



七里地区 社会福祉協議会

【発行】
会長 富張 道雄
【編集】
広報部

〒337-0014
さいたま市見沼区大谷2022-1
(敬寿園七里ホーム内)
電話・FAX 048-687-9997
<http://7sato.sakura.ne.jp/>
E-mail : nanasato-shakyo@nifty.com



清水市長挨拶

年末恒例の七里ふれあいコンサートが、清水さいたま市長、白倉見沼区長出席のもと、観客二〇〇余名が集い開催されました。同コンサートも第十四回目となり、今回も三部構成により行われました。

第一部、第二部は昨年に引き続き、今年創立一〇〇周年を迎えた「東京マンドリン宮田樂団」の宮田蝶子先生以下三十四名の楽団員による素晴らしいマンドリン演奏とトーク、そして第三部は福田京子先生によるエレクトーン演奏が行われました。

最後に、歌声サロン指導者の杉原美智子先生の指導により観客全員で愛唱歌を合唱し、同コンサートは盛大のうちに終了しました。





楽器の解説・紹介



第一部では「ドナウ川の恋」などクラシカルなものの他、叙事曲として「日本の四季」が演奏されました。童謡・唱歌が組み込まれたもので、マンドリンのやわらかい音色とマッチして、とても素敵な一曲でした。

第一部・第二部 「マンドリン演奏」



第一部は「瀬戸の花嫁」、「下町の太陽」などの歌謡曲や「マイウェイ」、「愛の讃歌」のポピュラーソング、そして最後にラテンナンバーが披露されました。ラテンの打楽器のリズムとマンドリン演奏のコラボレーションは圧巻でした。アンコールでは、マンドリンオーケストラの伴奏で「川の流れのように」を会場の皆さんで合唱しました。



第二部では、オーケストラを彷彿させるような迫力ある「エレクトーン演奏」でクラシック「愛のあいさつ」、「組曲展覧会の絵よりキエフの大門」が演奏されました。

第三部 「エレクトーン演奏」



司会 羽石さん



サンタさんがお客様をお出迎え

第三部に引き続き、杉原美智子先生の指導のもと、福田京子先生のエレクトーン伴奏で、「浪花節だよ人生は」「昂」を会場全員で大合唱し、第十四回七里ふれあいコンサートは盛況のうちに無事終了となりました。

素晴らしい演奏を聴き、最後はエレクトーンを伴奏に大合唱。皆さん大満足で会場を後にしました。

広報部 川村憲一

第三部 「みんなと一緒に歌おう」



「認知症サポーター養成講座」を受講して
十月十二日（木）

“認知症”は、脳の病気のひとつです。完治はしませんが徐々に進行していく病気であり、病気を正しく認識することが大切です。

最近では、地域の小・中学生にも講

『認知症サポーター養成講座』 を受講して

座が行われていて、子ども達にも理解されてきています。

今回の講座は、ビデオ上映から始まり、“認知症を学び地域で支えよう”の講話、体を使った脳トレ体操、五グループに分かれてのグループワークが行われました。

最後のグループ発表では〈笑顔〉がキーワードになりました。各グループ共に実りある時間を過ごすことができました。

この『認知症サポーター養成講座』を受講して、今後、日常生活の中で笑顔で接していくことが大切であると再確認できました。



グループワーク



グループ発表

認知症について解説

広報部 田島一枝



車いす体験



ホットタオルで体を拭く



十一月十五日（水）

講師は、日本赤十字社埼玉県支部の佐藤美和・佐藤紀子さんのお二人です。

テキストに従い、約三十分の座学から始まり、健康寿命を延ばすための生活習慣十のポイント、生活不活発のチェック、ストレッチ、軽い筋トレ及び介護の心構えなどを学びました。

また、タオルを使っての体拭き、お湯を使っての足浴、着脱の介助、最後にスキンシップからのリラクゼーション効果を教えていただきました。

本講座は、実戦形式で行われ、受講生全員が体験できる充実した内容でした。

広報部 佐野良雄

健康生活支援講座 「知つておきたい介護の知識と技術」



起き上がりの介助

その後、講師の先生お一人を手本として実践へと進み、中央にマットを敷き、ベッド・椅子からの支援（介護）、寝返り介助、車椅子の移動・段差越え等を受講生同士がペアとなり体験しました。

また、タオルを使っての体拭き、お湯を使っての足浴、着脱の介助、最後にスキンシップからのリラクゼーション効果を教えていただきました。

本講座は、実戦形式で行われ、受講生全員が体験できる充実した内容でした。

今日は七里周辺を巡るコースです。出発当初は薄曇りでしたが、見学箇所を重ねる度に秋の日差しを背に受けるウォーキング日和になりました。

公民館を出発し、「ホタルの里」のどんぐりを踏みしめながら、歩を進め、当地区の寺院二ヵ所、神社六ヵ所などを巡り、思い出の里で登山家「加藤保男さんの墓碑」、「膝子一里塚の石標」、「東楽園」での施設見学を行った後、昼食となりました。道中この辺では珍しい青パパイヤの木を発見し、栽培をした方から栽培方法や食べ方などを解説して頂きました。盛りだくさんの、ゆったりとした五時間で約二二〇〇歩のウォーキングでしたが、疲れも感じない楽しい一日でした。次回も皆様のご参加をお待ちしております。

