

みんなのて 通信 vol.19



(多世代交流ひろば みんなのて) — R3・3発行 —

E-Mail somebodyshands@gmail.com (みんなのて 事務局)

HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/> (みんなのて)

【 サロンの役割について 】

皆さんが集まるサロンは、高齢になっても住み慣れた地域で健康に暮らすためには欠かせない「居場所」です。

実際に、地域の活動やサロンに参加する人は、運動習慣があってもサロンに参加しない人に比べてフレイル（虚弱）状態になりにくいという研究報告もあります。

しかし、サロンの役割は、体操やレクリエーション等で介護予防になる、ということだけではありません。人と会って会話をするだけでも、孤立を防ぎ、見守りにつながります。サロンは人とつながる絶好の場なのです。

現在は新型コロナウイルス感染症のため、このようなサロン活動ができない状況が続いています。市内では、これまで元気にサロンへ通っていた人が、要介護の状態になってしまったという例もあります。

皆さんは、家族以外の人と話せていますか？

外に出ることがおっくうになっていませんか？

感染症予防には十分気を付けていただいたうえで、たまには外で地域の人と話してみましょ。気持ちが明るくなりますよ。



鶴巻地区は、地域で集まることができる拠点がたくさんあり、多くの人がそこに関わっています。このような状況にあるからこそ、改めてその大切さに気付いた方も多いのではないのでしょうか。

「行けば誰かに会える」ということはとても貴重です。このような「居場所」をぜひ大切にしていきたいと思えます。

もう一つ、サロンには大切な役割があります。鶴巻地区では、サロンは高齢者だけではなく、あらゆる年代の方にも開かれています。このような世代を超えた居場所を作ることは、地域を作ることにつながります。ほっとワーク、みんなのて、嬉楽にはそれぞれのコンセプトがあり、そこには鶴巻に住む皆さんが、自分たちの地域はどうあってほしいかという、地域に対する思いが込められています。

「居場所づくりは地域づくり」です。住んでよかったと思えるまちづくりを市もお手伝いさせていただきます。

一日も早く、皆さんがまた笑顔で集まれる日が戻ることを願っています。

(秦野市役所福祉部高齢介護課 木下 綾子)



クラシック・ライブ！

4月22日(木)の午前10時より、鶴巻公民館の多目的ホールにて、「クラシック・ライブ」を開きます。

プロのピアニストとヴァイオリニストの方々に来ていただいて、耳で聴くというより、体全体で音を楽しむ、そんなコンサート。幼児から高齢者まで、かしこまらずにみんなが楽しめる内容となっています。

参加費は無料で、先着50名様まで。

受付は**完全予約制**で、**予約なしでの当日参加はできません**。

普段からサロンをご利用されている、みんなの会の会員証をお持ちのみなさまには3月中から優先的に受付を開始し、その他一般の非会員のみなさまは4月1日よりの受付とさせていただきます。

予約のお申し込みは0463(45)0534まで、お電話にてお願いします。



(予告) 6月にバザーを開催します

新型コロナによるイベント中止が相次いだ今年度。

地域のお祭りをはじめ、楽しみにしていたイベントも軒並み中止となりました。みんなの会では、昨年まで定期開催していたバザーを、6月に再開する予定で計画しています。三密を避けて、緊急事態宣言中も開いていた「ちっちゃなて」のサロン運営に準ずる形で、制限付きながらも楽しみたい！という部分において果敢に挑戦していきます(笑)

今回のバザーは密を避けるために取扱品目も制限させていただいて、主に子ども服の古着とハンドメイド雑貨を中心としたものとし、一度に入場できる人数も5組または8名まで、とする予定です。

お家の中に提供品となりそうなものが眠っておりましたら、ぜひサロンまでお持ちください。



ボランティアスタッフを大募集中です

おっきなてと、ちっちゃなてでは、私達と一緒にサロンの中で働いてくれるボランティアスタッフさんを募集しております。興味のある方はスタッフにお声がけくださるか、0463(45)0534までお電話でお問い合わせください。



ご支援・ご協力をお願いいたします

「みんなの会」では、各種金券(商品券やプリペイドカードなど)や物品だけではなく、現金による寄付もお受けすることができます。

両サロンの運営をはじめとする私たちの活動に、賛同してくださる方々からの、熱い応援をお待ちいたしております。



ちっちゃなて



E-Mail little-hands@outlook.jp (ちっちゃなて 事務局)

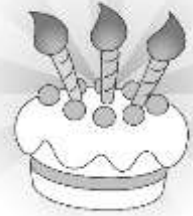
HP [https:// www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate](https://www.minnanote-tsurumaki.com/chicchanate) (ちっちゃなて)

