

名取市地域支え合い情報誌 第4号

# なとたん

～つながろう！チイキ～

令和4年1月15日発行



“なとたん”は

「名取を探求・探索しよう」という意味を込めてつけた名称です。  
支え合い活動に着目すると、地域の新たな魅力が見えてきます。  
地域の素晴らしい活動を詰めたパンフレット。ぜひご覧ください。

発行：社会福祉法人 名取市社会福祉協議会 (生活支援体制整備事業)



# なとたん!地域支え合いマップ vol.4



**第1層生活支援コーディネーター**は、地域にはどんなつながりや支え合い(地域のお宝)があるのか、日々、地域の皆さんに教えていただく活動をしています。

また、地域のお宝が果たす効果を地域の皆さんと発見し、それを多くの方々に伝えていく役割を担っています。

**第2層生活支援コーディネーター**は地域にある支え合いとそれを必要としている方をつなぐ役割を担っています。



**1** **第1層生活支援コーディネーター**  
**社会福祉法人 名取市社会福祉協議会**

所在地：〒981-1224 名取市増田五丁目13-35  
 電話：022-384-6669  
 F A X：022-384-6844

**2** **第2層生活支援コーディネーター**  
**名取東地域包括支援センター**

担当地区：増田・閉上・下増田  
 所在地：〒981-1223  
 名取市下余田字鹿島86-5  
 (特別養護老人ホームうらやす敷地内)  
 電話：022-784-0850  
 F A X：022-784-0851  
 受託法人：社会福祉法人 みずほ

**3** **第2層生活支援コーディネーター**  
**名取西地域包括支援センター**

担当地区：高館・ゆりが丘・みどり台  
 那智が丘・相互台  
 所在地：〒981-1241  
 名取市高館熊野堂字岩口下1-2  
 (介護老人保健施設なとり敷地内)  
 電話：022-386-7225  
 F A X：022-386-7226  
 受託法人：医療法人 仁泉会

**4** **第2層生活支援コーディネーター**  
**名取中部地域包括支援センター**

担当地区：増田西・愛島  
 所在地：〒981-1235  
 名取市大手町四丁目13-4  
 電話：022-796-1503  
 F A X：022-796-1504  
 受託法人：株式会社 バイタルケア

**5** **第2層生活支援コーディネーター**  
**名取南地域包括支援センター**

担当地区：名取が丘・館腰  
 所在地：〒981-1235  
 名取市名取が丘四丁目17-7  
 電話：022-399-7570  
 F A X：022-383-5915  
 受託法人：社会福祉法人 名取市社会福祉協議会



A

## ふれあいeカフェ

認知症について語らうふれあいの場としてのカフェです。



詳しくは4~5ページへ

B

## 一般社団法人プレーワーカーズ

遊びは子どもの生活そのもの。いつもそこにある遊び場「〇〇(まるまる)」で自由に遊びましょう。



詳しくは6~7ページへ

C

## ささき手芸店

地域の手芸店として長く愛されています。



詳しくは8~9ページへ

D

## たまごの学校

長く続けてきた趣味活動が、人の輪を広げています。



詳しくは10~11ページへ

E

## 晩筒・西町内会 通いの場

活動を始めて7年になる通いの場です。体操のほか、小物づくりなどを取り入れ、楽しく活動しています。



詳しくは12~13ページへ

F G H

## おらほの生活支援大集合

普段の暮らしの中での困りごとをお手伝いしている市内の3団体をご紹介します。

F. NPO法人  
那智が丘  
えにしの会



G. 萬屋



H. わだちの会



詳しくは14~15ページへ



# 認知症を学び、語ろうふれあいの場 ふれあいeカフェ (増田)



認知症を発症しても引き続き住み慣れた地で生活したい、との声に応じて認知症を学び語ろう「ふれあいの場・eカフェ」を開いています。名取東地域包括支援センターの職員さんの協力のもと、認知症予防になるゲームやレクリエーションをしたり、懐メロを歌ったりすることもあります。

名取市内、どこからでもどなたでも参加自由ですので、一緒にお茶しながら語らしましょう。

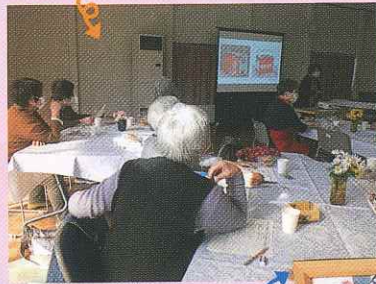


活動日時：毎月第1土曜日  
10:00~12:00

活動場所：田高町東集会所  
(名取市増田五丁目5-20)



