域福祉活動立ち上げ支援助成」を実施しています。

この助成金を活用され、舞多間に「舞楽(まいらく)クラブ」が立ち上がりました。

“地域の方々が気軽に集える場所を作りたい”との住民の思いが実現出来たそうです。

舞楽クラブの活動

- ①健康体操教室の開催
- ②健康な体づくりのための講習会
- ③会員同士の交流会

初回は少人数でしたが「久しぶりに体を動かして気持ちいい!」「また7月にお会いしましょう!」とのお声が上がりました。

舞楽クラブでいきいき楽しく活動が出来ますよう、応援しています。舞楽クラブは誰でも参加できます。



- 【日時】 毎月第4金曜日 10:00~12:00
【場所】 舞多間地域福祉センター(垂水区舞多間西5-11-5)
【参加費】 参加費200円
【持ち物】 参加費・飲み物・バスタオル・ヨガマット(お持ちの方のみ)
(参加をご希望の際は、区社協までお問い合わせください。)



「さくらシニア」さんの活動にお邪魔しました(R3.7.1)

「地域福祉センターでの活動を再開します!」と連絡をいただき、垂水区ボランティアセンターの登録ボランティア『さくらシニア』さんが開催する「さくらシニア歌の会」にお邪魔しました。

代表の井手さんをはじめ、さくらシニアの皆さんは、「今までのように、大きな声で歌うことはできないが、開催する方法はないか」と、考えられたそうです。考えた結果、静かに(?)マジックとバイオリン演奏を楽しんでもらう事になりました。

まずは、岩波さん・千原さんのマジックです。

驚きあり、笑いあり、とても楽しい時間でした。参加型のマジックもたくさんありました。

次に、高橋先生のバイオリン演奏です。

すぐ目の前で聞いた、迫力ある生演奏は、素晴らしいの一言です。バイオリン演奏に合わせて、童謡などを口ずさむ皆さんの笑顔は、本当に素敵でした。



【日 時】 第3木曜日・第4火曜日いずれも9:30~11:30

【場 所】 塩屋地域福祉センター(神戸市垂水区塩屋町4-3-9)

【参加費】 実費300円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)

「舞子シニア・カラオケ・マーじゃんクラブ」が活動中です!(R3.10.8)

長引くコロナ禍の影響により、普段の生活でも制限されることが多い中、苕谷コミュニティセンターでは、地域の方が気軽に集える場を作りたいという思いで、「舞子シニア・カラオケ・マーじゃんクラブ」の活動をされています。

感染症予防のため休止していた時期もありましたが、現在は健康麻雀※を毎週火曜日に開催されています。現在、カラオケについては自粛されており、麻雀のみの活動となっていますが、広い部屋で麻雀卓同士の間隔を広く取り、換気をしながら感染症対策を行っています。

健康麻雀に参加されている方は、長年対局を重ねてこられた方、このクラブで初めて麻雀を始められた方など、皆さんのキャリアは様々です。そんな方々が、他愛のないお話をし、楽しみながら健康維持ができる貴重な場になっています。

手先だけでなく頭も使い、他者とのコミュニケーションを取ることができる健康麻雀。

健康麻雀にご興味のある方、人とのふれあいが減ってしまい一人で過ごす時間が多くなってしまった方、一度遊びに行ってみませんか?高台にあり、風通しの良いお部屋で、楽しい時間を過ごしましょう!!

※健康麻雀…お酒や煙草、そしてお金が絡まない「3つのない」をモットーにしたクリーンな遊び方で認知症予防につながる麻雀

【日 時】 毎週火曜日13:00~16:30

(現在、カラオケの活動は休止中です)

【場 所】 苕谷コミュニティセンター(神戸市垂水区舞子台4-4-1)

【参加費】 通常100円(現在は会費はなし)

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)





コロナ対策もバッチリ!卓球グループ「かけはし」活動中!(R3.10.21)

毎週金曜日、コープミニ東舞子の前を通ると卓球をしている音が聞こえてきます。組合員集会室にて、つどいの場「かけはし」の皆さんが活動をされている音です。

卓球台は2台。この日の参加者は8名です。休憩中の方が順番にピンポン球拾いをされていました。その方法に驚かされました。虫取り網を使い、皆さん次々と器用にピンポン球を掬っていきます。いちいち腰を曲げずに済み、手でピンポン球を触らないことで感染予防対策にもなり…「とても良いアイデアだな!」と感じました。その他の感染予防対策として、アルコール消毒、参加者名簿の記入、部屋中の窓を開けて換気を良くする等といった対策も行われていました。

また、グループ設立時からの参加者の方から、かけはしの活動についてのお話を伺いました。「かけはしが活動している集会所は、コープに買い物に来たついでに気軽に体を動かして来れる場所。ただ買い物に来て誰とも話すことなく家に帰るのではなく、こういった活動に参加することで、人とコミュニケーションを取ることができ、色んな情報を仕入れて帰れるから良いんです。」とのことでした。

お買い物ついでに2階の集会室まで一歩足を延ばし、心身共に健康な身体づくりをしてみませんか?



