

# なせ社協



～みんなが住みよい町づくり～

発行 名瀬地区社会福祉協議会  
会長 荒木三和子

## 第2回 名瀬オープングラウンドゴルフ

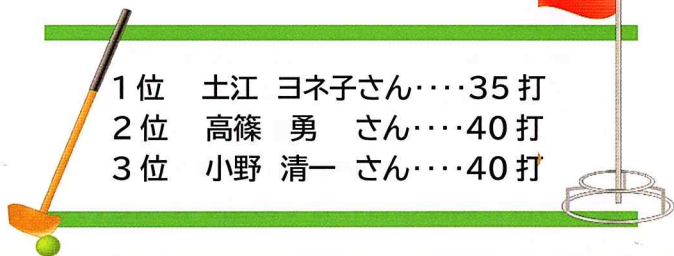
2月11日、快晴のなか名瀬中学校グラウンドにて開催致しました。昨年に続き2回目の個人戦ですので参加者皆さんのこの大会への意気込みが競技前からひと感じられました。各町内会・自治会から30数名が参加して下さいました。普段は同伴にならない他地域のメンバーと最初は緊張気味にプレーしてましたが、徐々に和気あいあいとコミュニケーションしながらの楽しい競技になったようです。



上位3位までが前評判の良かった第四町内会の方が揃いました。優勝の土江さんは打数もさることながらホールインワンを唯一2

回出された素晴らしい成績でした。

尚、準備・運営にあたり地区社協、スポーツ推進委員、青少年指導員の各委員、また会場を御提供頂いた名瀬中学校様、皆様誠にありがとうございました。



1位 土江 ヨネ子さん…35打  
2位 高篠 勇 さん…40打  
3位 小野 清一 さん…40打

## 育児講座

名瀬地区社協主催の育児講座を2月27日(木)午前、第二町内会館において開催しました。今年度は東戸塚/名瀬地区センターでご活躍されている「おはなしボランティアことのは」さん3名による親子で一緒に遊べる歌絵本の読み聞かせ・手遊び歌・わらべ歌等で楽しみました。

絵本「たまごのあかちゃん」から始まり、「手袋シアター」、「ふみきりくん」、「ばすにのって」、「ちびすけどっこい」、「たかい山ひくい山」とプログラムが進み、子どもたちもお話の中に入ってこたえていました。「ばすにのって」では、子どもたちもママの膝の上と一緒に「ゴーゴー」と元気な掛け声が。「ちびすけどっこい」では、ママさんたちが子どもを持ち上げながらのスクワットは少しきつかったけど良い運動になりました。



最後は、紙芝居、子どもたちとのハイタッチで締めくくられ、あっという間の一時間、親子でとても楽しい時間を過ごすことができました。



## 民生・児童委員 永年勤続等の表彰

11月17日(日)、関内ホールにて、横浜市社会福祉大会が開催され横浜市社会福祉・保健医療功労者市長表彰(20年以上勤続者)及び横浜市社会福祉協議会会長表彰(会員20年以上)で、民生・児童委員永年勤続者として

- 関口真里子氏(市営住宅B)
- 藤脇 秀樹氏(1-1)
- 神田比砂子氏(1-3)
- 荒木三和子氏(2-5)

の4名が表彰されました。

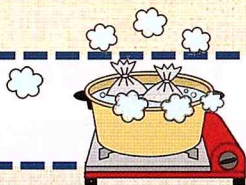
本年2月には永年勤続として、全国民生委員児童委員連合会会長表彰がお二人に授与されました。

- 杉山 喜弘氏(2-3)
- 藤原 紀子氏(5)

また昨年12月の横浜市更生保護大会において、更生保護活動に尽力した功績に対し、横浜市更生保護女性連盟会長表彰が

橋部 千枝氏(ネオポリス)に贈呈されました。





## 第31回 いきいき健康セミナー

### 災害時の栄養について学ぼう！

3月4日(火)午後、名瀬地域ケアプラザにて「災害時の栄養について学ぼう」をテーマにセミナーが開催されました。(参加者12名)

お招きした講師は、昨年に続き山手台クリニックで管理栄養士としてご活躍されております機能強化型認定栄養ケア・ステーション横浜南部所属の佐々木様と熊谷様のお二人です。

本日のセミナーの話の流れは、次の3点。

- ① 日本の災害時の食事はどうなる？②災害時の食事環境を整えよう！③災害の時の簡単レシピを知っておこう！

実際に調理をしながら分かりやすく丁寧に説明していただきました。

災害発生時、ライフライン(電気・ガス・水道)が途絶えた時に、日ごろから備えているカセット式ガスコンロや水・食材を使い、一つの鍋で沸かしたお湯の中で、**ツナと塩昆布の炊き込みご飯・ポトフ・ゆで卵**を同時に湯煎する調理方法

を教わりました。鍋にお湯を沸かし、料理毎に準備した食材を各ラップ袋に入れ、料理毎に合わせた時間湯煎して、器に出して完成です。



食材をしっかりしたビニール袋に入れて湯煎します

湯煎している間、皆でスナック菓子「じゃがりこ」にお湯を入れてゆっくりとペースト状になるまで混ぜ合わせ、簡単ポテトサラダ作りも体験しました。

参加者全員調理した各料理を少しずつ試食し、大変おいしくいただきました。日頃から実践しておく、いざ災害発生時に焦らず落ち着いて調理ができますね。

災害時に備えた水や保存食の備蓄だけではなく、日ごろから食品や加工品も使った分だけ買い足す「ローリングストック」も、栄養バランスを考えておくことが重要です。災害時にも健康を保つために役立つ内容を調理と合わせてお話いただき、大変有意義なセミナーでした。

協力：名瀬地域ケアプラザ

### 名瀬地区ハートプラン



### 名瀬地区の買い物移動支援

名瀬地区ハートプラン推進委員会の主催で、令和元年、山坂の多い第一町内会と、たかの台の高齢者を対象に始めました。当初は、希望者数名を太陽の國



扇園公園(第一町内会) 毎週水曜日 10時～



名瀬第二公園(たかの台) 毎週水曜日 11時～

やケアプラザの送迎車を利用してマルエツに送迎していました。毎回ボランティアの方も付き添い、欲しいものを買う事ができ、車中での会話にも花も咲いて、大変好評でした。しかし、コロナ禍が始まり、それも中断となってしまいました。

令和4年になり、少しコロナも落ち着き始め、地域で買い物に不自由されている方のためになんとか再開できないかと、名瀬地区ハートプラン買物支援検討部会で検討をした結果、スーパーの移動販売車にきてもらってはどうかという案が浮上。

場所は？実際のニーズは？現場で誰がお世話をするか？どこのスーパーにお願いするのか？などなど、幾つもの関門がありましたが、地域の皆様、ケアプラザ、区役所、区社協のご協力でなんとか開催にこぎつけました。

現在、毎週水曜日 10時から第一町内会の扇園公園、11時からたかの台名瀬第二公園に移動スーパーの軽トラが鳴らす音楽を合図に地域の方がお買い物や久しぶりに会えた人との交流を楽しむ場となっています。

公園の利用許可申請を半年に一回、土木事務所に提出したり、公園の鍵を開けたり、皆様が安全に安心して買い物ができるようにお手伝いをしてくださる地域の自治会・町内会ボランティアの皆様本当にありがとうございます。