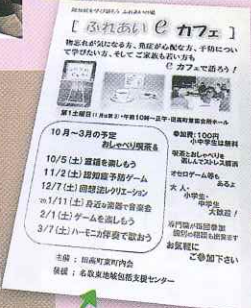
認知症予防ゲームの中でDVDを見ています。



参加者からの手作りお菓子の差し入れです。



懐メロに合わせて、踊りも楽しめます♪



会員さんが作った作品を飾っています。



「ありがとう」お世話係さんへの挨拶を忘れません。



お世話役の皆さん。

代表 八巻 健さん  
手作りのふれあいeカフェのチラシです。



ふれあいeカフェのみなさん



## 活動のpoint

- 皆さんの意見を聞いて、名取東地域包括支援センターの職員さんと一緒に半年分の活動内容を決めていきます。
- 参加費は、おひとり100円をいただきます。『支払う』『受け取る』ことで、よりカフェらしい雰囲気ができあがります。お茶を飲みながら語らい、ふれあうことで認知症予防にもつながります。



深めよう!



## 活動を深めるためのイ・ロ・ハ



お世話役さんに  
聞きました!

### 01 活動を始めるきっかけは?

高齢化が進み、認知症を抱える方が増加してきているので、認知症の方もそうでない方も、お子さんもみんなと一緒に過ごしていけるようにしたいと思った事がきっかけです。活動開始は平成30年12月、昨年12月に3周年を迎えました。

### 02 認知症予防ゲーム「回想法」の紹介をします

「回想法」とは、「昭和を振り返るゲーム」のことです。時系列に書かれた歴史的出来事をもとに、当時の自分の年齢と出来事（エピソード）を思い出しながら記入していくことを通じて、昔を振り返り、脳を活性化させていく効果があります。映像に合わせて、懐かしの歌を歌うこともあります。記憶をたどることで認知症予防になります。