広報部 佐野良雄



青パパイヤ



パパイヤの解説



豚汁づくり



五目アルファー米



保存食品をどう活用するか（アルファー米・豚汁）や仮設トイレの設置など実際にやってみて、足りなかつた機器があり、組み立て方法や手順など反省する点も見つかり、とても良い経験になりました。

いつ起こるかわからない災害に備え

敬寿園七里ホームと共催で第一回目の炊き出し訓練を行いました。当日は雨模様の中、市社協の地域福祉課長、見沼区事務所長ほかの職員も参加してくれました。地区社協及び七里ホームの災害設備機器を使って仮設トイレやコンロの組み立てを実演しました。

三十二名参加

十一月十八日（土）

炊き出し訓練

敬寿園七里ホームと共催で第一回目の炊き出し訓練を行いました。

当日は雨模様の中、市社協の地域福祉課長、見沼区事務所長ほかの職員も参加してくれました。地区社協及び七里ホームの災害設備機器を使って仮設トイレやコンロの組み立てを実演しました。

是非多くの方々に参加していただきたいと思います。

て、誰でも出来るように日々訓練しておこ必要性を感じさせられました。

今後、定期的にこのような訓練を開催していく必要性があると考えています。



椅子の中には防災グッズ

ベンチからトイレに

【書初め会】

十二月二十六日（火）

午前・午後各二十一名、計四十二名の小学生三年生から中学生の参加者が「おはようございます」「ここにちは」と元気な声で飛び込んできました。今日の講師は、お馴染みの笹田紀香先生です。

まず、高龜公民館長の挨拶指導から始まりました。

筆の持ち方から直す子もいれば、文字の書き順から指導する子どもなど、そのレベルはまちまちです。ゆっくり手本を見ながら正確に書き、書いたら手本と比較して悪いところを自分で直します。止めるところはきちんと止め、払うところは丁寧にゆっくり払うなど練習していくました。笹田先生は手書きと添削で大変でした。

最後は自分の一番良い作品をもつて写真撮影を行い、皆さんの疲れは飛んでいってしました。

この講座に参加した中から何人が市の大大会に出品出来るか楽しみです。



【大好評！ 健康体操開催】

NHKテレビ・ラジオ体操指導者でお馴染みの多胡肇（たご）はじめ先生、アシスタントの館野怜奈さんをお招きし、一月二十八日（日）七里小学校体育館において健康体操講座が開催されました。

大好評！
健康体操開催

最初に、身体の筋肉と血流のお話しがあり、日常の生活のなかでも爪先立ちや、階段を使うなど普段の生活を運動に置き換えることが大切など、参考になるお話しがありました。

そして、正しいラジオ体操のしかたについて要点をひとつひとつ解りやすく説明していただき大変勉強になりました。

- 「身体を操るもので、究極の体操と言われている」
- 「短い時間に身体のあらゆる場所を動かせる」
- 「普段使わない筋肉を動かす工夫がされてる」



なお、健康体操は次年度も開催を予定しておりますので、「ご参加された方は勿論のこと一人でも多くのご参加をいただきたいと思っています。」

広報部 山田春男

お正月に新しい年の抱負を書くことを約束しました。

広報部 田中信義

当講座は、七里地区社会福祉協議会が、皆様の健康を願い、「健康寿命を伸ばそう」をテーマに今回、第五回目の開催となりました。

当日は、異常な寒さと、数日前の大雪の影響で足元の悪い中、九九名の方にご参加いただきました。

雪の影響で足元の悪い中、九九名の方にご参加いただきました。

- 「年齢を問わずできる」
- 「普段使わない筋肉を動かす工夫がされてる」
- 「年齢を問わずできる」
- 「普段使わない筋肉を動かす工夫がされてる」

など、利点が数多くあります。

また、ラジオ体操には、身体づくりのうえで必要なストレッチ、①伸びる②曲げる③ねじる、この三つの要素が入っており、一人でも多くの方に取り組んでほしい（尚、このストレッチはラジオ体操以外でも出来るので朝、昼、就寝前の3回、日常的に取り入れることが大切）とのお話しがありました。

参加された皆さん、多胡先生のラジオ体操に真剣に取組み、「今回の受講を機にラジオ体操を続けてみたい」など、主催者側としても大変嬉しい声をお聞きすることができました。

蓮沼小学校体育館（雨天のため）において、自治会連合会・青少年育成会・社会福祉協議会を中心に行区内各種団体の共催で盛大に開催されました。見沼区長、地元の校長先生など来賓の皆様からのご挨拶からはじまり、蓮沼小学校マーチングバンドやキッズダンスが披露されました。

遊びコーナーでは、消しゴムすべり、割りばし鉄砲、バルーンアート、昔遊び（おはじき・竹馬・ベイゴマ）などを地域の方々から子ども達に遊び方を指導していただきました。

社協のブースでは魚釣り、カボチャの重さ当て、風船での「ヌウ」や「ぶたさん」制作を行いましたが、大変好評でアップと言う間に終了してしまいました。台風の影響で大雨の中、多くの子ども達が参加し、会場は大いに盛り上がり、子ども達の笑顔がたくさん見られました。

