

ある日  
の  
SC1日

## みんなで一緒に作る中華ちまきはまた一段と味わい深い！！ ～本野ひまわり会を見学～

### ひまわり会の活動

ひまわり会は、毎月2回集まって、みんなでワイワイいろんな料理に取り組んでいます。5月は子どもの日にちなんで、地域の風習でちまき（中華風）を作りました。レシピや一部食材、道具は参加者で持ち寄っています。腰が痛くて長く立っていらなくても大丈夫。みんながそれぞれできることに取り組んで、美味しいちまきが出来上がりました。利用者もボランティアも分け隔てなく、楽しんでいます。



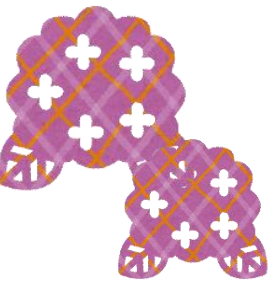
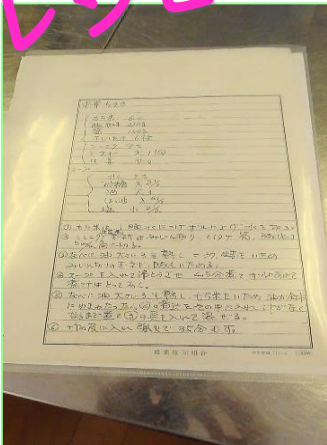
SCから  
感想をひとこと

最高年齢はなんと99歳。みんなで集まることで、互いに見守ったり、栄養や健康を意識しあったり、楽しく元気に活動されています。支える側と支えられる側と一緒に楽しめる大切な機会だなあ、と感じました。



ひまわり会のみなさんは、イベントがあると「写真を撮りに来て～」と声かけて下さいます。今後も、皆さんの活動を応援していきたいと思います。

中華ちまき  
手作りレシピ



ある日  
の  
SC1日

## サロンボランティアで スティックフロアカーリングを体験。 ～白岩北部サロンへ伝授～

SCからフロアカーリングの由来や取り組み方法などを伝授してきました。実際にボランティアさんに体験していただき、楽しさを実感！盛り上がりました。脳も身体も動かして、みんなで楽しく一緒に介護予防に取り組めますね。

ボランティアさんから  
感想をひとこと

とても楽しかったです！  
身体の不自由な人もそうでない人もボランティアも楽しめるよう、工夫して取り組みそうです。



### 北部地域包括支援センターの生活支援コーディネーターが交代しました

これまでSCは、池が担当しておりましたが、4月から、田浦に交代となりました。語らん場へのご参加やご協力ありがとうございます。引き続き、地域をさらにより良くしていくために、センタースタッフ一同、努めていきます。よろしくお願いします。