

おげんきでですか！

第15号
2021.6

ゆるやかな
つなげが
心地いい
ここは天然の畑サロン

私のまちの地域支え合い情報紙

美里町生活支援体制整備協議会 / 美里町 社会福祉法人美里町社会福祉協議会

美里町のお宝を紹介します！

暮らしの中のさりげない見守り・助け合い・健康づくりや介護予防など世代を問わない活動はたくさんあります。

コロナ禍により地域行事や活動がなかなか思うように進まない一方で、以前と変わらず、ふだんのつながりや気に掛け合いを大切にしている方がたくさんいます。そのようなふだんの「ゆるやかなつながり」には、たくさんの効果があります。

例えば、誰かとつながると自分自身が元気になったり、明日への活力になったり、時には誰かの困り事の一助になることもあります。つながりは、目に見えませんが、コロナ禍の今だからこそ「ゆるやかなつながり」の効果が見えてきました。

地域を歩くと、感染予防をしながら、つながりを保つアイデアと工夫がたくさんありました。今回は、ふだんのつながりを大切にしている地域のみなさんを地域のお宝としてご紹介します。



ゆるやかな
つながりで
私と地域が
元気に！



その1

お店屋さんの“おはりこの会”

南郷地区のお店屋さんの一角で、毎月第二火曜日に手芸を通し、交流を深めている“おはりこの会”のみなさん。

約5年前から、遠田商工会女性部の有志が集まり、これまでたくさんの作品を作ってきました。「ここは、みんなのオアシスなの。いつもの日常から、ちょっとだけ解放される、くつろぎの時間。」と笑顔で話します。気兼ねなく集まれるこの場所で、これからもお互い気にかけてあいながら、末永く活動を続けていきたいそうです。

作る喜びを分かち合う仲間とのつながりが、日々の暮らしをより豊かにしてくれるようです。



(おはりこの会のみなさん)

今日の一針でハリのある毎日に！

**仲間と過ごす趣味時間
心のオアシスでパワーチャージ**

その2

住宅地の畑サロン

不動堂6区の団地内にある畑では、ご近所同士の安^{あん}保さんと佐々木さんが共同で野菜を作っています。二人が畑作業をしていると、一人二人とご近所さんが自然と集まってきます。それは、まるで地域のミニサロン！

「時間を決めなくても自然と人が集まる。こんな時だからこそ、こういったコミュニケーションが大切なんだ。」と佐々木さんは言います。

収穫した野菜はご近所さんにもおすそわけ。「ありがとう！おいしかった！」の一言が、お二人の原動力にもなっています。ふだんのつながりが、みなさん元気の源なんですね。



(畑のご近所さんたち)

畑から広がるコミュニケーション

決まりごとは無し
だから気兼ねなく集まれる

その3

つながりを保つ折り鶴

老人クラブ青生第一常盤会では、毎月定例会を行っていましたが、コロナ禍で実施が難しくなりました。顔を合わせる機会が減り、つながりが希薄になることを懸念した役員さん方。

「折り鶴を作るのはどうかな！」手先を動かすことで介護予防にもなり、おうち時間を有効に使えると考え、各会員が自宅で折り鶴を作成し、それぞれ持ち寄ることにしました。集まった折り鶴は、青生白寿館にきれいに飾りつけられ、コロナ禍の終息を願う松ヶ崎のシンボルとなっています。

集うことに敏感な今、役員さんのアイデアは、新しいつながり方のお手本ですね！



(青生第一常盤会のみなさん)

折り鶴で紡ぐつながり

つながるために
今だからこそできること

げんきだよ!

～私の秘けつをおすそわけ～

今回の
いきいき“元気人”



しおかわ よしかず
塩川 吉一さん
平針3区・91歳



入選した俳句は、
近所の民生委員さんが
短冊に清書してくれるので
記念に茶の間に飾ってあります!

～塩川さんのげんきの秘けつ～

- 一、俳句と音楽。(夢中になれるものを見つける)
- 一、毎日の習慣を大切にする。
- 一、新しいことに挑戦する気持ちと行動力。

Q. 俳句をはじめたキッカケは?

A. 約2年前、テレビで見た俳句の番組を機に、すっかり俳句に魅了されました。89歳で見つけた新しい趣味です。

Q. 毎日の日課は?

A. 俳句をつくることです。毎月、15作品ほどの俳句を専門雑誌に応募しています。初めて入選した時は嬉しかったよ～。「また入選したい!」という気持ちが、今の生きる原動力だね。

Q. 他にも秘けつはありますか?

A. 音楽が好きで、毎日ハーモニカを吹いたり、歌を唄ったりしています。息を吸ったり吐いたりするので、肺の運動にもなっていると実感しています。

Q. 今後の目標は?

A. 俳句の仲間を増やし、たくさん交流したいです。俳句仲間募集中です!

あなたの地域の「いきいき“元気人”」募集!

毎日をいきいき元気に過ごしている方から、その“秘けつ”をご紹介するコーナー『げんきだよ!～私の秘けつをおすそわけ～』(上記記載)へ、掲載させていただく「いきいき“元気人”」を募集しています。○○が得意!毎日○○している!などなど、ぜひ、あなたの元気の秘けつを教えてください!自薦他薦は問いません。ご協力いただける方は、美里町社会福祉協議会(☎32-2940)まで、ご連絡下さい。

私のまちの地域支え合い情報紙「おげんきですか。」

表紙の写真: 不動堂6区行政区の畑のご近所さん

発行日 令和3年6月1日
発行・編集 美里町生活支援体制整備協議会 【美里町・社会福祉法人美里町社会福祉協議会】
〒987-0038 宮城県遠田郡美里町駅東二丁目17-4 (美里町駅東地域交流センター内)
TEL: 0229-32-2940 FAX: 0229-32-5160 E-mail: misato@misato-wel.com