

平成31年4月24日

上砂川町ケアサポーター 各位

令和元年 ~生活支援交流サロン~ よってけ場^ぼ 活動レポート Vol. 4

上砂川町社会福祉協議会

上砂川もようやく春らしい日差しに恵まれるようになってきました。山桜の開花が待ち遠しい今日この頃です。みなさま穏やかなゴールデンウィークをお過ごしください。

4月19日(金)、まちの駅・ふらっとで4月のよってけ場が行われました。前半は5月16日(木)に実施される「上砂川町クリーン作戦」について、道筋を立てました。



クリーン作戦の内容について、しおりを作成しましたので、同封いたします。現在、よってけ場からは清掃活動班に9名、昼食準備班に6名のサポーターが手を挙げて下さっています。ありがとうございます…!



また今年は、上砂川商工会議所青年部から心強い協力を得る事ができます。コンロの運搬や炭おこしの補助などで力を貸してくれそうです。「働く世代」が活動に参加してくれることは、とても大きな一歩だと感じます。何としても良い形にしたいですね。

清掃活動班は、有難い事に手を挙げてくれるサポーターさんが一定以上いらっしゃったので、ご自身の体力に合わせて「北線ルート」か「朝駒ルート」かを選択できる体制を整えることができます。

昼食準備班は、最終的な作業内容や備品の確認をゴールデンウィーク中に行う予定です(4月30日(火) 13:00~ 社協事務所)。昨年経験者も多数いますので、とても頼もしいです。

両班とも **5月10日まで参加者を募集しています!** 日程などのご都合が良い方は気軽にお問合せ・お申込み下さい! **《裏面へ続く》**

後半の雑学コーナーでは、「かんたんハンドマッサージ」と「労宮（ろうきゅう）」という経穴（ツボ）について少しだけ学びました。心が重たく感じるときなどに是非活用して欲しいと思います。



今後も需要があれば、身体や養生について学ぶ機会を増やして行きたいですね。

令和元年度のサポーター養成講座や、スウェーデン文化教室（仮）についても企画を進めています。随時お知らせいたしますので、ご期待ください！

5月のケアサポーター関連イベント

日程	内容	場所	時間
5月16日(木)	上砂川町 クリーン作戦 (よってけ場)	中学校	8:45 ~ 14:00
5月20日(金)	カフェまちなか	まちの駅 ふらっと	10:00 ~ 12:00
5月20日(金)	カフェまちなか 2号店（下鶴） 《スタッフ・ ミーティング》	まちの駅 ふらっと	13:30 ~ (カフェまちなか から引き続いて 実施されます)
5月30日(木)	いっしょに あそぼ!	認定こども園 ふたば	10:00 ~ 11:00
毎週火曜日	ぷちもえ	萌福祉サービス (送迎あり)	9:00 ~ 13:00
※各地区にて およそ週1回	百歳体操	各地区 生活館・集会所	※各地区で 異なります。

※ 各活動に関するお問い合わせは…

上砂川町社会福祉協議会

☎ 62-2882 飯酒盃（イサハイ）までお気軽にどうぞ！