【日 時】 原則毎週金曜日10:15~12:15

【場 所】 コープミニ東舞子組合員集会室(神戸市垂水区舞子台4-9-8)

【参加費】 実費100円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)

「おしゃべりかふえ ほっこり」がコロナ対策を工夫しながら活動を継続!!(R3.10.21)

「おしゃべりかふえ ほっこり」は2018年に空き家を活用して活動が始まりました。

当初は、参加者の皆さんで体操後にお菓子や軽食を食べながら、お話をする時間を設けていましたが、新型コロナウイルスの影響で飲食ができなくなり、活動場所であった空き家も広い間隔を取ることが難しくなったため、活動を一時休止せざるを得なくなりました。そこで、長引くコロナ禍で体操だけでも継続しようと、あんしんすこやかセンターと一緒に新たな活動場所を探し、見つかったのが現在の集会所です。

緊急事態宣言発令中はZoomを使い、参加者の皆さんがそれぞれの自宅で体操ができるように工夫をされており、この度宣言が解除になったため、この日久しぶりに皆さんが集会所に集まることができました。体操のメニューは全身を動かすだけでなく、頭もフルで使う運動です。

前回の集会所での活動から少し間が空いたこの日は、手と足の順番が分からなくなる方もおられましたが、講師の方は、参加者一人ひとりの様子を見ながら声掛けをされていました。

新型コロナウイルスの影響で活動が制限されながらも、Zoomを導入したり、連絡用にグループLINEを始めたり、とその都度工夫をしながら活動を継続されています。



【日 時】 毎週金曜日13:00~15:00

【場 所】 グリーンヒルズ東舞子 集会所(神戸市垂水区舞子台7丁目1-14)

【参加費】 参加費500円・実費300円 ※活動状況により変更の場合があります。

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)



体も頭も動かして健康に!つどいの場「上高丸すこやか健康クラブ健康ダーツ会」が活動中!(R3.12.28)

毎月第2、3、4土曜日の午後、上高丸地域福祉センターにて「上高丸すこやか健康クラブ健康ダーツ会」の皆さんが活動されています。

ふたつのグループに分かれてゲームを開始。

まず初めに、「ハーフィット」というゲームをします。狙っているときほど外してしまうのがこのゲームの難しいところで、全員が数字を外してしまう時もありました。「ハーフィット」の次は、「ゼロワン」。持ち点301点からスタートし、順番に投げ続け、そろそろ誰かがあがりそうか…と思いきや、バーストして中々あがれません。そして、ようやくゲームが終わった頃に、ほっとひといき休憩をはさみます。

10名以下からスタートした活動も現在まで少しずつ参加者が増え、この日は14名の方が参加されておられました。ダーツを投げる順番を待っている間も、ボードの所で一緒に得点を数えたり、ボードの上の方に刺さったダーツを代わりに抜いたり…と、和気あいあいとしたとても良い雰囲気でした。

ダーツを通して、ただゲームを楽しむだけでなく、ボードを狙って集中力を養い、みんなで得点を数えながら頭も使うので認知症予防にもなります。

男女問わず、初心者の方から経験者の方まで、様々な方が参加されている「上高丸すこやか健康クラブダーツ会」。ご興味のある方は、下記問い合わせ先まで是非ご連絡ください!



【日 時】 毎月第2,3,4土曜日 13:00~17:00

【場 所】 上高丸地域福祉センター(神戸市垂水区千鳥が丘3-20-15)

【参加費】 実費250円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)

「神和台エコー」長いコロナ自粛期間を経て活動を再開!! (R3.12.28)

「神和台エコー」は昨年11月以降、新型コロナウイルス感染拡大のため、約1年間活動を休止されていましたが、この度、長い休止期間を経て活動再開のご連絡をいただき、活動を見学させていただきました。

部屋の中には長い活動自粛を感じさせないほど多くの方が参加され、皆さん素敵な歌声でこの日は19曲を合唱されていました。参加者にはマスクをしながらでも呼吸しやすいようにインナーマスクが配布され、参加者が歌いたい歌をリクエストしやすくなるように、歌集をお渡しするという工夫をされています。

メロディーはCDではなく、会場の電子ピアノで演奏されるため、この日も皆さんのリクエストに臨機応変に対応されていました。万が一、リクエストされた曲の楽譜がない場合は、次回の活動のお楽しみになります。半分の10曲を歌い終えた頃、小休憩を取った後に体操をはさみ、全身運動を行います。この日はラジオ体操を第2まで行い、座りっぱなしで固まった体をほぐしました。そして会の最後には、神和台エコーのテーマソングになっている「陽気に生きようこの人生をさ」「みんなのうた」の2曲を歌い、この日は閉会となりました。

活動場所の集会所は、西、須磨、垂水の3つの区が隣接する場所にあり、参加者も様々な方面から参加されています。中には、中央区や東灘区から参加されている方もおられました。

人と会話する機会が少なくなり、お腹の底から声を出すことがなくなったな~という方、お歌を通して人とのコミュニケーションを図りたい方、この機会に活動に参加してみませんか?



