



退任の挨拶

小出地区社会福祉協議会
五十嵐清夫

私は、平成 22 年 4 月から社協の会長を務めさせて頂いて 13 年になります。この度、高齢になったのを機に 3 月一杯で退任させていただきます。今日まで多くの方々にご指導ご協力を頂き心からお礼申し上げます。



振り返ってみると、地区社協の活動は「住み慣れた地域で安心して暮らせるまち」を目指して、平成 21 年 11 月に小出地区ボランティアセンターの活動を開始できた事により、住民同士の助け合いの活動が始まり、一寸した困り事のお手伝いができる基礎が整いました。

昭和 61 年 2 月に茅ヶ崎市では 10 番目の地区社協として発足し、平成 28 年 2 月には、「30 年のあゆみ」の記念誌の発行と合わせ、関係者をお招きして設立 30 周年記念式典を行うことができました。これまでの歩みとこれからの環境変化に対応した新たな出発点になりました。

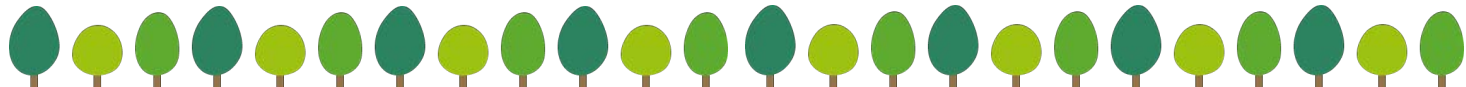
地域交流サロン活動においては、自治会から推薦された福祉委員の皆さんのご協力により、ミニディ・サロン/子育てサロンの活動をより強力に進めることができ、子どもから大人まで地域の皆さんがふれあい、交流の機会が活発になり、会場が狭く感じるほど賑わうようになりました。

又、コロナ禍で閉ざされ明るさが無い環境から、福祉講座や楽々ひろばにおいて、市社協、包括支援センターわかば、歌体操のインストラクターの協力を得て生活にお役に立つ話題や小出版コグニサイズを導入したところ、身体と脳のトレーニングですが、上手に動作ができないため会場には笑いが増えるようになり明るくなりました。

まちから協議会との共催で、4 年前から 1 月 7 日に「相州小出七福神巡り」を実施することができ、当初目標にしていた健康長寿のまちづくりの一歩に繋がったと思います。茅ヶ崎市観光協会とも連携を取り観光要素も含め小出の風物詩になるようなイベントにしたいとの思いで活動してきました。

これまでの 13 年間に、皆さんからご指導ご協力を頂き、数多くの課題の解決に歩を進める事ができ感謝しています。

新会長を中心にして、地域の皆様と更なる高みを目指して進まれるよう祈念いたします。ありがとうございました。



福祉講座パート2

健康長寿はお口のケアから

日時：令和 4 年 11 月 16 日（水）13:30～15:00

場所：皆楽荘大広間 （31 名の参加でした）

講師：ざくろ歯科 内間恭洋（やすひろ）先生

食事が美味しい！
→生きがいに直結



わかりやすく、「ウンウン」と納得できる「目から鱗」のお話でした。お口の健康が身体全体の健康にダイレクトにつながっていることがよく分かりました。

身体は全て繋がっている！



回 覧

福祉講座パート2

健康長寿はお口のケアから

最近食事やむせることが増えた、硬いものが食べられなくなったなどの症状はありませんか？その含み隠さずの症状は「口腔機能の低下・虚弱（オールフレイル）」の兆候と言われており、見過しているとも来、要介護状態を招く恐れがあります。でも心配なくいい、フレイルは適切な介入によって改善できるんです。お口の健康は、全身の健康、そして健康長寿へとダイレクトにつながります。ぜひこの機会に、ご自身の歯・口の健康を見直しましょう。

