

# 心ふれあい SA吹田通信 第187号

発行 SA吹田 ☎ 090-5015-8597 〒564-0072 吹田市出口町19番2号 ボランティアセンター内  
ホームページ <http://sa-renkyo.sakura.ne.jp/active/suita/index.html> ブログ:心ふれあいSA吹田

## 2019年



# 謹賀新年



## 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます

漢字一文字で表す昨年の漢字は、京都の清水寺で「災」の文字が発表されました。地震、台風、記録的な猛暑など自然災害によって多くの人々が被災したり、スポーツ界でのパラハラ問題、財務省の決済書改ざん、企業でのデータ改ざん、大学の不正入試など人災も多く発生した年でした。

6月18日に大阪府北部で震度6弱の地震、9月4日の台風21号、9月30日の台風24号では、皆様方に於かれましては多大な被害を被られました事でしょう。台風で自宅の屋根が壊れたり、公園の樹木がなぎ倒されたり災害のイメージが強い1年でした。心ふれあいSA吹田でも計画していたイベント、吹田市が計画していたイベントが悉く中止になりました。

心ふれあいSA吹田では平成30年度も“楽しもう、社会に役立てよう第2の人生を”をキャッチフレーズに掲げ、会員212名様がボランティア活動に参加して頂くために健康に対する啓蒙に不十分でしたが取り組みました。「フレイル」という言葉で高齢者の健康維持に対する取り組みを、大阪

府シルバーアドバイザー連絡協議会(SA連協)に於きましても取り上げてきました。「フレイル」(Frailty)とは、加齢とともに心身の活力(例えば筋肉や認知機能等)が低下し、生活機能障がい・要介護状態などの危険性が高くなった状態の事です。フレイルを予防するには①栄養(食、口腔機能)②身体活動(運動、社会活動等)③社会参加(就労、余暇活動、ボランティア)を普段の日常生活の中に、継続的に行うことです。心ふれあいSA吹田212人がこれを認識し、周囲に心配な方が居られたら、その人達に働きかけることもボランティアです。

本年は一層会員皆様の健康の維持及び吹田市民の方々のためにも、健康に関する情報の発信、啓蒙活動を行うとともに、おもちゃ部会、歌体操部会、国際交流部会、福祉部会を通じて、高齢者化が進んでも若々しく活動して頂くためのサポート、子どもの健康な育成を図るための活動に取り組みましましょう。本年はSA吹田も創立31周年が始まり、日本も新年号が始まる年です。心を新たに活動致しましょう。

# 年末のしめ縄づくり 14会場で実施

今年も恒例になったお正月用のしめ縄づくりを行いました。会場は公民館、コミセン、児童センター、小学校など14か所になりました。今年は新しくはじめたところも多く大好評でした。



月日	会場	子ども数	スタッフ数	月日	会場	子ども数	スタッフ数
12/1	東佐井寺公	20人	6人	12/16	亥の子谷コミセン	25人	10人
12/1	夢未来館	31	7	12/19	たけみ台児童セ	20	8
12/2	原町児童セ	27	8	12/21	千里山コミセン	30	6
12/8	山田西児童	28	5	12/22	夢未来館	25	7
12/9	高城児童セ	25	7	12/23	夢未来館	25	7
12/11	夢未来館	13(大人)	5	12/26	クリエイティブ	30	10
12/12	片山小学校	80	11	12/26	千里丘児童セ	30	10

## 部会活動報告

### 吹田母子会まつり SA 吹田歌体操部会

藤川安高 記

12月15日(土) メイシアター1階ロビーにて「吹田母子会まつり」に歌体操部会の17名が舞台出演してまつりを盛り上げました。観客も後半一緒に同じく動作をして頂き楽しいひと時でした。 熊本県のくまモンが舞台に立ち復興支援物産展のPRをされ大

勢の人が集まっていた。恒例のメイシアター前庭で食糧難の時代に工夫された「すいとん」の1000食無料試食。クリネックティッシュ5箱入りを無料で配布ため舞台の前は一時長蛇の列でした。おもちゃづくりも別の部屋で賑わっていました。



## 福祉教育授業 (高齢者疑似&車いす体験) 報告

福祉部会 沖村史生

社会福祉協議会主導で福祉教育授業として車いす体験(高齢者疑似体験)を11月27日津雲台小学校4年生・2クラスの児童数69名、に福祉部会員7名で実施しました。

『体験セットを付けると、どんな体になるのだろう?』

①ゴーグルをかけたならどんなふうに見えるかな?②イヤフォンをしたならどんなふう聞こえるかな?③軍手をしたならどんな動きになるだろう?

う?④サポーターを付けたらどんな動きになるだろう?⑤錘をつけたらどんな動きになるだろう?

説明時は、おとなしく真剣に聞き言っていたが、実技に入ると活発に動きだした。

同じく車いす体験授業を12月13・14日南山田小学校4年税児童数188名に福祉部会員16名で実施しました。

『車いす体験～安全に操作するポイント～』

- 1) 乗るまえに・・・①車いすを開く。②車いすへの乗り降りの時は、必ずブレーキをかける!!③フットレスト(足台)を上げる!
- 2) 座り方の確認・・・①浅く腰を掛けていませんか?②体は傾いていませんか?③手はアームレスト(ひじかけ)またはひざの上にありますか?④フット

レスト(足台)にきちんと足が乗っていますか?