【日 時】 第2・4日曜日 14:00~16:00

【場 所】 神和台集会所(神戸市西区学園東町7丁目128)

【参加費】 実費300円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)



体・頭・お口の運動!つどいの場「めっきらーず」が活動中!!(R4.1.6)

「めっきらーず」は、昨年オープンしたほほえみ星陵台にて活動をされています。

2階の大きな部屋の一角で、まずは体操を行います。この日は講師をお招きし、お家の中でも簡単にできる体操を教えてくださいました。体操の最後には、普段の生活の中で気になることについて質問があり、講師の方は一つ一つ丁寧に答えられていました。

体操で体を動かした後、小休憩を挟んだのち、次は頭の体操です。漢字の部首に漢字を合体させて、別の漢字を作るパズルをします。1つの部首に対し5つほどできるはずなのですが…中々思いつきません。そんな時は、代表の松谷氏やお隣に座っている方同士で教え合います。全てのマスが埋まらなかった方も、答えを聞くだけでなく「家に帰ってから自力で挑戦します」と積極的に頭の運動をされていました。

そして、プログラムの最後は皆で合唱をします。参加者のお一人のオカリナ演奏にのせて歌います。この日は3曲ほど歌い、次回(12月)はクリスマスソングを歌う事になりました。

「めっきらーず」は、感染症対策をしながら体や頭の体操、工作、合唱など、様々なプログラムを組んで、活動を工夫されています。体や頭、お口等々全身の運動をしながら、楽しく健康維持をしませんか?



【日 時】 第1火曜日・第3水曜日 10:30~12:30
【場 所】 ほほえみ星陵台(神戸市垂水区星陵台3丁目1-1)
【参加費】 実費200円
(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)

卓球グループ「カプリース」!コロナ対策を徹底しながら活動中! (R4.2.2)

毎週日曜日、コープミニ東舞子組合員集会室にて、つどいの場「カプリース」の皆さんが卓球をされています。この日の参加者は9名。2台の卓球台でシングルスを行います。

休憩中の方が虫取り網を使ってピンポン球拾い、ある程度溜まったらラリーをしている人のウエストポーチへ補充します。その他の感染予防対策としては、こまめなアルコール消毒に加え、参加者名簿の記入、室内でのCO2濃度モニターの設置、部屋中の窓を開けて換気を良くする等といった対策も徹底されていました。

男女関係なく順番に回していき、講師の方との打ち合いは皆さんとてもヒートアップし、見学していた私も目を離せないほどダイナミックな打ち合いでした。この一連の流れがとてもスムーズで、少人数でも球拾いで体力が奪われることもなく、手でピンポン球を触ることもないので感染予防対策にもなっていました。

「カプリース」の活動では、卓球を通して、季節にかかわらず汗を流すことができます。

お買い物ついでに2階の集会室に立ち寄って、心身共に健康な身体づくりをしてみませんか?

【日 時】 毎週日曜日10:15~12:15
【場 所】 コープミニ東舞子組合員集会室(神戸市垂水区舞子台4-9-8)
【参加費】 実費100円
(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)





男性もたくさん参加!つどいの場「上高丸すこやか健康クラブ 健康麻雀会」が活動中!(R4.2.2)

毎月第2,3,4日曜日の午後、上高丸地域福祉センターにて「上高丸すこやか健康クラブ 健康麻雀会」の皆さんが活動されています。

1月のこの日は、上高丸ふれあいのまちづくり協議会の藤原委員長が描かれた黒板アート「真の絵」をバックに、皆さん真剣に取り組まれました。

この日は17名の方が参加されていましたが、マスク着用はもちろん、麻雀卓同士の間隔も広く、新型コロナウイルス感染症感染予防対策もバッチリです!

「男性が気軽に集まれる居場所を作りたい!」ということでスタートされた活動ですが、今では男性だけでなく女性もたくさん参加され、和やかな雰囲気での活動をされています。

ご興味のある方は、是非ご連絡ください!

【日 時】 毎月第2,3,4日曜日 13:00~17:00

【場 所】 上高丸地域福祉センター(神戸市垂水区千鳥が丘3-20-15)

【参加費】 実費250円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)



つどいの場「霞ヶ丘歌声喫茶」が活動中!!(R4.2.2)

霞ヶ丘地域福祉センターに入ると、中から軽やかな歌声が聞こえてきます。コロナ禍で歌唱が制限されていたこともあり、長らくお休みにされていましたが、去年の10月からつどいの場「霞ヶ丘歌声喫茶」の活動が再開されました!