年代	出来事	年齢	エピソード
昭和27年	東京オリンピック開催	10歳	東京オリンピックの観戦
昭和28年	東京オリンピック閉幕	11歳	東京オリンピックの閉幕
昭和29年	東京オリンピックの開催地	12歳	東京オリンピックの開催地
昭和30年	東京オリンピックの開催地	13歳	東京オリンピックの開催地
昭和31年	東京オリンピックの開催地	14歳	東京オリンピックの開催地
昭和32年	東京オリンピックの開催地	15歳	東京オリンピックの開催地
昭和33年	東京オリンピックの開催地	16歳	東京オリンピックの開催地
昭和34年	東京オリンピックの開催地	17歳	東京オリンピックの開催地
昭和35年	東京オリンピックの開催地	18歳	東京オリンピックの開催地
昭和36年	東京オリンピックの開催地	19歳	東京オリンピックの開催地
昭和37年	東京オリンピックの開催地	20歳	東京オリンピックの開催地
昭和38年	東京オリンピックの開催地	21歳	東京オリンピックの開催地
昭和39年	東京オリンピックの開催地	22歳	東京オリンピックの開催地
昭和40年	東京オリンピックの開催地	23歳	東京オリンピックの開催地
昭和41年	東京オリンピックの開催地	24歳	東京オリンピックの開催地
昭和42年	東京オリンピックの開催地	25歳	東京オリンピックの開催地
昭和43年	東京オリンピックの開催地	26歳	東京オリンピックの開催地
昭和44年	東京オリンピックの開催地	27歳	東京オリンピックの開催地
昭和45年	東京オリンピックの開催地	28歳	東京オリンピックの開催地
昭和46年	東京オリンピックの開催地	29歳	東京オリンピックの開催地
昭和47年	東京オリンピックの開催地	30歳	東京オリンピックの開催地
昭和48年	東京オリンピックの開催地	31歳	東京オリンピックの開催地
昭和49年	東京オリンピックの開催地	32歳	東京オリンピックの開催地
昭和50年	東京オリンピックの開催地	33歳	東京オリンピックの開催地
昭和51年	東京オリンピックの開催地	34歳	東京オリンピックの開催地
昭和52年	東京オリンピックの開催地	35歳	東京オリンピックの開催地
昭和53年	東京オリンピックの開催地	36歳	東京オリンピックの開催地
昭和54年	東京オリンピックの開催地	37歳	東京オリンピックの開催地
昭和55年	東京オリンピックの開催地	38歳	東京オリンピックの開催地
昭和56年	東京オリンピックの開催地	39歳	東京オリンピックの開催地
昭和57年	東京オリンピックの開催地	40歳	東京オリンピックの開催地
昭和58年	東京オリンピックの開催地	41歳	東京オリンピックの開催地
昭和59年	東京オリンピックの開催地	42歳	東京オリンピックの開催地
昭和60年	東京オリンピックの開催地	43歳	東京オリンピックの開催地
昭和61年	東京オリンピックの開催地	44歳	東京オリンピックの開催地
昭和62年	東京オリンピックの開催地	45歳	東京オリンピックの開催地
昭和63年	東京オリンピックの開催地	46歳	東京オリンピックの開催地
昭和64年	東京オリンピックの開催地	47歳	東京オリンピックの開催地
昭和65年	東京オリンピックの開催地	48歳	東京オリンピックの開催地
昭和66年	東京オリンピックの開催地	49歳	東京オリンピックの開催地
昭和67年	東京オリンピックの開催地	50歳	東京オリンピックの開催地
昭和68年	東京オリンピックの開催地	51歳	東京オリンピックの開催地
昭和69年	東京オリンピックの開催地	52歳	東京オリンピックの開催地
昭和70年	東京オリンピックの開催地	53歳	東京オリンピックの開催地
昭和71年	東京オリンピックの開催地	54歳	東京オリンピックの開催地
昭和72年	東京オリンピックの開催地	55歳	東京オリンピックの開催地
昭和73年	東京オリンピックの開催地	56歳	東京オリンピックの開催地
昭和74年	東京オリンピックの開催地	57歳	東京オリンピックの開催地
昭和75年	東京オリンピックの開催地	58歳	東京オリンピックの開催地
昭和76年	東京オリンピックの開催地	59歳	東京オリンピックの開催地
昭和77年	東京オリンピックの開催地	60歳	東京オリンピックの開催地
昭和78年	東京オリンピックの開催地	61歳	東京オリンピックの開催地
昭和79年	東京オリンピックの開催地	62歳	東京オリンピックの開催地
昭和80年	東京オリンピックの開催地	63歳	東京オリンピックの開催地
昭和81年	東京オリンピックの開催地	64歳	東京オリンピックの開催地
昭和82年	東京オリンピックの開催地	65歳	東京オリンピックの開催地
昭和83年	東京オリンピックの開催地	66歳	東京オリンピックの開催地
昭和84年	東京オリンピックの開催地	67歳	東京オリンピックの開催地
昭和85年	東京オリンピックの開催地	68歳	東京オリンピックの開催地
昭和86年	東京オリンピックの開催地	69歳	東京オリンピックの開催地
昭和87年	東京オリンピックの開催地	70歳	東京オリンピックの開催地
昭和88年	東京オリンピックの開催地	71歳	東京オリンピックの開催地
昭和89年	東京オリンピックの開催地	72歳	東京オリンピックの開催地
昭和90年	東京オリンピックの開催地	73歳	東京オリンピックの開催地
昭和91年	東京オリンピックの開催地	74歳	東京オリンピックの開催地
昭和92年	東京オリンピックの開催地	75歳	東京オリンピックの開催地
昭和93年	東京オリンピックの開催地	76歳	東京オリンピックの開催地
昭和94年	東京オリンピックの開催地	77歳	東京オリンピックの開催地
昭和95年	東京オリンピックの開催地	78歳	東京オリンピックの開催地
昭和96年	東京オリンピックの開催地	79歳	東京オリンピックの開催地
昭和97年	東京オリンピックの開催地	80歳	東京オリンピックの開催地
昭和98年	東京オリンピックの開催地	81歳	東京オリンピックの開催地
昭和99年	東京オリンピックの開催地	82歳	東京オリンピックの開催地
平成元年	東京オリンピックの開催地	83歳	東京オリンピックの開催地
平成2年	東京オリンピックの開催地	84歳	東京オリンピックの開催地
平成3年	東京オリンピックの開催地	85歳	東京オリンピックの開催地
平成4年	東京オリンピックの開催地	86歳	東京オリンピックの開催地
平成5年	東京オリンピックの開催地	87歳	東京オリンピックの開催地
平成6年	東京オリンピックの開催地	88歳	東京オリンピックの開催地
平成7年	東京オリンピックの開催地	89歳	東京オリンピックの開催地
平成8年	東京オリンピックの開催地	90歳	東京オリンピックの開催地
平成9年	東京オリンピックの開催地	91歳	東京オリンピックの開催地
平成10年	東京オリンピックの開催地	92歳	東京オリンピックの開催地
平成11年	東京オリンピックの開催地	93歳	東京オリンピックの開催地
平成12年	東京オリンピックの開催地	94歳	東京オリンピックの開催地
平成13年	東京オリンピックの開催地	95歳	東京オリンピックの開催地
平成14年	東京オリンピックの開催地	96歳	東京オリンピックの開催地
平成15年	東京オリンピックの開催地	97歳	東京オリンピックの開催地
平成16年	東京オリンピックの開催地	98歳	東京オリンピックの開催地
平成17年	東京オリンピックの開催地	99歳	東京オリンピックの開催地
平成18年	東京オリンピックの開催地	100歳	東京オリンピックの開催地

