



荇田西地区 社協だより

2023年12月



第15号

発行元 荇田西地区社会福祉協議会

バス旅行——今年は中伊豆方面へ

社会福祉協議会のバス担当の塚田です。昨年から引き続き担当させていただきました。今年は食と買い物をアピールして案内をさせていただきました。お陰様でほぼ満席で応募者全員が参加できる旅行となりました。今回は中伊豆方面を旅行致しました。

行きは高速道路の工事渋滞や曇り空時々雨が降り、少し不安でありましたが、昼前後には晴天に変わりました。昼食は、三大ブランドの牛御膳で松坂牛の釜飯、近江牛のすき焼き飛騨牛の野菜蒸籠など文字通り牛尽くしの豪華な食事を堪能致しました。参加者もバラエティー豊かな食事に満足していただいた様です。その後デザート代わりにミカン狩りに行きました。御膳でお腹を満たした後のミカン狩りですが、もぎたての自然の甘さが口の中いっぱい

に広がり最高の味わいでした。昼食で食べ過ぎた高齢の自分には4個が限度でしたが、15個召し上がった参加者もいらっしゃって、ミカン狩りに満足していただき良かったです。



その後葛城山のロープウェイで、山頂まで登りました。すっかり晴れて、雨上がりの澄み渡る空気の中で青い駿河湾に浮かぶ雄大な富士山の絶景に参加者の方の歓声を上げていました。その印象を残しながら、メンタイパークで製作工程を見学、最後に村の駅でじっくりと特産物の買い物していただきました。帰りのバスの網棚にはお土産で一杯になり、さらに入りきらないものは車体下の倉庫に入れるほどでした。帰りは、参加者の方々が車窓から眺める夕焼けの富士山の姿を名残惜しんで帰途につきました。ユーモアに富むガイドさんが参加者を常に楽しませて頂き、今回の旅行が少しでも良い思い出になっていただければ嬉しいです。次回もまた参加者の方に喜ばれる企画をお届けしたいと思います。参加者の皆様、そしてサポーターの皆様ありがとうございました。また来年もよろしくお願い致します。

えだにしサロン(11月8日)は イキイキ康講座講座

11月8日(水)の「えだにしサロン」では、青葉区役所で高齢者支援活動を行う小宮山優さんを講師に招き、イキイキ出張健康講座を開催しました。前半は、高齢期に体力や認知機能が低下し、介護が必要な危険性の高まる「フレイル」にどう予防すればいいのかの講義。後半では、横浜市が高齢者用に開発したトレーニング「ハマトレ」を体験。シニア26人の参加者が椅子に座っての伸びや曲げの運動、立ち上がったのストレッチ体操など最後までや



り遂げました。合間には「カラオケ」タイム。「いい日旅立ち」「三百六十五歩のマーチ」などのリクエストもあり、こちらも元気な声が絆ハウスに響きました。「心も体もスッキリした」との感謝の意見あり、こうした企画がまた出来れば良いと考えています。

西欧社会の宗教的背景を勉強

9月、10月の歴史映画名作選シリーズについてご報告します。9月15日に1973年イタリア、イギリスの制作の”ブラザー・サン・シスター・ムーン“(剣と十字架)を鑑賞し、ローマ教皇とフランク王国、神聖ローマ帝国との確執の歴史を学びました。中世におけるローマ教皇が持つ権威と欧州の王族との武器を伴わない戦いの歴史は、単一国家で、宗教と国家の関係が共存、抗争つづけながら歩んできた日本の歴史とは、全く違った歴史認識であると感じました。そうした時代背景のもと、映画の主人公である聖フランチェスコが、教皇と王族の権威のはざままで真摯な布教活動を描いた印象深い作品でした。10月20日には1987年イギリス制作の”ミッション“を鑑賞しました。この作品は、1750年代南アメリカにおけるイエズス会(フランシスコ・ザビエル)の日本布教や現在、上智大学を運営し



ている)の活躍と悲劇を描いた作品です。アメリカ大陸原住民はコロンブスが、フロリダ半島の南東にある現在のサンサルバドル島を発見して以降、スペイン、ポルトガルなどの侵略を受けました。彼らへ布教に努めたイエズス会宣教師の困難を描いた作品です。これらの映画を鑑賞し、昨今の宗教対立に起因する紛争、大国が隣国に侵攻する意義等、人類は同じ過ちを繰り返していると感じました。

秋を満喫しました—ウォーキング&昼食会(10月31日)



10月31日(火)に今年度2回目の「ウォーキング&昼食会」を開催しました。今回は川沿いを歩く6キロと4キロのコースと、体力に自信のない方の為に1キロのコースも用意しました。川沿いを歩くコースでは、泉公園を出発し、鶴見川・谷本せせらぎの道をウォーキングしてコミハまで戻ってきました。総勢61名の方が参加し、川沿いのコスモスを観賞したりと秋を感じながらウォーキングを楽しみました。また、6キロコースでは、途中のミカン畑で、農家の方にミカン狩りをさせていただきサプライズもありました。その後の昼食会では、コミハ前の憩いの広場で、まい泉の「いろいろ弁当」を堪能しました。

熟年健康倶楽部 —輝いて今

今から10年ほど前、青葉区役所の呼びかけで出来た荏田西一丁目から五丁目の健康づくりステーション。荏田西地区は熟年健康倶楽部と名前を付けました。体操指導の先生を招いて、ストレッチ、筋肉作り、脳トレーニングを毎週木曜日3時から荏田西コミュニティハウスでワイワイ、ガヤガヤやっています。体操をしながら、ミュージックベルで遊んでみたいという声があり、希望者が数人でベルチームを作りました。月一回ベルを楽しみ、最近では、敬老会でお披露目しました。リズムがずれたり、音が違ってドンマイ、ドンマイ。お揃いのTシャツを作って明日のスターを夢見ています。



編集後記に替えて

この度荏田西社会福祉協議会のホームページを改編いたしました。新たなQRコードは右の通りです。引き続き閲覧いただければ幸いです。

荏田西地区社協ブログはこちら→ <https://edanishi-shakyo.jp/>

