

ちやいむ



2025年12月29日
1月号

発行所: 神埼エリア
くみかつスタッフ

組織企画部
TEL 0952-31-3977

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

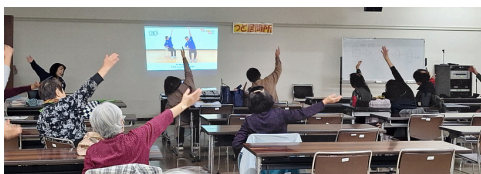
「えんJOYねっと」に登録されている 「よらんね神埼」さん取材してきました



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！！



ハンカチで袋づくり⇒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



健康マージャン⇒脳を使って・手先を働かして！！

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る高年齢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、というお話をお聞きしました。

『よらんね神埼』年間活動

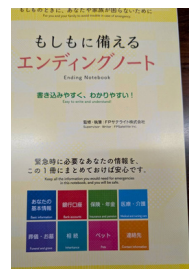
- ・『つど居間所』(年48回)毎週火曜日 13時30分～15時30分 神埼市中央公民館で開催
- ・『つどいカフェ』(年6回)2ヶ月に1回 第1土曜日 13時30分～15時30分
神埼市中央公民館で開催
- ・『出前カフェ』月2回程 年間24回予定



『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、亡くなっ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きますので、よろしくお願いいたします。

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。

