

地域で・元気に・相返し

よりあい*ええげえし

相返し=ええげえし(秩父地方の方言です。)

第98号 2016年1月11日(月)発行

発行: よりあい*ええげえし 〒350-0223

埼玉県坂戸市八幡1-2-19 ルミネンスやはた105

TEL 049-282-3836

E-mail yoriai@lapis.plala.or.jp

URL http://eegeesi.com/

東日本大震災により被災された全ての皆さまの安心安全と復興を心よりお祈り申し上げます。

十五回目のお正月を迎えたよりあい*ええげえしは、会員勢揃いの「新年のつどい」で初顔合わせをしました。今年も「地域で・元気に・相返し」の交流の輪が広がるよう、楽しい企画でみなさまのご参加をお待ちしています。



「新年のつどい2016」平成28年1月7日(木)
(活動拠点ルミネンスやはた105号室にて)

賀正
今年もよろしく
お願いいたします

準備の都合上、事前の
お申し込みをお願いします！

よりあいの会 参加費: いずれも500円 元気印サロンのおさそい

楽しいミニゲームいろいろ! 健康吹き矢も!

頭の体操・手の体操

日時: 2月8日(月) 10:00~12:00
場所: 坂戸市中央公民館 2階 学習室A
定員: 25名(先着順) 動きやすい服装で。

季節の歌・懐かしい歌♪ピアノと指揮に合わせて

みんなで歌おう♪

日時: 2月22日(月) 10:00~12:00
場所: 坂戸市文化施設オルモ3階 中練習室
定員: 30名(先着順)

フラのリズムで楽しく! 男性も大歓迎!!
~座ってできるフラダンス・認知症予防にも~

誰もが楽しめるフラダンス

講師: 女子栄養大学 大竹佑佳氏
(実践運動方法学研究室)

今、話題の
エクササイズ!

日時: 2月29日(月) 10:00~12:00
場所: 坂戸市文化施設オルモ2階ギャラリー
定員: 30名(先着順) 動きやすい服装で。

綿で描く色の芸術! ふんわり癒しのパステルカラー

ふんわりパステル画

日時: 3月28日(月) 10:00~12:00
場所: 坂戸市中央公民館 2階 学習室B
定員: 25名(先着順)

誰でも描ける手法です。絵が苦手でも大丈夫!! とても素敵な作品ができあがります! ファン急増中。お早めにお申し込みください。

問い合わせ先 電話 049-282-3836 メール yoriai@lapis.plala.or.jp

平成27年度坂戸市提案型協働事業「出合って・学んで・地域力アップ」全2回

地域で暮らすさまざまな人の出会い！楽しい交流と学び合い！

地域で暮らすさまざまな人々が出会い、楽しく交流しながら学び合う全2回の事業「出合って学んで地域力アップ」の第1回目を、12月21日(月)に坂戸市文化施設オルモにて実施しました。様々な人や出来ごとが出合い・交流する楽しい一日になりました。

本事業は平成27年度坂戸市提案型協働事業で採択された事業です。第2回目は1月18日(月)の講演会「自分力・市民力の向上で地域力アップ！」となります。

出会い、学び、誰もが住みやすいまちについて、みんなで考え合いましょう。

第1回 坂戸市楽しい大交流会

お茶でおしゃべり
りゅうれい
立礼式のお茶席を楽しもう！

ええげえし流の
りゅうれい
立礼式お茶席



写真提供：坂戸市社協

←パソコン体験コーナーでは名刺作りも。



写真提供：坂戸市社協

→ふんわりパステル画コーナーでは、みんなの描いた「虹」を繋げて大きな虹に。



おしゃべりコーナーで、↑ゆっくりのんびりおしゃべり。



写真提供：坂戸市社協

↓パネル展示で活動を紹介



《参加者アンケートより》

▽りっぱなお茶会でびっくり。とてもよかったです。ありがとうございました。(70代女性)

▽この催しでは、思った以上に多くの催しを開催していて、尚且つ盛り上がっていて、良い意味で驚きました。(20代女性)

▽懐かしい方々とお会いでき、とても有意義な会でした。(70代女性)