### 03 活動で使用する物品等の購入先や金額は?

備品等の購入はしていません。全て、寄付していただいたものです。この活動を知った町内会の方々や知り合いが持ってきてくれます。カフェで使用しているコーヒーカップも、テーブルに飾る花も、持ち寄ったもので賄っています。コーヒーやお茶、お菓子などは、市内のスーパー等から購入しています。



### 04 新型コロナウイルス対策の工夫は?

現在、新型コロナウイルス感染症は落ち着きを見せていますが（取材日：令和3年11月6日）、基本的な感染対策は怠りません。入店の際、マスク着用・検温・手洗い・手指アルコール消毒・換気・適度な距離を確保することとしています。



まだまだ油断はできませんからね。カフェを開店するためには、感染対策は必要です。

#### 代表の八巻 健さん からひとこと



認知症カフェに参加した家族が、早期受診の大切さについて知り、同居の方が早期に病院や関係機関とつながったケースがあります。名取東地域包括支援センターの職員さんが参加していますので個別に相談もできます。



みんなが集まる楽しい遊び場!

# 一般社団法人 プレーワーカーズ (下増田)



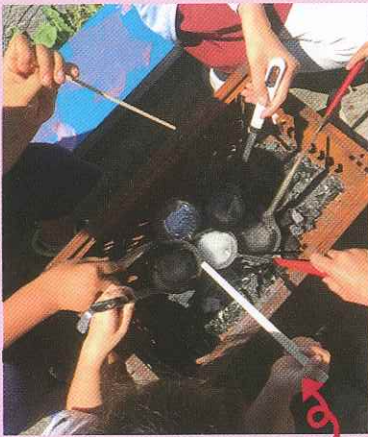
プレーワーカーズでは、2019年から下増田にある一軒家をお借りして子どもの遊び場・くつろぎ場を作りました。年齢、学区、地域に関係なく、どなたでもご利用になれます。最近では、近所の小学生や幼児連れの親子、おじいちゃんやおばあちゃんが遊びに来てれています。決まったプログラムは無いので、みんなで自由に遊びましょう!



活動日時：平日・休日

10:00~17:00

お休みは不定期です



おたまでべっ甲飴作りをしています。子供たちに一番人気のある遊びです。



小学生がインパクトドライバーを使ってベンチを作りました。



プラバンを作って遊んでいます。



遊具に色塗りをしている様子です。青とピンクを混ぜたら何色になるかな?と実験をしながら色塗りをしています。



プレーワーカーズのみなさん



私は子どもの頃の遊び自慢では負けたことがありません。四季折々、毎日が遊びの宝庫でした。特に休日の朝は、その日一日が楽しみで寝ていられませんでした。今ではすっかり環境が変わり、子どもが遊べない世の中です。返してあげたいなあ、子どもにしかできない子どもの遊び。

## 市民に向けたPR

- 「夕方子どもの騒ぐ声が賑やかだと次の日雨が降る」そんな話を聞いたことはありませんか?みなさんの周りでは子どもの声が聞こえてきますでしょうか?私たちは子どもの声がいつもどこからか聞こえてくるような町を作るために子どもの遊び場づくりをしています。私たちの合言葉は「子どもが遊び育つ社会を目指して」です。



深めよう!



## 活動を深めるためのイ・ロ・ハ



お世話役さんに  
聞きました!

### 01 活動を始めるときっかけは?

東日本大震災後、被災した子どもの心と体を応援するための遊び場づくりと、遊び道具満載の自動車「プレーカー」で遊び場の出前をしたことが始まりです。宮城県を中心に延べ2000回以上活動してきました。遊び場の出前は喜んでもらえましたが、どうしてもイベント化しがちでした。しかし遊びは子どもの生活そのものですので、いつもそこにある遊び場「〇(まるまる)」をつくりました。

この看板が出ていたら、遊び場はお休みしています。



### 02 子どもたちの遊びについて

子どもの遊びには水、木、土、火、人が基本セットとなっています。

「水」は、水遊びです。川や湖や海もこの仲間に入ります。

「木」は、木登りですが、シートを張れば雨よけ、日よけにもなりますし、ロープがあれば遊具が作れます。

「土」は、地面に穴が掘れます。水と混ぜれば泥んこや畑も作れます。粘土や砂もこの仲間です。

「火」は、料理ができます。その前にまずは火おこしが楽しいです。冬には暖かくて離れられません。

そして、「人」がいなければ始まりません。仲の良い友達はもちろん、いろんな人がいるほど楽しむことができます。

### 03 新型コロナウイルス感染対策の工夫は?

屋内に入る時には、検温と手指の消毒、マスクの着用と入室名簿への記入をお願いしています。

### 04 プレーカーズの目標!

宮城県内に114か所の「プレーパーク」を作ることです。各市町の面積と子どもの密度を鑑みて算出した数となっています。

名取市には5か所必要となっていますが、現在残念ながら2か所です。

どんどん増やしていきたいと思っています!