早いもので、ちっちゃなてが開設されてこの春で4年目となります。

サロンが今の場所に定着して3年目。

その存在は、鶴巻地区のみなさんにも定着されてきているのでしょうか？

すでにちっちゃなてを卒業された親子さんも、時折実家に里帰りするみたいに、気軽に寄ってもらえると嬉しいです。



また、子どもたちが入園したのちでも、今度はママ自身の居場所づくりとして、みんなのて主催のイベントや、趣味が満載のおっきなてなどがありますので、興味の湧く分野へのママ単独でのご参加も、スタッフ一同お待ちしております。

★ 新年度からのちっちゃなて ★

- 秦野市の子ども家庭支援課による、定期巡回相談が始まります。
日々の小さな悩みやちょっと気になることなど、いつものサロンの中で、専門家の先生に気軽に相談できる日となります。毎月ではないので、ちっちゃなてのカレンダーで、巡回相談日をチェックしておいてくださいね。午前での開催となります。
- 月イチ定期開催の「今日のお話なァに？」の日が始まります。
基本的には毎月第二月曜日の10時半より、お話ボランティアとして藤田久江さんが来てくださいます。絵本の読み聞かせか、エプロンシアターか、伝承遊びか、何が出てくるかはスタッフですら当日までわからない(笑)
ママも一緒に楽しめる時間となること、請け負います。



★ お名前(メルアド)登録のご案内 ★



ちっちゃなてでは、初回にサロンをご利用いただいたときに書いていただく利用者名簿とは別に、ちっちゃなて事務局へのメルアド登録をお勧めしています。(強制ではありません)

登録いただくと、毎月月末には事務局からのメルマガが届き、サロンの出席者名簿にも親子さんのお名前を事前に掲載することができますので、ぜひお試しください。



今年度年間通して実施していたミニミニ講座において、まだ手元にいくつか配布資料が残っております。(幼稚園の選び方・咀嚼・感染症・応急手当・産後うつ・かかりつけ医・イヤイヤ期など)
各資料をご希望の方はスタッフまでお申し出ください。

ちっちゃなて スケジュール

【4月】

月	火	水	木	金	土	日
			1	2 ◎	3	4
5 ◎	6	7 ◎	8	9 ◎	10	11
12 (今日のお話 なあに?の日) ◎	13	14 ◎	15	16 ◎	17	18
19 ◎	20	21 ◎	22 クラシック・ライブ	23 ◎	24	25
26 (ミニミニ講座) ◎	27	28 ◎	29	30 ◎		

【5月】

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5	6	7 ◎	1 / 8	2 / 9
10 (今日のお話 なあに?の日) ◎	11	12 ◎	13	14 (巡回相談の日) ◎	15	16
17 ◎	18	19 ◎	20	21 ◎	22	23
24 (ミニミニ講座) ◎	25	26 ◎	27	28 ◎	29	30
31 ◎						

【プログラムのご案内】

- 4月 こいのぼり (工作)
- 5月 パクパク人形 (工作)

【ミニミニ講座のご案内】

- 4月 親子でタッチケア
- 5月 ハーブ

おっきなて



E-Mail large-hands@outlook.jp (おっきなて 事務局)

HP <https://www.minnanote-tsurumaki.com/okkinate> (おっきなて)

4月からおっきなてが変わります

来年度のおっきなては、火曜日は今まで通りのプログラム主体のものとし、木曜日は午前中のみ「おしゃべりカフェ」として開催します。

火・木曜日ともに完全予約制で、先着8名までとなりますので、ご了承ください。



手作り雑貨の販売が始まります

最近、サロンの玄関の飾り棚の部分が、微妙に変化していることにお気づきの方も多いかと思われますが・・・

いよいよ手作り雑貨の販売が4月より始まります！！

みんなのてとしては、今まで、バザーや地域のイベントなどでは「手作り雑貨販売」として参加させていただいていましたが、この玄関先の販売コーナーは常設となります。

月曜日から金曜日まで、いずれかのサロンのあいている時間帯であれば、いつでも商品をご覧いただけますので、ぜひその場にいるスタッフにお声がけください。

～サロンでこんなことをしたかったよ～

中村泰士・なかにし礼の世界

昨年暮れの12月、作曲家の中村泰士さんと作詞家のなかにし礼さんが、相次いで逝去されました。

二人とも昭和の歌謡界を代表する音楽家。二人が生み出した名曲は、いったいどれだけあったのか。

二人の功績をあらためて見直し、懐かしい昭和の名曲を、当時の映像とともに振り返っていく・・・

・・・はずだったこのプログラムも、二度目の緊急事態宣言とともに無期限延期。

とりあえず4月のプログラムとして再投入してみたものの、緊急事態宣言自体が延長となり、またもや先行き不透明という事態に。

・・・とはいえ、スタッフ一同、困難な状況にもメゲず、いつかは必ず!という思いで、楽しみにしています。

おっきなて メインプログラムご案内

ご参加の際には、所定のご利用料がかかります。

※ 緊急事態宣言が解除されたのち、下記内容で実施します。

【4月】

日時	火曜日	日時	木曜日
午前		1 午前	おしゃべりカフェ
午後			
6 午前	おっきなてカフェ	8 午前	おしゃべりカフェ
午後	昭和歌謡		
13 午前	工作「こいのぼり」	15 午前	おしゃべりカフェ
午後	脳トレを楽しもう		
20 午前	新作落語を楽しもう	22 午前	100万人のクラシックコンサート
午後	リモートお花見		
27 午前	「骨」について学ぼう	29 午前	お休み
午後	みんなで身体を動かそう！		