1月のこの日は20人ほどの方が参加され、歌の先生のキーボードの音色とともに素敵な歌声を響かせます。スタッフ手作りの歌詞カードを見ながら、懐かしの歌や季節の歌を次々と歌いました。ずっと歌っていると、のどもかわきます。途中休憩ではのど飴とお茶でのどをうるおしつつ、座ったままで固まった首や肩をストレッチでほぐしました。

後半も、明るい歌、ゆったりとした歌を交えつつ、ラストは1月ということで神戸の震災復興の歌「しあわせ運べるように」で締めくくりました。10曲ほどの曲を歌いあげ、帰られる頃には皆さんスッキリとした笑顔で「コロナで出かける場所がなくなったから、嬉しいわ〜」と仰っていて、普段お会いできないお友達とお話する貴重な機会にもなっているようでした。

笑顔は長寿の秘訣です!皆さんも、地域のつどいの場で楽しく交流しませんか?

ご興味のある方は、是非ご連絡ください!

【日 時】 毎月第4水曜日10:00~11:30

【場 所】 霞ヶ丘地域福祉センター(神戸市垂水区五色山4-15-8)

【参加費】 参加費 200円

(参加をご希望の際は、区社協までお問合せください)





「高丸こどもの居場所づくり」が、こども食堂と学習支援を開始しました!(R3.7.28)

子どもたちが安心して過ごせる環境をつくり、身近な地域で子どもたちを育てていくことを目的に、学習支援・食事提供の場が高丸小学校・垂水小学校の校区で始まりました!

この日は初日だったこともあり、学習ではなくカードゲームで遊んだり、牛乳パックタワーを作ったりしました。初めて会う子同士もいましたが、学年に関係なく盛り上がり、仲良くなることができました。

夕食はボランティアさんによる手作りカレー。普段はお友達と夕食を一緒に食べることはめったにない子どもたちですが、みんなで食事を楽しみました。

高丸小学校、垂水小学校に通う子どもたちや保護者を対象に、8月も続けて活動されます。お近くにお住まいの方は、ぜひお申込みください。



- 【日 時】 8月6日(金)、8月20日(金) 17:00~19:00
- 【場 所】 高丸地域福祉センター(神戸市垂水区坂上5-1-2)
- 【参加費】 子ども…100円、大人…300円
- 【対 象】 高丸小学校、垂水小学校に通う子どもとその保護者

「霞ヶ丘こども囲碁クラブ」で学習支援が開始しました!(R3.7.28)

以前から、地域のボランティアが先生となって子どもたちに囲碁の指南を行っている「霞ヶ丘こども囲碁クラブ」が、この夏から学習支援を始められました。

前半は、先生や子ども同士で囲碁の対局を行います。初めての子も、経験のある子に教えてもらいながら白と黒の碁をじっくりと見つめてゆっくりと碁を打っていました。

囲碁の後は学習の時間。この日は、ボランティアお手製の教材を用いて電気が通る仕組みを勉強しました。ハガキサイズ用の紙に設置した豆電池と電球の間を子どもたちが専用のマーカーで結び、電球が光った時には歓声が上がりました。



電気の仕組みの勉強の後は、持ってきた夏休みの宿題をする子、囲碁をする子、お絵かきをする子など、思い思いに地域の方とふれあっていました。

夏休みに一人で留守番をしてなかなか勉強がはかどらない子も、地域の方やお友達と交流しながら、楽しく過ごせたのではないのでしょうか。

- 【日 時】 夏季は7月27日(火)、8月3日(火)、5日(木)、10日(火)、17日(火)
いずれも13:00~15:30
- 【場 所】 霞ヶ丘地域福祉センター
(神戸市垂水区五色山4-15-8)
- 【参加費】 無料
- 【対 象】 主に霞ヶ丘小学校に通う子ども
(参加をご希望の際は、区社協までお問い合わせください)





「キッチンちどり」が、こども食堂と学習支援を開始しました!(R3.8.18)

お昼の時間になると、上高丸地域福祉センターに子どもたちの賑やかな声が響き渡ります。

「子どもたちに地域で団らんでできる場を提供したい、地域で子どもたちの成長を見守っていきたい」という思いから、地域の有志の方々が「キッチンちどり」を立ち上げました。普段はお弁当を持ってきて児童館で過ごす子どもたちですが、この日は地域の方の手作りカレーをみんなで一緒に食べました。

食後は各々が宿題を広げ、お友達とおしゃべりすることもなく、集中して机に向かいます。

宿題の時間が終われば、自由時間。先ほどとは打って変わって賑やかに!お友達や地域の方と遊び、笑顔の絶えないひと時でした。

朝早くから準備をされていた地域の方も、子どもたちとのふれ合いの中で本当に楽しそうに過ごされていました。

「子どもたちの居場所」というだけでなく、「地域の財産」がまた一つ誕生した瞬間でした。



こどもの居場所「みなみ・フレンズの会」が、学習支援を開始しました!(R3.8.25)

