

ボランティアだより

# ほのボラ

2023年5月発行

## No. 116

発行 京丹波町社会福祉協議会

〒622-0213

京丹波町須知鍋倉1番地1

TEL: 0771-82-0126 (地域福祉課)

FAX: 0771-82-2206

URL: <http://www.kyoshakyo.or.jp/kyotanba>



～絵手紙で地域に笑顔と元気を届けます～

## 絵手紙ボランティア

絵手紙ボランティア丹波地区は、月1回活動されています。旬の野菜や季節ごとの花を描き、メッセージを添えられています。制作された作品は丹波高原荘、クローバーサービス、ほほえみデイサービスに届けられています。コロナ禍には社協職員が作品を届けていましたが、4月の活動ではボランティアさんと一緒にクローバーサービス、ほほえみデイサービスに訪問して作品をお届けする事ができました。

ボランティアさんは「作品をこんなに綺麗に飾ってもらってすごくうれしい」「実際にお会いして手渡しできて大変いい機会になりました」と話されていました。コロナ禍で活動が難しい時期が続きましたが、こうして地域のつながりを持つ場ができるようになってきたことをうれしく思っています。



## 実勢サロン



4月14日(木)実勢公民館でお食事会、わなげ大会が開催されました。わなげ大会ではみなさん熱中され、点数計算も「頭の体操」と暗算で計算されるなど、とても楽しそうに活動されていました。

代表者の熊谷さんは「徐々にこうやってみんなで集まれる活動ができるようになってきて嬉しい。毎月活動を実施していきたい」と笑顔で話されていました。



# 出前講座

徐々に以前のようにサロンで集まり、笑顔でお話をされている姿が見られるようになってきています。多くの活動者は「どんなことをしたら喜んでもらえるかな」「足を運んでもらえるかな」と頭を悩ませ工夫されています。社協ではサロンや老人会での出前講座についてのお問い合わせを受け付けております。集まる「きっかけ」としてぜひご活用ください。



## 駐在所のお話

交通安全のことや最近どんどん巧妙化している特殊詐欺などのお話をしてもらいます。最近の詐欺の手口を知り、詐欺にあわないためにも、ぜひ出前講座をご活用ください。



## 防災のお話

災害はいつ起こるかわかりません。防災知識を身につける事は自分達の地域を守ることに繋がります。災害ボランティアセンターの取り組み、非常食の試食、防災学習などを行い、平時からの備えについてお話します。



## 健康体操や介護のお話

転倒による骨折や関節の痛みが原因で介護が必要になる事が多くあります。無理なく、続けられる健康体操をご紹介します。日頃から健康な体作りをしていきましょう。



## 食育のお話（くるみの会）

食育活動など、地域に根差した食育改善事業を行っています。丹波、和知、瑞穂の3支部があります。



## 認知症のお話

認知症は4人に1人が発症すると言われていた脳病です。1人ひとりが身近な課題として正しい理解や対応方法などをお話します。



## お薬のお話

町内の薬剤師にお薬の正しい飲み方や注意点についてお話してもらいます。お薬の効果や飲み合わせなど健康で元気な生活を送れるようなお話をしてもらえます。

お問い合わせ  
連絡先

京丹波町社会福祉協議会 地域福祉課  
丹波支所 ☎82-0126 和知支所 ☎84-1833