



ちやいむ



2025年12月29日

1月号

発行者:神埼エリア
くみかつスタッフ

組織企画部
TEL0952-31-3977

あけまして
おめでとうございます



新しい年が素晴らしい一年でありますように
お祈り申し上げます



報告

「えんJOYねっと」に登録されている 「よらんね神埼」さんを取材してきました



地区共生社会の実現に向け、地域住民の力をかりてボランティア活動を行ない、高齢者を対象に居場所づくりなど実施されています。

11月18日(火)13時30分～15時30分『つど居間所』の開催に参加させていただきました。

参加者の皆さんには、『みんなでいきいき百歳体操』を30分、その後（好きなコーナーに移動）「ハンカチで袋作り」「折り紙でリース作り」、「健康マージャン（毎回開催）」の各コーナーで時間を過ごされていました。



百歳体操で、筋力の低下予防・転倒予防に！！



ハンカチで袋作り→手縫いで綺麗に
できています



折り紙でリース作り→皆さん手先が
器用です



皆さん生き生き!されてました。家にじっとしていらっしゃった高齢者の方が誘いを受けて参加され、今では毎回楽しみにされている、というお話を聞きしました。

健康マージャン→脳を使って・手先を働かして！！

『よらんね神埼』 年間活動

- ・『つど居間所』(年48回)毎週火曜日 13時30分～15時30分 神埼市中央公民館で開催
- ・『つどいカフェ』(年6回) 2ヶ月に1回 第1土曜日 13時30分～15時30分
神埼市中央公民館で開催
- ・『出前カフェ』月2回程 年間24回予定



『エンディングノートの作り方講座』を開催しました

12月3日（水）神埼市中央公民館にて 参加者19名

特定社会保険労務士 東島芳子先生を講師に、エンディングノートを書くメリット・書き方のコツを教わりながら、実際に書いてもらいました。また、講師の先生の体験談をお聞きすることができ参考になりました。



皆さん熱心にお話を聞かれていました



*エンディングノートを書くメリット

- ・緊急時に役立つ
- ・これまでの人生を回想し整理できる
- ・もしもの時に家族を悩ませない

*書き方のコツ

- ・書きやすい項目から書いていく
- ・すべて手書きの必要はない コピーできる情報は張ればOK
- ・定期的に見直しをする
- ・記入日を忘れずに
- ・個人情報、機密情報の取り扱いに注意

参加者の感想

- ・エンディングノートを書きたいと思っていたが、なかなか進まず、この機会を得て始めようと思った。
- ・内容がたくさんありびっくりしました。これから年をとっていくので、すごく役に立つと思いました。
- ・エンディングノートを書くことで頭の中が整理できました。ノートを置く場所も決めました。

くみかつスタッフより

参加していただいた皆さんありがとうございました。参加して良かったという意見が多く、嬉しく思いました。私も、亡くなつてからまわりに迷惑をかけないように、エンディングノートを書いておこうと再度思いました。

今後、いろいろな企画を予定していくので、よろしくお願ひいたします。



お知らせ

2026年2月23日（月）祝日 第1支所にて コープ商品を使った『試食会』を開催します



祝日でお仕事がお休みの方もいらっしゃると思います。

この機会にぜひご参加ください。

詳しい内容は『ちやいむ』（エリアニュース）2月号でご案内します。
ご参加お待ちしております。