昨年まで、多間南ふれあいのまちづくり協議会で実施されていた子ども学習会が「みなみ・フレンズの会」主催のこどもの居場所にリニューアルしました。

多間南地域福祉センターにお邪魔すると、とても真剣な表情で学習に取り組む子どもたちの姿がありました。

学習が終わる頃、2階からなにやらいい匂いが…今日はお菓子作りの日。たこ焼き器を使ってホットケーキを作ります。持ち帰り用のケーキにはデコレーションができるよう、地域の方々が、子どもたちの学習時間の合間を縫って、事前にご用意されました。初めて作る子が多く、最初は不安そうな表情でしたが、地域の方々が「安全かつ主体的に」そして「楽しく」作れる方法を工夫されたおかげで、とても上手に作ることができ、笑顔がはじけていました。地域の方々も、子どもたちとの何気ない会話を楽しまれている様子でした。

お友達や地域の方と一緒に交流する時間は、笑顔の絶えないひと時でした。





【子どもの居場所】本多間で新しく子ども食堂が立ち上がりました (R3.9.30)

本多間ふれあいのまちづくり協議会では、同じ建物に設置されている本多間児童館とタイアップして、新しく子ども食堂を開設しました。

この日は土曜日に児童館を利用する児童の中から希望した8名と職員が参加、まずは同協議会のスタッフと、コロナ対策で発声を制限するため「絵で楽しむしりとりゲーム」に興じました。子どもたちは、初めの自己紹介こそ恥ずかしそうにしていたましたが、次第に打ち解け、



スタッフとの年齢差も関係なく夢中で楽しむ様子が印象的でした。

ゲームの後は食事の時間です。他の地域の方からいただいたジャガイモを活かした、カレーとフライドポテトのメニューに子どもたちは大喜び。黙食に気を付けながらも、笑顔でお代わりをする子どもが多くいました。

本多間ふれあいのまちづくり協議会では、これからも時期を見ながら継続的に子ども食堂の活動を実施する予定です。

こどもの居場所「ワズプレイス」で学習支援が開始しました! (R3.10.14)

塩屋にあるNPO法人ワズプレイスでは、この10月から「ワズ広場」を開始されました!

初回のこの日は、塩屋小学校や塩屋北小学校、乙木小学校の子どもたち15名が参加しました。

「こんな難しいのできない〜」「百字帳しんどい〜」と言いながらも、周りのお友達が宿題をしている姿を見て段々とやる気になる子どもたち。分からない部分は教え合いながら素早く宿題を終わらせた後は、お菓子を食べたり、室内外でにぎやかに遊びます。

ひと通り遊んだ後は、ボールやコーンを使ったレクリエーション!ボールを投げたり蹴ったりキャッチしたり、全身を使って駆け回ります。グループ対抗で白熱した勝負に、応援の声が響き渡りました。

ボランティアの中にはお子さんと一緒に参加される方もおり、普段家で過ごす姿とはまた違った一面を見ることができたのではないのでしょうか。子どもから大人まで楽しめる「こどもの居場所」が新しくできた瞬間でした。



【日 時】 毎週木曜日 15:00~17:30

【場 所】 NPO法人ワズプレイス(神戸市垂水区塩屋町大谷657-3)

【参加費】 無料

【対 象】 主に小学生(塩屋小学校、塩屋北小学校)

※参加には事前に申し込みが必要です。参加をご希望の際は、直接実施団体にお問い合わせください。



こどもの居場所「zuttoegao」が本格開催されました!(R3.11.10)

すっかり日も暮れた夕方、子どもたちが宿題を持って東垂水にある「ふれあい喫茶 すずカフェ」にやってきました。

6月からプレ開催としてお弁当配布を実施していたzuttoegaoさんが、10月から、こどもの居場所として本格開催にいたしました。

会場全体がハロウィンの装いで、会場内はオバケの飾りつけのほか、魔女の帽子やカチューシャを準備されており、子どもたちも気に入った被り物で仮装します。

この日のご飯は、農家の方からの無農薬野菜など、寄付いただいた食材を使った手作り品の数々です。ピーマンが苦手な子も「いっせーの一で!」の掛け声とともに、お友達と一緒に頑張ってお腹いっぱい食べることができました。

匿名の方からいただいたおもちゃで遊ぶ子、ボランティアの方と一緒にご飯の準備を手伝う子など、子どもたちが自由にのびのびと笑顔で過ごせるひと時でした。



- 【対象】 主に小学生
- 【場所】 すずカフェ(神戸市垂水区東垂水1-9-3)
- 【参加費】 無料
- 【HP】 <https://zuttoegao-kodomo.jimdofree.com/>
- 【申込】 LINEアカウントから事前をお願いします。
登録は ⇨<https://lin.ee/YXlxAyC>

こどもの居場所「多聞の丘小学校『放課後学習』」が再開されました!(R3.11.18)

