

## 1月行政区行事予定

行政区	日時	内容・場所	
折地	行政区からの行事予定表を確認してください		
折地作出	行政区から配布される行事予定表を確認してください		
古島	8日(日) 9:00~	防災訓練 ・ さぎっちょ	
	15日(日) 8:30~	環境保全共同作業	
	29日(日) 8:00~	公民館掃除 東組	
井上	4日(日)	資源ごみ分別収集——中止	
	15日(日) 8:00	資源ゴミ分別回収	
	14日(土) 20:00~	青パト 担当 第3班	
井田上	7日(土)	9:30	さぎっちょ 竹搬入
		13:00	竹組み立て
	8日(日)	8:00~	公民館及びお観音さん清掃 (4班)
		9:00~	古島校区防災訓練
		10:00~	さぎっちょスタート
15日(日) 9:00~	燃えないゴミ収集 西方・北方		
井田下	15日(日) 8:00~	公民館清掃・資源ごみ回収 6班	
島田	8日(日)	公民館清掃 4班	
	15日(日) 8:00~	資源ごみ回収 9・10班	

### 事務所からのお知らせ

住所 〒833-0035 筑後市古島195-1  
 電話/FAX 0942-53-7656  
 メールアドレス [kojimacom1@space.ocn.ne.jp](mailto:kojimacom1@space.ocn.ne.jp)  
 開所時間 9:30~17:30  
 年末年始 12/29~1/5 お休みです

■ この日は閉所しています

1月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### つぶやき

明けましておめでとうございます新年はどんな年になるのか？トンネルを抜け出せない長いコロナ禍、ロシアによるウクライナ侵略、異常気象。それらによって奪われる沢山の尊い命、マスクの中の表情は変わるのか？

大声で明るく、心から笑える日が今年こそ迎えられるようにみんなで祈りましょう！

(井田上 野田)

## 古島校区コミュニティ協議会



~いきいきと住みよい社会にするために、共に支えあい自主活動する協働のまちづくり~

令和5年1月1日発行

### 新年のごあいさつ

古島校区コミュニティ協議会より令和5年、新年のご挨拶申し上げます。もやもやと過ぎた昨年今年こそすっきりした年をと願っています。

世界のどこかで内紛、戦争などで騒がす中、ロシアのウクライナ侵攻に依って引き金に、輸入国日本は急激な円安も加わり、軒並み生活用品まで物価高。北朝鮮ミサイルのJアラート騒ぎ等々、何と云っても年に2度も変身するオミクロン株に5回目ワクチン接種の方も多くても、コロナ第8派も一緒に年越し中々衰えはしない。コロナの影響でここ数年お正月の様子も変わり、子ども連れの里帰り家族に、以前は孫達の騒ぎで煩い程にぎやかだったが、成長と重なり徐々に静かなお正月になった家庭も多く見られ、古島小学校が無くなる事も拍車を掛け寂しく感じてしまいます。やはり人が集まることは何かと心楽しく安心して過ごせます。

さて1月8日は古島校区の伝統「さぎっちょ」です。地域の皆さん、どどんと炎を上げて景気付けに参加して下さい。古島校区コミュニティ協議会ではこの後、子ども向けのコンサートほかペタンク会を計画しており地域コミュニティ社会の絆を深める活動をします。

早やあと2年で小学校再編成です。古島小学校の校舎は今のところ原則取り壊し予定。なお体育館は窓ヶ原体育館の解体に伴う利用者の為、改装し代替えとして利用する案、運動場の一部は、水田コミュニティセンターにあったテニスコートの代替え案など意見が出ております。そうなれば、景色、環境がごろっと変わる事でしょう。

古島校区コミュニティ協議会では地域が寂しく落ち込まず、以前と変わらぬ人との出会い等失われぬ様、残る校舎跡地、運動場等の有効利用を皆さんのご意見を聞きながら跡地利用検討委員会にて筑後市と協議して行きます。(尚古島校区コミュニティ協議会は地域防災安全安心活動、青少年健全育成活動、高齢弱者の福祉支援活動、各行政区で困難な事など地域を支える活動に取り組んでいます。)皆様、今後ともご支援、また活動へ参加宜しくお願い致します。 会長 原 幹男

