



みんなで楽しんだ ～ 郷土芸能交流会 ～



末広町町営住宅では、今年の5月から自治会が主催し、お茶っこの会を開催していましたが、新型コロナウイルスの影響により、開催頻度は減ってしまい、参加住民にとって大切な『集まりの場』が失われていました。

県のコミュニティ形成支援事業を活用し、9月20日、郷土芸能団体を招き住民同士の交流イベントが行われました。皆さん、とても楽しみにしていた様子で、太鼓や笛に合わせて踊る住民の姿がみられました。「とても楽しかった」「大槌町のお祭りが中止となったが、お祭り気分を味わえた」と喜びの声が聞かれました。



松の下神楽と住民との甚句

白澤鹿子踊り



向川原虎舞



生活支援相談員のコロナ対策

新型コロナウイルスが県内で発生したことにより、感染拡大防止のため、相談員の見守り訪問から、電話での体調確認を行っています。

9月17日からフェイスシールドをつけながら少しずつですが訪問を再開しています。



フェイスシールドとマスクを着用し訪問しています。

電話での体調確認の様子。



知らず知らずガマンしていませんか？

私は千葉市に在住しています。つい先日半年以上ぶりに、感染対策を条件として音楽会が解禁されたため、歌と楽器のコンサートに行きました。そこでお客さん方の感想を知る機会があったのですが、「久々に、生の音楽を聴いて泣いてしまった」などとともに、「こんなに心が揺さぶられたことから、思ったよりも自分には新型コロナウイルスによる様々な制限によって自分にもストレスがかかっていたのだと実感した」という声がありました。

「ウィズ・コロナ」社会になり、マスクをすること、三密を避けることなどが当たり前になりました。制限の一つ一つはそれほど負担に感じていなくても、長期になるとやはり心理的ストレスは大きいようです。今は限られた環境ですが、みなさん、その中でも楽しみを発見して、ストレスを最小限で済ますことができればよいですね。

認定NPO法人 心の架け橋いわて(こころがけ) 精神科医師 山中浩嗣

今月の「いただきま〜す」～ナスのトマトソース和え～



材料 (2人分)	作り方
・ナス 1本	① ナスを縦に4～6等分に切る。
・トマト 1個	② フライパンにサラダ油を入れ、ナスが柔らかくなるまで焼き、皿に盛りつける。
・オリーブ油 適量	③ トマトは種を取り、荒いみじん切りにする。
・サラダ油 適量	④ 切ったトマトを少量のオリーブ油で炒め、
・ポン酢 適量	ポン酢で味をつけ、ナスにかける。





2020年10月 サロン行事予定



日	月	火	水	木	金	土
<p>お問い合わせ</p> <p>生活支援相談員 080-2823-7570 〒028-1115 大槌町上町1-1</p>		<p>社協の「ひだまりサロン」と「こ茶っこ」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止する場合があります。</p>		1	2 大変	3
				<p>ひだまりサロン 場所 三枚堂第3町営集会所 時間 10:00~11:00</p> <p>『こ茶っこ』の場所は 県営上町AP集会所です。開所曜日は、火、水、金、土です。</p> <p>こ茶っこで認知症サポーター養成講座を開催しました。</p> <p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>		
4	5	6	7	8 大変	9	10
<p>ひだまりサロン 場所 赤浜三日月団地公園テント 時間 10:00~11:00</p> <p>みんなで身体を動かして健康寿命を延ばそう</p>		<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>		<p>柁内地区『お茶っこの会』座ってできるストレッチをみんなでしました。</p>		<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>
11	12	13 大変	14	15	16	17
<p>ひだまりサロン 場所 三枚堂第1町営敷地テント 時間 10:00~11:00</p> <p>たまには、みんなで一緒に歩こうヨ</p>		<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>		<p>花輪田地区お茶っこの会</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>	
18 大変	19	20	21	22	23	24
<p>ひだまりサロン 場所 大ヶロ1丁目町営集会所 時間 10:00~11:00</p> <p>座って出来る筋トレをして転ばないように足腰を丈夫にしましょう</p>		<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>		<p>花輪田地区『お茶っこの会』みんなで指運動をしました。</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>	
25 大変	26	27	28	29	30 大変	31
<p>岩手県立大学からの実習生 木村菜理乃さんです。</p>	<p>ひだまりサロン 場所 吉里吉里町営集会所 時間 10:00~11:00</p> <p>ぐーちょきぱあ運動で脳トレ</p>	<p>毎月28日は いわて 減塩・適塩の</p> <p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>	<p>毎月28日は いわて 減塩・適塩の</p> <p>適塩生活で数値が改善できたわ</p>	<p>こ茶っこ 10:00~15:00</p>		