多聞の丘小学校内では、がんばるもん実行委員会主催の放課後学習が再開されました。学校の授業が終わり、2年生から4年生までの子どもたちがランドセルを背負ったまま続々と学校の図書館にやってきます。

「多聞の丘小学校『放課後学習』」は、「がんばるもん教室」という名称で活動されていましたが、小学校が統合されたことを受け、名称を変更して活動が始まっています。勉強する子どもたちの横には地域のボランティアさんが付き添います。「ねーねー、これで書き順あってるー?」「あってるよー、上手に書けたねえ」と会話しながら、宿題に取り組みました。

最初はボランティアの方々も子どもたちも、久しぶりの学習会で、少し緊張した面持ちでしたが、時間が経つにつれて打ち解け、帰る頃には「時間が足りなーい!」と次の会を待ちわびている様子でした。

家では中々やる気になれない宿題も、同級生や地域の方々と一緒に取り組めば、やる気を出して、取り組んでいました。小学校の中で、保護者の方や学校の先生以外の人と過ごす時間は、子どもたちにとって貴重な経験になったのではないのでしょうか。



- 【日時】 原則、毎週木曜日 15:30~16:15(現在冬季時間で運営)
- 【対象】 多聞の丘小学校に通う2~4年生
- 【場所】 多聞の丘小学校 図書館内(垂水区本多間4-4-1)
- 【HP】 <https://ganbarumon.info/>
- 【募集】 当日の支援ボランティア、放課後学習の取り組みを希望する団体などを随時募集中!
※参加をご希望の際は上記より直接、実施団体にお問い合わせください



こどもの居場所「小梅ちゃん」にて学習支援・こども食堂が始まりました!(R3.11.24)

垂水駅から徒歩に近い距離に位置する代表者永田さんのご自宅で、こどもの居場所が始まりました。

初回のこの日は、3人の子どもたちが参加してくれました。それぞれ宿題を持ってきて、高校生・大学生ボランティアに見守られながら黙々と取り組みました。宿題が終わると、遊びの時間です!家にあるおもちゃを使って遊ぶ子、ピアノを弾く子など、思い思いに過ごします。

ひととおり遊んだ後は、ご飯の時間。炊き立てのご飯や手作りのお味噌汁をはじめ、栄養たっぷりのご飯をみんなで食べました。

普段あまり接する機会のない高校生・大学生のボランティアと一緒に過ごす時間は、子どもたちにとって貴重な時間だったのではないのでしょうか。

子どもたちが安心してのびのびと過ごせる居場所が新しくできた瞬間でした。



【日 時】 毎月第2・3金曜日 17:00~19:00

【場 所】 垂水区坂上

【参加費】 無料

【対 象】 小学生(1年、2年、3年生)

※参加には事前に申し込みが必要です。参加をご希望の際は、区社協までお問合せください。

こどもの居場所「めっきらーず・キッズ」が活動を開始しました!(R3.12.3)

長年、地域の高齢者のつどいの場として「めっきらーず」というボランティアグループを運営してこられた代表者の松谷さん。このたび、子どもたちの居場所として、舞子台ホームにて「めっきらーず・キッズ」の活動を開始しました!

一方、舞子台ホームは普段は高齢者の方々へサービスを提供されていますが、「地域の子どものために是非使ってください」と、会場や食事の提供にご協力くださいました。

活動日の食事は、特別に子どもの口にも合うお昼ご飯を考えてもらっています。この日のご飯はカレーです。「からい～」と言いながらも、野菜も含めて一所懸命に食べていました。

このように施設の協力はあるものの、準備や当日の運営等はボランティアさんが全て行っています。

お昼ご飯の後は、ボランティアさんが準備したクリスマス飾りの工作です。小さい子ども、キラキラ光るビーズを真剣な目つきで生地に貼り付けていました。完成したクリスマス飾りは額縁に入れ、それぞれ個性的な飾りつけを見比べて大はしゃぎでした。

子どもたちも、学校や家とはまた違った雰囲気の中で、のびのびと過ごせたのではないのでしょうか。

お近くにお住まいの方は、ぜひご参加ください!

【日 時】 毎月第2土曜日 11:00~14:30
(12月は11日、25日の2回)

【場 所】 舞子台ホーム(垂水区舞子台7-2-1)

【参加費】 無料(昼食200円)

【対 象】 小学生、中学生

※当日参加OKですが、食事は事前に申し込みが必要です。





こどもの居場所「舞多間みんなの食堂」でこども食堂が始まりました! (R3.12.3)

舞多間.comu館にて、こどもの居場所舞多間まち館が「舞多間みんなの食堂」を開始しました!
この建物は元々、住民を対象とした施設利用が可能で、この日も2階の貸し部屋では英語教室や習字教室に通う子どもたちでにぎわっていました。
この日のご飯はカレー。ボランティアさんが早くから準備を進め、野菜たっぷりの温かいカレーとサラダを作られました。