▽高齢者の自分にとってはとても良い会合なので、今後も可能な限り出席したいです。(90代男性)

▽思いがけず参加させて頂きましたが、大変楽しかったです。いつも思う事ですが、居心地のよい会ですね。(40代女性)

▽お茶は昔経験しましたので思い出して嬉しかったです。(60代女性)

▽ええげえしの会を初めて知りました。身近にこうした会があること、多くの人々が参加し、活動をしていること、感動しました。(70代女性)

▽おもてなしがとても素敵でした。折り紙が完成して家でもしてみたいと思います。(60代女性)

▽パステル画がとても楽しかった。またやってみたいです。(50代女性)

▽今回初参加でしたが、又折をみて参加したいと思います。お茶席は大変美味しかったです。ありがとうございました。(70代女性)

来場者147名！
たくさんのご参加
ありがとうございました。

福祉であいの広場 2015

★坂戸市勝呂公民館と周辺

～であい ふれあい みんなの笑顔～
11月8日(日)、坂戸産業まつりと同日開催の「福祉であいの広場」は福祉団体が多数出展。あいにくの雨降りでしたが、ええげえしブースを訪れた方々と、パソコンで
名刺作り・
折り紙・
ふんわり
パステル
画の体験等で
交流しました。



元氣印サロン

おそばでおしゃべり

★入西地域交流センター



ソバ打ち名人に教わって！皆で食べると格別なおいしさです。

12月7日(月)、年末恒例のおそばでおしゃべりで、打ちたて茹でたて手打ちの年越しソバに舌鼓。来年もいい年になりますように！

地域医療貢献者表彰

★医師会立看護専門学校 講堂にて

表彰状

地域医療貢献者表彰
よりあい*ええげえし殿
貴団体は永年にわたり活発で自発的な活動を通じ当地区の高齢者の福祉・医療・保健の発展に多大なる貢献をされました
よってその功績をたたえ感謝の意を表し表彰いたします
平成27年11月14日
〔坂戸市立看護専門学校長〕
会長 小川 郁男

11月14日(土)、坂戸鶴ヶ島医師会より地域医療貢献者表彰(特別功労)を受けました。
地域で継続して学び合ってきたよりあい*ええげえしの活動を評価して頂き、同時に坂戸市より感謝状も贈呈されました。



マイケアプラン～高齢になっても住みなれたまちで自分らしい暮らしを！

やってみる・知る・学ぶ・伝える



中央公民館にて

11月30日(月)、なるほど講座「介護保険・新総合事業ってなあに？」を開催。坂戸市役所の地域包括ケア推進担当職員から2015年改正介護保険の中核となる新総合事業の概要を学びました。

「予防が大事」「坂戸市では高齢者のための地域活動を応援します」とのこと。今後もみんなで学び続けていきましょう。

11月16日(月)のマイケアプランでは、自分らしい暮らしの継続ためにはまず健康！と、大笑い連発の認知症予防ゲームで脳を活性化させ、その後、埼玉県との取り組み「健康長寿サポーター養成講習」で学びました。健康長寿サポーターは、自分の健康づくりと共に、役に立つ健康情報を、家族、友人、周りの皆に広めていく仲間です。



手指を動かし声を出し、皆で大笑い！

現代政策学部コミュニティビジネス論

城西大学で講師をしました

12月14日(月)、よりあい*ええげえしの活動や主旨を紹介しました。



地域活動について熱心に聞く大学生。人生の先輩からのメッセージも。

はるとまさこのマイケアプラン

嬉しい出合いの場

昨年末は、立礼式のお茶席を楽しむ大交流会で一年を締めくくった。師走の忙しい時期にもかかわらず、ママに抱っこされた0才の赤ちゃんから90才の方まで大勢の方が参加され、終始にぎわった。人と人のあったかい繋がりを感じたのも15年間の活動があればこそ。

一方、参加者アンケートでは半数以上の方が初参加と回答された。会員と知り合いだったたり、友から友へ伝え聞いたり、以前から関心は持っていた、とのこと。新しい出会い、はとも嬉しい。そして、まだまだこれから新たな出会いが待っているような予感！継続すること、発信し続けることを大切にしていきたいと思った。
(須田正子)