## 「福祉活動実践者研修会」「デイサービス意見交換会」

11月10日島田公民館にて行われました。各行政区の区長・福祉員・福祉相談員・民生委員などを対象に社会福祉協会より、卜部氏を招いての講演でした。

第一話 「腕にはめられた輪ゴムをとるには？」という話

第二話 「はっは〜ん、さては話聞く気ないな!？」という話

第三話 「すき焼きゲームをやってみよう」という話

第四話 「ホームセンターのレジでもめていた高齢者」という話

第五話 「捨てられた羊羹」という話

第六話 「ひきこもり歴20年の青年と会った場所」という話

第七話 「知的・発達障害の疑似体験プログラム!」という話



デイサービス意見交換会の様子

福祉は対象者に一方的に援助を押し付けるのではなく「援助力」を学ぶ視点が大事であり、できないことを認めることも必要。背伸びすることなく完璧でない姿を見せることは受援力を育む。対象者が援助を素直に求める人間関係の構築が必要でスキル（技術）よりも協力を伸ばすことが大事。相互の理解が進むと協力を求めやすくなる。また、相手との会話にも、声のトーン・目線・間合い、それに相手の言動に一方的にその場限りの対応で済ますことなく、その言動は何を意味しているのか？その言動の裏にあるものは？・・・非言語的コミュニケーションの裏にあるものを理解することが必要である。ということ、ゲーム・実例を取り入れての講演であった。

講演のあとは、グループにわかれてデイサービスについて、現状における問題点・困っていることなどについて、意見交換を行った。

人は一人で生きていけるものではなく、生きていくには助け上手と助けられ上手の相互関係が大切であり、デイサービスはもとより福祉の基本であることと理解を深める研修となった。

(ふれあいづくり部会 代表 中村)

## 「誰でもできる!今すぐできる!スロージョギング」

主催 古島校区公民館

令和4年12月5日(月)、島田公民館において筑後市高齢者支援課の出前講座「スロージョギング」を開催しました。5つの行政区から18名が参加し、多くの人は初めての体験でした。

講師の水田さんと上田さんから、笑いも誘う和やかな雰囲気の中で、具体的な活動場面の説明がありました。説明を受けた後、まず室内で模擬体験を行い、15秒間で45歩進む感覚を覚えました。その後、場を外に移しスロージョギングを行いました。息が上がらず、会話もできる速さを心掛け、体力に応じた歩幅を考えて走りました。北風が吹き寒さを感じる日でしたが、スロージョギングで体の方は温まりました。

参加景品は、汗を拭くタオルと手袋を準備しました。寒いので早速手袋は活躍しました。スロージョギングは、部屋の中をはじめ、どこでもできます。自分のペースで好きな時に好きなだけ走ることを習慣にすると、介護予防になり、すこやかな生活につながると感じました。

音楽に合わせて楽しくスロージョギング



## 「井田下デイサービス」

令和4年度 第2回 井田下デイサービスを12月6日(火)に開催しました。コロナ感染対策を行い、午前中のみとし、ボランティアを含め26名参加しました。当日は社協の北原さんも参加され、地域デイサービスの意義など、挨拶を受けました。

10時開始、ラジオ体操で体をほぐし、間違いさがしの問題で頭の体操をしました。その後「免疫を維持して元気度アップ!免疫と乳酸菌」と題し、久留米ヤクルト販売㈱、桜井氏、一山氏より講演を受けました。「免疫」とは病気にかからない力、その力を低下させない生活習慣、ストレッチ、食品、そして腸内細菌、大腸ガンにつながるポリープを抑制する乳酸菌シロタ株の話の伺いました。ためになる内容と、途中でストレッチもあり、大変楽しい講演でした。



## 「井上デイサービス報告」

【1回目 5月11日】

社協の宮原あすかさん、ゆかりさんを講師に「地域での支え合いの必要性と体操・脳トレを指導いただきました。みんなしっかり考えさせられました。また、脳トレなどさすが専門家は違います。

【\* 7月30日】

計画をしていましたが、感染増加にて延期で残念。内容は「100歳まで綺麗で健康に過ごしましょう」の予定でした。これは絶対にやりたいです。

【2回目 11月7日】(会食あり)

やはり和気あいあいと大変よかったです。内容は「開運ゲーム」「玉ねぎ・ジャガイモの上手な栽培方法」高齢者の方々の貴重な経験談を参考に話し合いました。

【3回目 12月5日】(会食なし)

明治乳業専務さんを講師に「骨密度測定」「測定結果と骨」の話です。

体温測定など感染予防対策を行い、ラジオ体操は毎回行っています。魅力ある講座をこれからもと思いますが、なかなか難しいですね!