お父さんと一緒にやってくる子、友達同士でやってくる子たち、どんな子でも優しく迎え入れます。
温かいボランティアさんの笑顔とご飯に、幸せそうな表情で帰る子どもたちの顔が印象的でした。



今後は、宿題をするために部屋を開放する「学習支援」も予定しています。
お近くにお住まいの方は、ご参加ください。

- 【日時】 毎月第2水曜日 17:30~20:30
 - 【場所】 舞多間.comu館
(垂水区舞多間東3丁目4-3)
 - 【会費】 こども(小・中学生)200円、おとな300円
 - 【対象】 主に小学生、中学生
- ※参加には事前に申し込みが必要です。

こどもの居場所「FAITHとボランティアな仲間たち」が活動を開始しました!(R4.1.11)

垂水駅からほど近い場所に、「FAITH」(=信頼)という名のカフェがあります。10年近く続くこのカフェで、このたび「FAITHとボランティアな仲間たち」というこどもの居場所が開催されました!

オーナーである川端さんの強い思いに賛同し、カフェの常連さんもボランティアとして参加してくださいました。この日のご飯は、手羽元のトマト煮を始めとした手作りの数々。味噌汁の味噌まで手作りだというご飯は、野菜も愛情もたっぷりです。雑穀米が初めてだという子どもたちは、物珍しそうにしつつも初めての食感にお箸が進みました。

ご飯の後は「ウノ」や「ろっかくしょうぎ」で頭をつかい、楽しく過ごしました。初対面の子もたちも最初はぎこちなく話していましたが、帰るころには「また来週ね!」とすっかり意気投合していました。

今後は食事やゲームだけでなく、いろんなレクリエーションも考えられているそう。家や学校とも違う第3の居場所として、参加してみませんか?

お近くにお住まいの方は、お気軽にご参加ください!

- 【日時】 毎月第3・4木曜日 17:30~19:30
- 【場所】 FAITH(垂水区中道2-2-14)
- 【参加費】 無料(高校生以上300円)
- 【定員】 10名

※参加には事前に申し込みが必要です。





千代が丘要援護者支援避難誘導訓練&防災学習が行われました (R3.11.4)

千代が丘地域福祉センター、千代が丘小学校区内で、千代が丘サポートカード登録者を対象とした要援護者避難誘導訓練と防災学習が行われました。

平成26年度より、千代が丘地区では、災害時などに自力での避難など安全を確保することが困難な方を対象として、地域の皆さんでの支援体制づくりに取り組まれています。

緊急事態宣言は解除されましたが、コロナ禍であり、例年より参加人数を少なくして、消毒・換気・人との間隔に気を付けて実施されました。

災害発生直後に効果的な初動活動を行うために、防災福祉コミュニティの役員の皆さんを中心に、サポートカード(要援護者登録)を提出された方の自宅で訪問活動が行われました。

そのあと、地域福祉センターで、神戸学院大学現代社会学部社会防災学科の「防災女子」の皆さんによる、災害時の非常食・備蓄のお話と、パックパッキング(缶詰・無洗米などを使ったポリ袋調理)の実演がありました。ポリ袋の中に食材を入れて、よく混ぜて、鍋の熱湯で湯煎調理…洗い物も少なく、簡単に衛生的に調理ができました。

また、垂水消防署高丸出張所の方による防災学習では、災害のVR体験も行いました。リアリティのあるVR(バーチャルリアリティ)映像に驚き、土石流の恐ろしさを実感しました。

「災害発生時は、救助される人ではなく、救助する人になりましょう」という消防の方のお話に大きくうなづかれています方も多数おられました。



垂水マスターズゼミ(R3.11.12)

『ボランティアのいろは』と題して「垂水マスターズ・ゼミ」講座の第4回目を、垂水図書館とボランティアセンターが担当しました。

ボランティアセンターの説明をした後、実際にボランティア活動をされている、マスターズクラブ2期生の徳田一郎さんに「ふれあいのまちづくり協議会・上高丸お助け隊などの活動について」お話をいただきました。さすが!!実際に活動をされている方の言葉はちがいます!受講生の方も、地域での活動に興味を持たれた様子で、熱心にお話を聞かれ、質問もたくさんされていました。

後半は、受講生の方に車いす体験をしていただきました。室内だったので移動することはできませんでしたが、実際に車いすに触れて、乗車体験をしていただきました。車いすに座った時の視線がかなり低いことや、車いすの真横に立たれると圧迫感がある事、不意に車いすを動かされると思った以上にヒヤリとする事なども体験していただきました。





ボランティアグループ「かものはし」さんの活動にお邪魔しました (R3.12.7)

ボランティアグループ「かものはし」さんは、毎月、垂水図書館で絵本の読み聞かせをされています。です。が…

今回の絵本の読み聞かせは、アジュール舞子の芝生広場です。

屋外ですが、検温や密にならない様にしっかり間隔を空けて、感染対策もしっかりされています。観客は6組の親子、観客席はそれぞれが持参したレジャーシートです。

『しろくまのパンツ』に続き、大型絵本『きんぎょ



がにげた』『ぞうくんのさんぽ』『ねずみくんのチョコキ』。

大きな絵本や“ねずみくんのぬいぐるみ”の登場に子どもたちは大喜び!