3) 押し方...

①動き始める

ときには必ず声をかける。②急にスピードを出さない!急に止まらない!急に方向転換しない!



今回は、両校ともワイワイガヤガヤがなく、おとなしい中に真剣に取り組んでいたのが印象的でした。

## 千里第2学校異文化交流授業実施

SA国際ふれあいの会 内田格子

11月27日(火曜日)千里第2小学校体育館にて5年生4クラス全員と国際交流授業を実施しました。交流時間は3時間・4時間目の10時40分～12時20分と昼食の13時までです。

外国人留学生はサンジャ(女性・ミャンマー)、ファイ(女性・タイ)、ダイオウキン(男性・中国)、ミドリ(男性・ラオス)の4名で、当方は5名が参加しました。

交流内容は、留学生からの自己・自国の紹介で、中国・ミャンマー・タイ・ラオスとそれぞれ自国紹介をしました。クイズ形式での問題に大喜びの子どもたち、料理の作り方も紹介、挨拶一つにしても違いがあることを知りびっくり、質疑応答もあり、いつもと違う授業をととても楽しく留学生たちと過ごしました…。最後はお待ちかねの

小学生パフォーマンス「ソーラン節」で生徒の踊りの迫りに驚きつつ、2回目は留学生



が生徒の中に飛び入りし本当に楽しく踊りができました。給食が遅れ、忙しい食事となりましたが、児童たちも慣れたのでいろいろと活発に会話が交わされていました。

尚、吹田市から市民公益活動促進補助金交付事業活動の現場視察がありました。当会参加者 田原・黒川・手塚・松丸・内田。

## 会員の広場

### あくなき挑戦！三浦氏にエール

新聞に「三浦雄一郎氏（86才）が南米最高峰アコンカグア登頂に挑戦」（1月21日登頂予定）という記事が掲載されていました。実は三浦氏とは5年前に80才で世界最高峰エベレスト（8884m）に登頂された折、その道中で遭遇したことがあります。登頂ルート1日目のエベレスト街道宿泊地と私が参加したツアーの下山最終宿泊地が同じ所になるという偶然でした。当時、自身でも「今回は介護登山ですよ」と言われていた通り、多少ブランクがあっ

畑 貞造（吹田市 H27年入会 おもちゃ）  
たため、少々ふっくらされた容姿で、気さくに写真撮影にも応じてもらいました。それでも報道された通り、世界最高齢での3度目の登頂という偉業を達成されたことには敬意を払わざるを得ません。プロだから当然とはいえ。過酷な極限の領域に挑戦し続ける三浦氏にエールを送りたいと思います。  
ちなみに、次回の挑戦は“超介護登山”ということらしいです。

## 会員の広場の原稿依頼

広報部長 笹原義正 ☎090-5015-8597  
E-mail: yoshi-sasahara@joy.oc.ne.jp

ここ数ヶ月の間にSA通信の『会員の広場』への記事寄稿が少なくなっており、掲載が困難になってきております。『会員の広場』を今後も継続させるために、わたしから皆様方に直接電話やメールで記事寄稿の依頼をしたいと思います。突然知らない電話番号の人から電話が来ると電話を取らないこともあるかと思っておりますので、念の為、私の電話番号とメールアドレスを上記の通りお知らせします。是非皆様方のご協力をお願いします。

## 心ふれあいSA吹田 1月の主な予定

SA吹田全般	時間	内容	担当	場所
1月11日(金)	10:00~12:00	役員会	今井正三郎	総合福祉会館
1月11日(金)	9:30~10:00	広報部会	笹原義正	総合福祉会館
1月16日(水)	9:00~14:30	パークゴルフ	林田弘子	万博パークゴルフ場
1月25日(金)	10:00~12:00	印刷/ブロック会議	笹原/沖村	亥の子谷コミセン
おもちゃ部会	時間	内容	担当	場所
1月9日(水)	10:00~12:00	定例会議	丹羽史朗	総合福祉会館
1月16日(水)	9:30~11:30	凧つくりと昔遊び	丹羽史朗	北山田小学校
歌体操部会	時間	内容	担当	場所
1月21日(月)	10:00~12:00	定例会議	加藤昌子	メイシアターリハーサル室
国際交流部会	時間	内容	担当	場所
1月26日(土)	10:00~12:00	定例会議	内田典子	千里ニュータウンプラザ
福祉部会	時間	内容	担当	場所
1月11日(金)	12:30~13:00	定例会議	沖村史生	総合福祉会館

《編集後記》 新年あけましておめでとうございます。今年もSA通信の編集には皆様方のご協力お願い申し上げます。本年の平成の時代も元号が5月より代わり新しい時代になります。ボランティア活動にも新しい会員が増えて会が盛り上がりたいたいものです。YF