#### ※プレーカーズについて

詳しくは、

一般社団法人プレーカーズ

をご検索ください!



インスタも更新  
していますので  
是非ご覧ください!

プレーカーズ  
廣川 紘子さん





ものづくりの楽しみを広げます!!

## ささき手芸店による 手芸教室 (増田西)



名取市小山にある「ささき手芸店」で手芸好きな方を対象に教室を開いています。店主の佐々木さんが先生となり、刺繍や編み物、クロスステッチ、つるし雛等様々な作品を教えます。参加者の年齢は50代から80代まで幅広く、和やかな雰囲気の中作品づくりが行われています。教室後にはお茶飲み会が行われ、「作って終わりではなく、みんなと話せる時間が楽しいのよね」と参加者の憩いの場となっています。

クロスステッチやつるし雛の教室は別の日に実施しています。

活動日時：

◆編み物教室

第1・2・3火曜日 9:30～11:30

◆刺繍教室

第1・2・3木曜日 9:30～11:30

活動場所：ささき手芸店

(名取市小山二丁目7-24)



教室は店内で開催しています。少人数でアットホームな雰囲気です。コロナウィルス感染症が流行する以前は生徒有志で一泊二日の温泉旅行や忘年会、新年会も行っていました。



教室で作った作品は店内で販売しています。



5月と10月には、名取駅の東西自由通路での展示会も行っています！

ここに来て、おしゃべりすると気持ち若返るのよ～!



(令和元年12月6日撮影)

作品が出来上がったときの達成感がたまりません♡



代表 佐々木 ミエ子さん

この教室で初めて編み棒を握った方もいらっしゃいます。1年かけてゆっくりとセーターを編んでいらっしゃいます。手指を動かすことは、脳の健康にも良い効果があります。

興味のある方は是非お問い合わせください。



### 活動のpoint

- 「手芸」という趣味活動が、仲間づくりや外出の機会につながっています。
- 手芸教室終了後のお茶のみの場や温泉旅行などのイベントがメンバー同士の親睦や貴重な情報交換の機会となっています。



深めよう!



# 活動を深めるためのイ・ロ・ハ



お世話役さんに  
聞きました!

## 01 活動を始めるきっかけは?

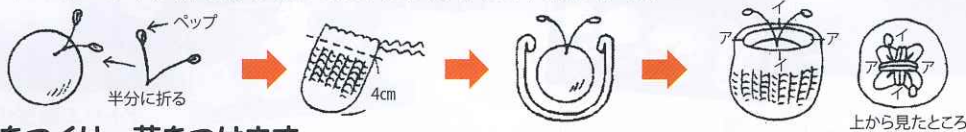
手芸関係のお店に勤めながら、文化刺繍やアメリカンフラワー、編み物などの1級の資格を取得し、40年前に独立開店しました。同じ頃に資格を活かして店内で教室を始めました。口コミで評判が広がり、常に4～8名程度の生徒さんが在籍しています。名取市内に限らず、仙台や岩沼などから通って来ている方もいらっしゃいます。

## 02 サロン活動などで簡単にできる小物の作り方 しあわせのミニミニチューリップの作り方



### 1. 花をつくります

- ① スチロールボール(2cm)の穴にペップを半分に折ったものを差し込んでおきます。
- ② 花用の手袋の指を4cmの長さになるまでほどきます。ほどいた糸は切り取り、よく伸ばしてとっておきます。
- ③ 内側へ約5mm折込、中へ先ほどのスチロールボールをペップを上にして入れます。
- ④ ア・ア・イ・イ・の4か所を切り取っておいた糸でそれぞれ縫います。



### 2. 茎と葉をつくり、花をつけます。

- ① 葉用の手袋(緑)の指を根元から切り落とします。甲の部分から糸をほどきます。ほどいた糸をつまようじにボンドをつけて巻いていきます。その時、上下1cmを巻かずに残しておきます。
- ② 出来た茎に緑の指をボンドでつけて巻き付けます。その上にほどいた糸を使い巻いて結びます。葉のついた茎は5本出来てます。出来た茎の上に1で作成した花を差し込みます。