歌に合わせて手遊びもあり、とてもリラックスした雰囲気であっという間の30分間でした。



高齢者疑似体験を開催しました(R3.12.24)

舞多間ふれあいのまちづくり協議会の福祉学習会が開催され、高齢者を見守り、住民同士で支え合いができる地域づくりについて学ぶため、区社協の職員が高齢者疑似体験を実施しました。

まずは、サポーターで関節を曲げにくくし、重りを装着して体に負荷をかけることで立ち座りの動作や歩行のし辛さを体験していただきます。

また、白くにびった色のゴーグルをかけて白内障の体験をし、手には手袋をはめることで手先が使いにくくなり、ハサミで紙を切る動きや、お箸やスプーンを使って食材を口元に運ぶというような日常の中でよく当たり前にしている動きが、高齢者になったらどう不便なのかを体験していただきました。

今回の学習会を通して、高齢者が日常生活を送る中で感じる不安や困りごとを体験するとともに、どういった支援が必要で、周りの自分たちはどんなことができるのかを学び、今後の生活を見直していただく良い機会となりました。





「LINEでつながりづくり講座」を開催しました!(R4.1.4)

垂水区内で地域活動をされている方を対象に、「LINEでつながりづくり講座」を開催しました。

今回の講座は、新型コロナウイルス感染症感染拡大により、対面型の見守り活動やつどいの場等の地域活動が制限されている中で、コミュニケーションアプリLINEの操作方法を学び、地域活動に取り入れることで地域の繋がりを絶やさないための新たな『つながりづくり』のツールとして活用いただくことを目的として開催しました。

講師・進行役は、NPO法人ふぉーらいふの矢野良晃さん。そして、今回の講座では、神戸学院大学の5名の学生さんに指導ボランティアとしてご協力いただきました。



「アプリをインストールしただけで使っていない」「文章は送れるけど画像や動画も送りたい」「グループトークで他の人に一斉連絡をしたい」など、これを機にLINEを積極的に活用していきたいという方々が参加されており、学生ボランティアのみなさんは、参加されている方々の質問に対し、一人ひとり丁寧に対応してくださいました。

そして今後は、地域に出向く形で出張型講座も予定しております。

この講座を通して、LINEという非接触型ツールを活用し、地域の住民同士の繋がりを濃密にする機会としていただければと思います。

オンライン★ボランティアまつり★ 開催!!(R4.1.11)

一昨年までは、たくさんの方に集まっていたいて、ステージや体験コーナーなど、さまざまなプログラムで楽しんでいただいていた『ボランティアまつり』ですが、これまでと同じ形での開催が難しくなりました。

でも、ボランティアの皆さんの「活動紹介の場」を、何とか作れないかな…?

オンラインでは出来ないかな?できるかも! したいよね!しよう!!

と、知恵をしぼり考えた結果、これまでとは全く違う、新しい形で、オンラインでの ★ボランティアまつり★ への一歩が始まりました。

私たちスタッフも初めての経験で、「ボランティアさんへの連絡が遅くなる」「音が出ない」など、小さなトラブルもいくつかありました。

開催までたどり着くことが出来たのは、皆さんからのたくさんのご意見ご協力のおかげです。本当にありがとうございました。

それでは 皆さん オンライン★ボランティアまつり★ を、お楽しみください。

出演
(五十音順)

1 阿波踊り “くる～ぶ”	9 たきのちやや笛俱樂部
2 掛け歌の輪 ひびけ心に“吟歌”	10 都市と山村を結ぶ会
3 紙芝居サークル おやゆび姫	11 ベアーズ・バンド
4 健康増進クラブ	12 ひまわりおじさんとその仲間
5 神戸垂水おやこ劇場	13 ボランティアサークル星の会
6 心と体の健康なまちづくり MOAたるみ	14 愛(マナ)ミュージックアカデミー
7 さくらシニア	15 まるい歌の会
8 華曲アンサンブル千鳥	16 兵庫ヤクルト株式会社
	17 おたよりくらぶ

#垂水区社協 ★ 情報発信!!

～つなぐ・つながる・地域のカタチ～ vol.3

発行

令和4年3月
社会福祉法人
神戸市垂水区社会福祉協議会
〒655-8570 神戸市垂水区日向1-5-1
電話：078-708-5151(代表)
F A X：078-709-1332
E-mail：info@tarumi-csw.or.jp

ツイッター
フェイスブックも
見てね!

垂水区社協

検索



デザイン

社会福祉法人すいせい
就労移行支援事業所CASTビジネスアカデミー
就労移行支援事業所Free-biz
表紙イラスト：中島 崇



愛の輪・心かよわす市民運動