まさこのホームページ
<http://niconico39.net/>

よりあいの会 これからの予定

参加費: 500円

月	日	内 容		場所と時間
1月	11日(月)	お茶でおしゃべり 初 釜	新春を寿ぐ初釜で、新しい年をお祝いしましょう。今年もいい年になりますように。	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	18日(月)	講演「自分力・市民力の 向上で地域力アップ!」	坂戸市提案型協働事業 第2回~豊かな福祉観の学び合い。【定員になりました。】	入西地域交流センター 13:30~15:30
	25日(月)	パソコンサロン	心を新たにワードやエクセルで新しい事にも挑戦。メールやインターネット検索もネ。	ルミネンス105号室 10:00~12:00
2月	1日(月)	お茶でおしゃべり	もうすぐ立春。春は名のみの風の寒さや。お抹茶とお菓子で季節を味わいましょう。	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	8日(月)	元気印サロン 頭の体操・手の体操	寒さに負けずに、みんなで身体を動かしましょう。ミニゲームいろいろ!1ページ参照	坂戸市中央公民館 10:00~12:00
	15日(月)	パソコンサロン	お知らせやチラシをワードで。イラストも入れて楽しく!便利なコピー・貼りつけも活用!	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	22日(月)	元気印サロン みんなで歌おう♪	毎回人気!みんなで歌うと楽しい!!お腹から声を出し、ストレス解消。1ページ参照	オルモ 中練習室 10:00~12:00
	29日(月)	元気印サロン/誰もが 楽しめるフラダンス	初企画!女子栄養大学大竹先生と座ってできるフラダンス。認知症予防も。1ページ参照	オルモ2階ギャラリー 10:00~12:00
3月	7日(月)	お茶でおしゃべり	春の足音がそこまで。楽しいおしゃべりと香り高い抹茶を味わい、至福のひとつときを!	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	14日(月)	パソコンサロン	インターネット・検索のコツを覚えて情報をキャッチ。みんなでやればなお楽しい!	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	21日(月)	マイケアプラン	自分らしい暮らしのためのヒント!私達の地域を知ろう、いい所を探そう、気づこう!	ルミネンス105号室 10:00~12:00
	28日(月)	元気印サロン ふんわりパステル画	黄・青・ピンク3色のパステルから様々な色が生まれます。誰でも簡単!1ページ参照	坂戸市中央公民館 10:00~12:00

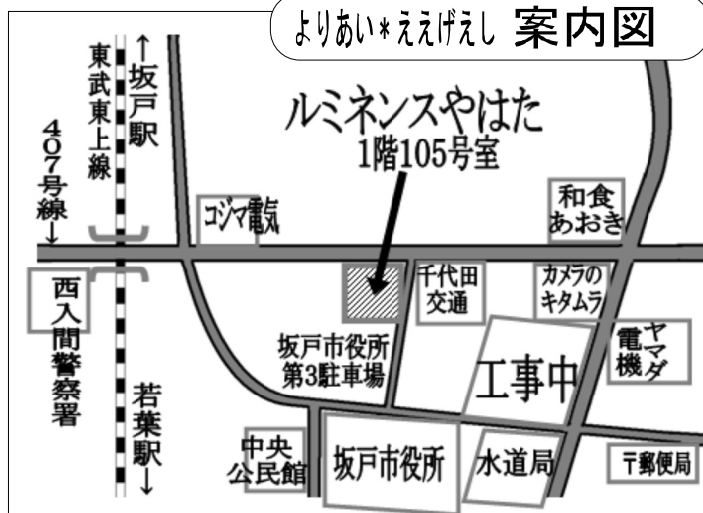
例年になく暖かいお正月で、しかも連日の青空!市内からは富士山が見える所も多く、雪化粧した富士が新年を祝ってくれているかのようでした。松が明け、寒さは本番を迎えますが、元気に乗り切りたいものです。さあ、今年も楽しいよりあいの会が始まります。どなたでも参加できますので、まずは、関心のある企画にお出かけください。会員と地域の仲間が笑顔とともにお待ちしております。

編集局だより



よりあいの会はどなたでも参加出来ます。

よりあい*ええげえし 案内図



電話 049-282-3836