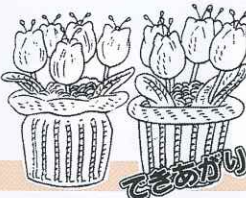
### 3. 植木鉢をつくります

- ① スチロールボール(6cm)を合わせ目のラインに沿ってカッターナイフ等で半分に切ります。
- ② 紙コップを下から5cmの高さにカットします。
- ③ 先ほどカットしたスチロールボールのカット面を上にして入れます。この時花を挿す位置を5か所決めて、つまようじの先などで穴を開けておきます。
- ④ 残り2色のカラー手袋の斜線の部分をカットし、ゴムの入った部分を下にしてコップにかぶせます。
- ⑤ 端をくるくると巻き込み、戻らないようにボンドで貼り付けます。この時、コップの上下もボンドでとめます。



### 4. チューリップを植えます

- ① 開けておいた穴にボンドをつけて花を差し込みます。残った緑のほどいた糸を根元に敷き詰めるとできあがりです。



#### おおよその材料費

スチロールボール(小)70円 (大)150円  
ペップ(1束)200円 カラー手袋(1組)800円  
詳しくは、ささき手芸店(連絡先  
022-384-0764)にご相談ください。

## 03 新型コロナウイルス感染対策の工夫は?

マスクの着用、手指消毒液やウェットティッシュの設置をしています。少人数での活動ということもあり、おしゃべりやお茶飲みは控えながら、コロナ禍でも教室は開催していました。



# たまごの殻が宝物に!! たまごの学校 (愛島)



たまごの学校は、「えっくおじさん」と菊地克三さんが、13年前に自宅の隣に構えた小さなアトリエから始まりました。アトリエに遊びに来ていた小学生から、地域へと口コミで活動が広まり、今では全国からワークショップの依頼が来ています。子どもの頃に始めた趣味をきっかけに多くの繋がりが生まれています。

活動日時：依頼があれば

活動場所：要相談



高館公民館主催「高館もの作り教室」の様子です。初めての作成でも、このように愛らしい作品が生まれました。



アトリエ教室の様子



工場の玄関です。



工房では、たくさんのえっくクラフトたちが、出迎えてくれます。



何気なく捨ててしまうたまごの殻ですが、工夫して再利用すると、可愛い作品が出来上がり、それが宝物になります。

そのようなワクワク感をみなさんにも体験していただきたいです。

代表 菊地 克三さん

## 活動のpoint

- 趣味活動を活かして、地域との繋がりを作っています。
- ワークショップでは、自らの経験をもとに、継続することや、夢を持ち続けることの大切さを、子どもたちに伝えています。



深めよう!



## 活動を深めるためのイ・ロ・ハ



お世話役さんに  
聞きました!

### 01 活動を始めるきっかけは?

58歳で退職後、長年の夢であった「えっぐ工房『殻』」を建てました。近所の小学校の子どもたちが遊びに来るようになり、活動が知られるようになりました。広報などりの表紙で紹介していただいたことがきっかけで、テレビや新聞の取材を受けるようになり、全国からワークショップの依頼が来るようになりました。

名取市マナビ講師派遣事業にも登録しており、PTAや子ども会などで「たまごの学校」の授業を数多く行っています。

### 02 サロンで簡単に出来るエッグクラフトの作り方

- (1) たまごの中身を抜きます。  
たまごに鉛筆で丸を書いて、カッターで少しずつ切り込みを入れていきます。一周したら、切り抜かれた箇所を優しく外して、中身を器に取り出します。
- (2) たまごの殻を乾燥させます。  
カビが発生しないように、水洗いをして十分に乾かしてください。
- (3) 中に綿や紙粘土を入れて割れないように補強します。
- (4) 段ボールや庭に落ちている木を切ったもので土台を作って貼ります。
- (5) 絵を描く際には、重ね塗りが出来るアクリル性の絵の具を使用します。



菊地さんも登録  
しています。

### 03 新型コロナウイルス 対策の工夫は?

コロナ禍で様々な行事が中止されてしまったことをきっかけに、「お家でワークショップ」を開設しました。材料と手順書を発送して作成してもらいます。ご希望があれば、作品をホームページで紹介させていただきます。

また、Zoomを利用してリモート講座の実施を企画中です。

詳しくはたまごの学校のホームページ  
[<http://www.egg-craft.net/>]  
をご検索ください!



たまごの学校QRコード

### 名取市マナビ講師派遣事業とは?

市民の皆さんが企画・主催する催し物や学習会などに、講師に登録している市民「マナビ宅配便・市民講師」や、市職員「出前講座」が学習の手伝いを行う事業です。「マナビ宅配便・市民講師」は、様々な分野において豊富な経験や資格をお持ちの市民が講師となり、学びたいと思っている皆さんの生涯学習活動のお手伝いをします。詳しくは

名取市 生涯学習課



をご検索ください!