日時： 令和 4 年 11 月 16 日（水曜日）
午後 1:30～ 3:00

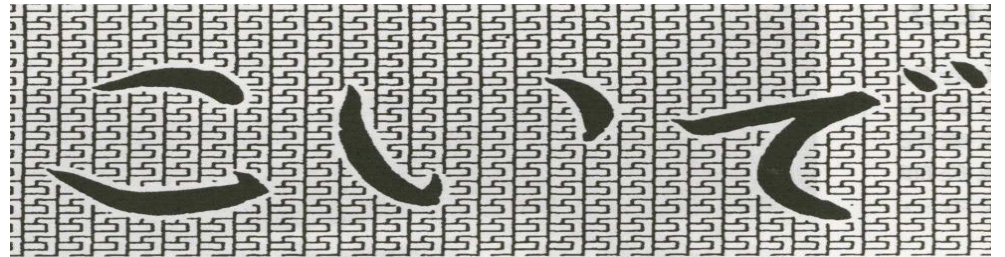
場所： 茅ヶ崎市 老人憩の家 皆楽荘 大広間

講師： ざくろ歯科 内間 恭洋 先生

主催・問合せ先：小出地区社会福祉協議会 会長 五十嵐 清夫
TEL. 0467-51-5301

令和 4 年 11 月 23 日（水・祝日）、第 4 回茅ヶ崎市社会福祉大会で、永年の福祉活動により、宮川隆彦さんが「多年にわたり地域福祉の推進に貢献された」功績により表彰されました。これからも益々の活躍を期待しております。

地区社協



第 5 2 号

（令和 5 年 3 月 31 日）

小出地区社会福祉協議会

会長 五十嵐 清夫

茅ヶ崎市芹沢 1388-4

☎ 5 1 - 5 3 0 1

3年ぶりの「敬老祝い会」 を楽しみました



令和 4 年 1 0 月 1 6 日（日）10:30～12:30 皆楽荘大広間にて

77 歳以上の方対象の敬老祝い会を 3 年ぶりに開催することができました。55 名の方々の参加があり、津軽三味線「ひびき会」の皆様の演奏を楽しみました。



今回はお弁当は持ち帰りでしたが、紅白のお饅頭が好評でした。次回は一緒にお食事ができると良いですね。

演奏を聴いた後は「コグニサイズ」の運動でリラックス！頭も体もほっこり温まりました。



サロンの紹介 … さあ、笑顔の日々をとり戻そう！

令和4年度はコロナ対策を立て、「ほのぼの小出」「むくろじ」「楽々ひろば」「ともだちの家」「中学生ひろば」の5つのサロンが制限の中、再開されました。令和5年度は「おしゃべりいろは」も再開いたしますので、皆様のお越しをお待ちしております。（以下、サロンの紹介です。）

子育てサロン むくろじ （毎月第1・3金曜日）

平成16年に発足しました。来てくれるお母さんたちのくつろげる場でありたいと願っています。「また来ます」の笑顔や乳幼児の成長の様子を身近にみられることで、サポーターも元気をもらえます。ご都合に応じて、準備だけ、見守りだけなど、また月1回だけでも大丈夫です。サポーターとしてご協力をお願いいたします。コミセン和室で開催中！



高齢者サロン ほのぼの小出 （年4回）

地域の65歳以上のお年寄りをお招きし、一緒にお食事し、色々な催し物で楽しんで頂いています。平成13年に開催し、20年を超えて活動が続き多くの方々に喜んでいただいています。そして活動が評価され茅ヶ崎市社会福祉大会において表彰されました。コロナの2年半お休みしていましたが、令和4年6月より短時間・昼食なしですが再開いたしました。皆さまのお手伝いをお願いいたします。（皆楽荘の大広間で開催しています。）令和5年度は、6月14日、9月9日、12月13日、翌年3月9日の開催予定です。（写真は令和5年3月11日撮影）

交流サロン おしゃべりいろは （毎月第2金曜日）



コミセンの和室が会場で、0歳から年齢男女問わず、13:00～15:00 出入り自由です。編み物、おしゃべり、小物作り…みなさん思い思いに楽しんでいます。（写真は平成31年3月7日撮影）



お待たせしました！

回覧

おしゃべりいろはの再開です。

日時：令和5年4月14日（金） 13:00 から 15:00 まで
（以降毎月 第2金曜日に開催します。）

場所：小出地区コミュニティセンター 和室
↑場所が変わりました。ご注意ください。

なにはともあれ「おしゃべり」したい人集まれー！

折り紙、小物作り、ヨガ…お楽しみも色々。でもボーッとしているのもあります。

0歳から100歳まで!!老若男女問わず大歓迎!!