午後一時、まだ名残惜しいながらも予定時間になり閉会式を行い、楽しいフェスティバルの幕を閉じました。

当時は台風の接近に伴い、子ども達に来て頂けるか心配をしておりましたが、多くの来場者で会場が熱くなるほど盛り上りました。前日から実行委員の皆様には、会場が体育館になつた

ために、模擬店コーナー、遊びコーナーなどのブース設営にご苦労があったことと思いますが、フェスティバルが大変盛り上がり、「ご苦労が報われたと思います。

実行委員の皆様をはじめ、ご協力をいただいた各種団体の皆様、お疲れ様でした。

広報部長 新井正典

第九回ななと親子フェスティバル

十月三日(日)



カボチャ重さ当てクイズ



キッズダンスサークル



ヌウと豚さんを作ろう



魚釣りゲーム



蓮沼小マーチングバンド

サロンの紹介

歌声サ回ン

②世界の名曲

歌声甘回
①童谣·唱歌

七里
公民館



毎月第2火曜日 13時～15時
七里公民館 レクホール

କୁଣ୍ଡଳାରୀ ପାତାରୀ

毎月第2火曜日 13時～15時
七里公民館 ノクホーレ

ラーメンのサロシエ

健康生活支援講習会

認知症サポーター養成講座 福祉教養講座Ⅰ(1/5)

健康体操

認知症サポーター養成講座Ⅱ（1／5）

絵画教室（8／7）

老人クラブへの支援 子ども講座（三講座）

$$\begin{array}{r}
 & 8 \\
 12 & \diagup \\
 & 22 \\
 \hline
 26 &)
 \end{array}$$

老人クラブへの支援
子・孫も講座（三講座）

平成二十九年度
事業報告

信原詩集

世界の名曲

サノノジカワユ「彌ガツ

四十一

歌声サロン②(年十一回)

サノノジカワユ「彌ガツ

四十一

平成29年度各種募金等の実績

市社会福祉協議会賛助会費	2,997,500円
日本赤十字社員募金	1,968,810円
赤い羽根共同募金	3,620,558円
歳末助けあい募金	993,280円
合 計	9,580,148円

ご協力ありがとうございました。
(各募金会等に納付)

来年度も皆様のご要望に応えられる
よう、魅力のある事業を行つてまいり
ます。皆様のご参加をお待ちしていま
す。

◇お知らせ◇

※詳細は地区社協事務所まで



**ふれあい会食
ボランティア募集**

ひとり暮らしの高齢者を対象に、
七里公民館で毎月第四金曜日に行
っている『ふれあい会食事業』の
食事作りをするボランティアを募
集しています。

内容 食事づくり
活動日 每月第一・第四金曜日
(八月を除く)

活動時間 第二金曜日(試作)
九時～十一時
第四金曜日(本番)
九時～十四時

活動場所 七里公民館 実習室
対象者 七里地区在住者
募集人数 十名(随時募集)
申込み・問合せ先
七里地区社協
☎六八七一九九九七



車椅子の貸し出し
一時的に車椅子が必要とされる
方に介護用・自走用車椅子の貸し
出しを行っています。
ご利用になりたい方は、地区社
協にお問い合わせの上ご利用ください。



ふれあいウォーク

日時 四月七日(土)

九時～十五時

雨天の場合中止

集合 七里公民館玄関前
コース 七里公民館～光徳寺～
慶應義塾大学薬草園～
さざ山記念公園～
思い出の里

約八km 解説付き
持ち物 お弁当・水筒・敷物

**平成二十九年度
さいたま市社会福祉協議会**

特別賛助会員への加入

一口	一万円
十口	
一口	
（株）タムロン	
（株）高須自動車	
（株）七里ハウジング	
（株）マツザワ	
（有）水村商事	
埼玉東部ヤクルト販売（株）	
ウイズコーポレーション（株）	
（株）タムロン	
（株）高須自動車	
（株）七里ハウジング	
（株）マツザワ	
（有）水村商事	
埼玉東部ヤクルト販売（株）	
ウイズコーポレーション（株）	
（株）タムロン	
（株）高須自動車	
（株）七里ハウジング	
（株）マツザワ	

七里地区の皆様に、地区社協の活
動を理解していただきため、より良
い情報をより見やすくお届けしよう
と、広報紙『いなほ』を発行してい
ます。
ご意見・ご要望がありましたら、
当地区社協までお寄せください。

赤い羽根共同募金

親子フェスティバル 五八〇円
ふれあいコンサート 八、八九五円
歌声サロン① 六、七七三円
歌声サロン② 四、一一〇円
鈴木賢四郎様 四、四五五円

七里地区社協事務所
(敬寿園七里ホーム内)

七里地区社協事務所
TEL・FAX 六八七一九九九七
開設日時 月曜日～金曜日
午後一時～六時まで
(祝日及び年末年始は除く)

編集後記