とにかく笑顔が自慢です! //

# 晩筒・西町内会

(名取が丘)



名取が丘西集会所では、毎週木曜日に通いの場を開いており体操やゲームのほか、小物づくりなど様々な活動を行っています。活動を楽しみにしている方が多く、週に1回みんなと顔を合わせることができる貴重な時間となっています。参加者からは、「こういう場に行くことが大事なのよ」という声があり、活動が楽しみの一つとなっているようです。

活動日時：毎週木曜日  
13:30~15:00  
活動場所：名取が丘西集会所  
(名取市名取が丘六丁目11-2)



なとりん体操でウォーミングアップ!



この日は「フクロウの押絵」をみんなで作りました。みんな集中して取り組んでいます。



花瓶ホルダーや、ほやランプなども作っています!



イスを使って体のストレッチ!



帰り道も仲良く一緒に!



今年で7年目に突入しました。これからも変わらず笑いの絶えない活動にしていきたいと思ひます。みんなで活動を盛り上げていきましょう!



## 活動のpoint

- みんなが楽しめるように、ゲームの内容などを、ひと工夫加えたりしているのでいつの間にかオリジナルのゲームが完成したりしています。
- 体操を中心に活動していますが、小物づくりなども行うなど活動の種類を増やすようにしています。
- 週に1回顔を合わせることで見守りや情報交換の良い機会になっています。



深めよう!



## 活動を深めるためのイ・ロ・ハ



お世話役さんに  
聞きました!

### 01 活動を始めるきっかけは?



町内会で通いの場を立ち上げないか、との声があり平成27年に2つの町内会の会長が、介護予防を目的に立ち上げることにしました。今では欠かすことの出来ない活動の一つとなっています。

### 02 みんなにおすすめしたい体操は?

なとりん体操、忍にん体操、ロコモ体操などの様々な体操や、ゲームに取り組んでいます。特に「忍にん体操」はみんなから好評を得ている体操です。みなさんも是非挑戦してみてください。

※忍にん体操に関するお問合せ先

三重県伊賀市の公式ホームページをご覧ください。

体操動画紹介します。参考に見て下さい。

ロコモ  
体操



なとりん  
体操



忍にん  
体操



### 03 小物づくりをするときは、 どのように決めているの?

アイデアが浮かんだとき、まずは自分で作ってみて完成したものをみんなに紹介します。その中で「作ってみたい!」という声があれば必要な材料を調達して、当日材料費(100円~200円程度)をみんなから集金しています。

### 04 新型コロナウイルス 対策の工夫は?



入口での検温、手指の消毒を行い、活動中は随時換気をしています。

活動終了後は、使用したテーブルなどの消毒を行っています。



### ※通いの場立ち上げ 支援事業について

住民主体の「通いの場」とは、介護予防と地域づくりを目的に、住民主体の運営で、週一回以上、ご当地体操「おらほのなとりん体操~いきいきぴんぴんでいるために~」を中心とした介護予防活動に取り組んでいる団体をいいます。団体を立ち上げるときに、市や地域包括支援センターに協力してもらうことができます。

詳しくは、

名取市 通いの場立ち上げ支援事業 🔍

をご検索ください!







## 日常生活のちょっとしたお手伝い!

# よろずや 萬屋



活動日時：依頼に応じて  
活動場所：依頼に応じて



気軽にお願いできるので  
とても助かってます。

何気ない日常生活の困りごとのお手伝いをします。  
買い物代行や病院の診察券出し、電球の交換、ゴミ集積所にゴミ出しもします。最近、スマホやタブレットの使い方を教えてほしいという高齢の方々からの依頼が増えています。



一緒にチラシを見て、購入するものを決めます。  
メモは忘れません。



メモを確認しながら商品を選んでいきます。

サイズも確認して!

社会貢献活動として始めたのがきっかけです。困っている方がもっと気軽に利用できる活動をしたいと思い、ドリームゲートの協力のもと始めました。利用料金設定は、地域の方々に決めてもらいました。おかげさまで、ご利用くださる方が増えています。 萬屋 中田雄貴さん



プリカに現金をチャージします。  
ポイントゲット!!



もちろん、エコバッグを使います。  
とても便利!