出入り自由、申込も不要です。気楽な気持ちでおいでください。お待ちしております。

しばらくは飲み物を各自で持参ください。

主催：小出地区社会福祉協議会 いろはの会
協力：小出地区民生委員児童委員協議会
小出地区地域包括支援センターわかば
問合せ先：Tel. 0467-93-5410 包括支援センターわかばまで

楽々ひろば （毎月第2・4火曜日）

小出コミセンにて毎月第2・第4火曜日の10:15～11:15実施。市役所や警察署、病院、包括支援センターなどから講師を招き、生活に役立つお話を伺い、おしゃべりや軽い体操・コグニサイズなどで楽しいひとときを過ごします。令和4年度は延べ270名の方々が参加されました。



福祉講座パート1

間違ってもいいんだよ、間違ったら笑えばいいんだよ！

日時：令和4年7月24日（日）10:20～11:10

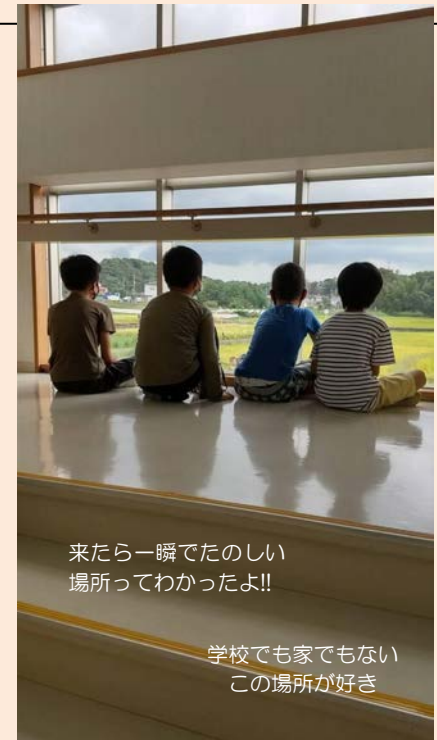
場所：小出地区コミュニティセンター 大会議室

講師：かながわ健康財団 健康運動指導士 茂木潤一さん

50名の参加で、脳と身体を同時にリフレッシュさせる「コグニサイズ」の運動を楽しみました。「楽々ひろば」への参加申し込みもあり、皆さん興味を持たれた成果がありました。

ともだちの家・つつみ（毎週土曜日）11:00～16:30

「ともだちの家」は小学生から高校生までの子どもたちが遊びに来る「居場所」として、2016年から堤自治会館を解放して行なっている活動です。屋外で、室内で、子どもたちは好きなことをします。大人はもっぱら「見守り」をモットーにしています。



来たら一瞬でたのしい場所ってわかったよ!!

学校でも家でもないこの場所が好き

「ともだちの家」は
ともだちの家にいるように過ごせる場所
をめざしています。これからもよろしくおねがいいたします。

ともだちの家・中学生ひろば （毎月最終金曜日）

中学生のフリースペースです。小出小学校の体育館で毎月最終金曜日の午後5時から7時まで。バスケット、バトミントン楽器演奏などで自由に遊びます。友達とおしゃべりしたい人あつまれ～！



【おねがい】
・一度、家に帰ってから来てください。
・「マスク」「うわばき」を忘れずに！
・参加することを、家族の人に伝えて自分の責任で、参加してください。

♪水筒とタオルも忘れずに持ってきてくださいね♪

小出ボランティアセンターからのお知らせ

一部作業、休止のお知らせ

小出ボランティアセンターは暑さによるスタッフの健康被害防止のため、例年通り8月の一か月間、屋外での作業をお休みさせていただきます。なお、掃除・片付けなど屋内での作業は通常通りお受けします。



お気軽にご相談ください

☎ と ファックス：98-0901

開所：皆楽荘開所日の火曜日、金曜日

9時半～12時 時間外は留守電にどうぞ

令和4年度 活動状況の報告

令和4年度は、106名の利用者さんに対し年間合計415件の活動を行いました。また、今年度は新たに9名の仲間を迎えました。既に活動していただいています。

お気軽にお立ち寄り下さい

ボラセン事務所の開所日には、お気軽にお立ち寄り下さい。どなたでもウェルカム！！こんなこと頼めないかな？なんて言う相談も大歓迎です。