【5月】

日時	火曜日	日時	木曜日
4 午前	お休み	6 午前	おしゃべりカフェ
午後			
11 午前	フレイル体操	13 午前	おしゃべりカフェ
午後	ご当地クイズを楽しもう		
18 午前	栄養士さんに初夏の料理を学ぼう	20 午前	おしゃべりカフェ
午後	中村泰士・なかにし礼の世界		
25 午前	尿トラブルについて	27 午前	おしゃべりカフェ
午後	みんなで身体を動かそう		

- ★ プログラムは予約優先の定員制となります。
 ご予約のお申し込みは、サロンまたはおっきなて事務局まで、電話またはFAX (45-0534)にてご連絡ください。

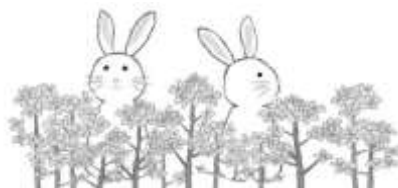
みんなのてイベントのご案内

【4月22日】

クラシック・ライブ



多世代交流プログラムは、今月より「みんなのてイベント」となりました。



◆ 編集後記 ◆

おっきなてが再びお休みになって、はや2ヶ月。

とはいえ、地元根差したサロンだけに、街を歩いているだけで常連の利用者さんとも遭遇できるのです。

「こんにちはー!!」

お久しぶりですね…とこちらが言葉をつづける前に、「始まったの!?!」と目をキラキラさせながらの反応に、こちら思わず苦笑い。

「いえいえ、まだなんですよー」

サロンが当面お休みだとわかっていながらも、プログラムのチラシを取りに来てくださる方もいたりして、どうやらこの2年ですっかり皆さんに待望されるサロンに成長できた様子(笑)

ありがたいことです。

それにしても、サロンがお休みになって残念だと思うのは、何も利用者さんだけではありません。スタッフもまた、そろってモチベーションが低下傾向にあり、誰よりも早い再開を待ち望んでいるのです。

おっきなてのサロンに関わる人たちだけでもこんな感じなのだから、地域イベントが軒並み中止となった今年度は、社会全体のモチベーションが低下していても不思議ではありません。

ウキウキ・わくわくとは、本当に縁遠い1年でしたね。

この1年間の経験を踏まえ、来年度のみんなのてでは、コロナ対策に配慮しながら、可能な範囲でのイベントを仕掛けていきたいと思っています。

ウキウキ・わくわくのイベント体験は、心も体も元気にしてくれる活性剤。

利用者の皆さんにも、みんなのてスタッフにも、必要不可欠なものです。

来年度は今年度よりも、身も心も元気な一年にしたいですね。 (文責：渡部)



伊勢原市の子育てサポーターとして20年間活動して、秦野市に引っ越して来て、何か子育てのボランティアをしたいと思っていました。

掲示板でちっちゃなてを見つけました。

素敵な一軒家に子供達と遊べるスペースがあり、2019年7月からボランティアさせていただいています。

最初は半日から始め、今は1日居させてもらっています。

コロナの前はお弁当もお母さんと一緒に食べられて、楽しい一日があっという間に過ぎて行きました。

小さい赤ちゃんだったお子さんが、ハイハイができ、歩けるように成長していく姿を見られるのは、楽しいです。



最近では遊びに来られる親子も減りましたが、一組でも来られたらゆっくりお話できるので、心が和んでいます。

折り紙や工作もできるようになりました。

外国からのお母さんも来られると、その国のことも知ることができて、とても嬉しいです。



私は女の子しか育てていないので、男の子が苦手でした。でも、赤ちゃんなら大丈夫かと思い、抱かせていただいています。

ずっしり骨太だなあと感じます。

3歳になれば幼稚園か保育園に入るので、毎日一緒にいられるのは3年間ぐらいでしょうか。その間の子育てを楽しんでほしいと思います。

家事は手抜きして、たくさん遊んでください。

そして、ちっちゃなても利用して息抜きしてください。いつでも待っています。

何でも言ってください。聞きますから。

皆さんがほっとできる場所が、ちっちゃなてでありますように。

スタッフ一同、心からお待ちしています。

※ 多世代交流ひろば「みんなのて」は、鶴巻地区住んでよかったまちづくり協議会（宮川邦生会長）の居場所づくりプロジェクト事業のひとつです。