## 買い物付き添い支援 わだちの会



活動日時：毎月第2・第4月曜日

活動場所：ご自宅⇒イオンスーパーセンター鉤取店⇒ご自宅



ゆりが丘やみどり台にお住まいの方を対象に、買い物支援をしています。近隣にスーパーはなく、地域外へ出て買いものをしなければなりません。移動支援をしながら、地域の住民さんとのコミュニケーションを深めます。



この日は、名取西地域包括支援センターの職員さんも一緒におしゃべり! 皆さんからは、「やっぱり自分の目で見て買えるのは嬉しい!」「免許証を返納するまでは毎日来ていたスーパー!」「家電を購入する時も相談に乗ってくれて安心でした」との声が聞かれました。



買い物を終えておしゃべりの時間。



たくさんある新鮮野菜を見て選びます。

安全で使いやすいファンヒーターを購入するため相談中!

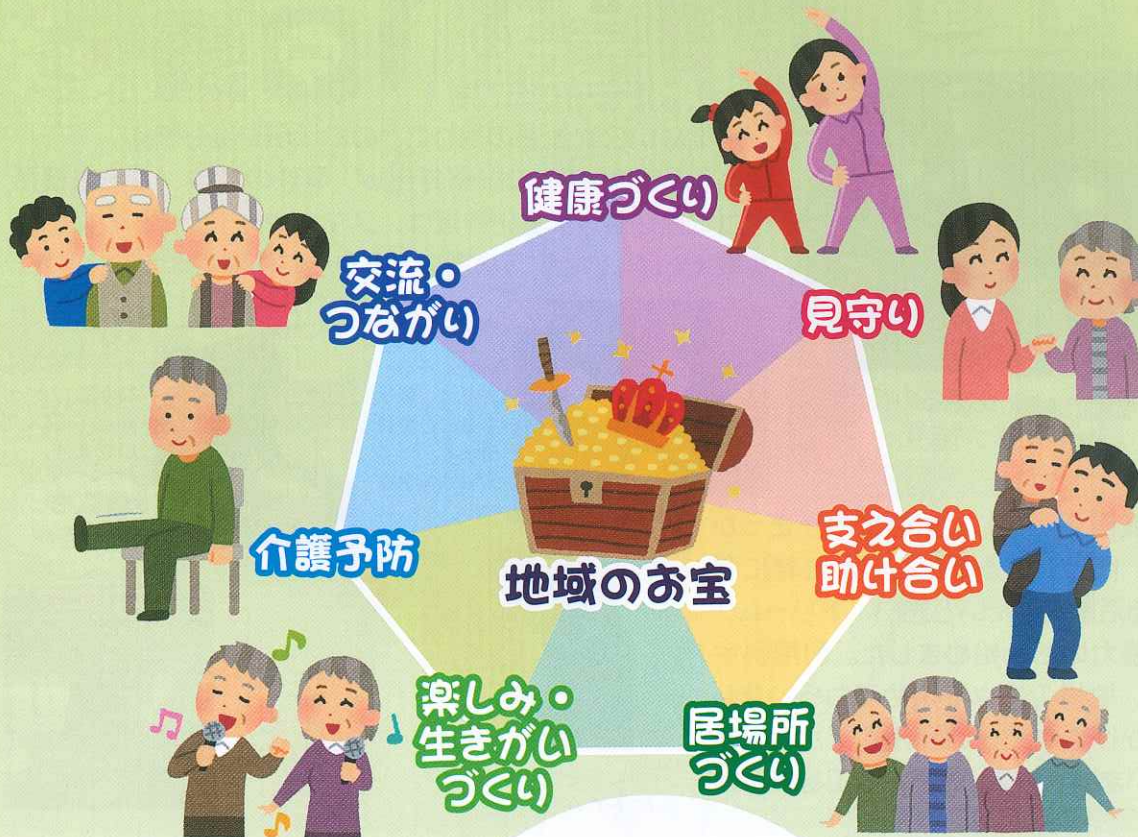


いつものお店での買い物は安心できます。





# あなたの暮らしの中には どんな支え合いの活動(地域のお宝)がありますか？



地域には様々な支え合いの活動(地域のお宝)があります。そこには地域の魅力がたくさん詰まっています。支え合いの活動の輪を広げ、いつまでも暮らし続けたいと思える魅力あふれる地域づくりをすすめてみませんか？

みなさんの地域の活動をぜひ教えてください。

みんなで名取の支え合いを**探求・探索**していきましょう!!



? 支え合いの活動についてもっと知りたい!! → **知る**

みんなの活動を見てみたい!! → **見る**

地域で支え合いの活動を始めてみたい!! → **やる**

○○○○の知識(活動)を深めてみたい!! → **深める**

発行元・問い合わせ先

社会福祉法人 名取市社会福祉協議会

〒981-1224 名取市増田五丁目13-35

TEL:022-384-6669 FAX:022-384-6844

『なとたん第1号~第3号』はホームページをご覧ください。

そんな時は、  
お気軽に  
こちらまで★



名取市社協

検索