氷見交友会館だより

12月号

2014（平成26）年

住　　所　愛媛県西条市氷見乙１７２２番地
電話・ＦＡＸ番号　０８９７－５７－７２４８
メ　ー　ル　himikoyukaikan@saijo-city.jp

番城福祉会館の取り組みと魂の太鼓演奏に触れて

～氷見交友会館先進地視察研修　in 宇和島市～

10月25日（土）午前８時、21名の参加者を乗せたバスは宇和島市へ出発しました。午前中は宇和島市番城福祉会館を訪問し施設内を見学した後、主任の井上さんから宇和島市における隣保館の現状や会館の取り組み、事業の概要についてわかりやすく説明していただきました。高齢化が進み、独居の高齢者も増えていることから、月に１度民生委員さんと巡回訪問し、安否確認をしているそうです。そして、普段から地域の方々と触れ合う機会を持ち、日常の会話の中から悩み事などの相談を把握できるような関係づくりを心掛けているとのことでした。

午後からは道の駅『きさいや広場』に移動して、龍心太鼓の演奏を鑑賞し、交流を深めました。龍心太鼓は、部落差別に対する怒りをバチに持ち替え（故）藤原泰英さんを中心に結成されました。番城福祉会館前館長である藤原真澄さんの説明を交えながら、「人間解放への叫び」ともいえる力強い太鼓の響きに、参加者はみな聞き入っていました。最後は参加者も太鼓のたたき方を教えていただき、太鼓演奏を体験することができました。学ぶことの多い、大変有意義な研修となりました。

番城福祉会館にて、研修・交流学習会！大変勉強になりました。

隣保館前で記念撮影！

龍心太鼓の勇壮な演奏に感動！

太鼓演奏を体験！なかなか力が要ります。

第2回　健康教室

転倒予防体操

11月７日（金）13：30より、第２回健康教室を開催いたしました。済生会西条病院より山内正雄リハビリセンター室長を講師にお迎えし、ロコモティブシンドローム（運動器の障害のために要介護や要介護リスクの高い状態）についての説明と予防のためのトレーニング（ロコトレ）を教えていただきました。ロコトレにはゆっくりとした動きを伴う筋力訓練とバランス訓練が有効だということで、開眼片脚立ちとスクワットを無理のない程度に実践しました。また、ラジオ体操も効果的だということなので、継続して実施してみるとよいですね。

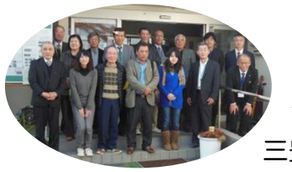
体操後は、参加者からの質問に丁寧に答えていただき、健康について身近に考える良い機会となりました。

次回は12月12日（金）に食生活講座を予定しております。（裏面に記載）
みなさんぜひご参加ください。

開眼片脚立ち実践中！

三豊市仁尾浜地区人権と福祉のまちづくり推進協議会

先進地視察研修



11月23日（日）10時頃、参加者12名を乗せたバスが三豊市より到着しました。先進地視察研修で当館を訪問し、午前中は村上進前館長の講演、午後からは人権対策協議会西条支部の役員を交えての交流学習会とフィールドワークという日程でした。

まず初めに社会福祉課の玉井課長より、西条市の紹介と概要の説明をしていただきました。その後、村上前館長から氷見交友会館の事業についての説明と隣保館の担う役割等についてお話がありました。また、自らが会長を務めるNPO法人プロジェクト2008の歩みについて順を追って説明していただきました。７年前、大島青松園の入所者である西条市出身のお二人と出会い、自らの無知・無関心をお詫びし、お二人が帰ることのできる「ふるさと西条」を作ることを約束しました。ハンセン病問題についてお二人から学び、それを学習資料にし、様々な場で伝える学習を繰り返し行っているとのことでした。

午後からは交流学習会を持ち、活発に意見を交換しました。県や地域で主義主張は様々ですが、『差別をなくする位置に立って協力する』ということが大切であると感じました。

村上前館長講演

交流学習会

フィールドワーク

12月

毎月第３金曜日は職業相談日、第３土曜日は教育相談日になっております。お気軽にご相談下さい。
また、各種ご相談、お申し込み・お問い合わせは随時行っております。
氷見交友会館（☎57-7248）までご連絡下さい。
土曜日の午後、日曜日・国民の祝日・年末年始は閉館しております。
開館時間は、平日　8：30～17：00
土曜日　8：30～12：00
となっております。よろしくお願いします。

日	月	火	水	木	金	土
	1 生き生き健康教室 歌謡教室	2	3 フォークダンス	4	5 体操（自主）	6 氷見小チャレンジ教室 絵手紙教室 全国人・同研（～12/7香川）
7	8	9 健康管理巡回相談 書道	10 **人権を考える日** 健康体操	11 茶道 楽書教室	12 第３回健康教室	13 料理教室
14 老友会	15 生き生き健康教室 歌謡教室	16	17 フォークダンス たのしい英会話	18 楽書教室	19 **職業相談日** 体操（自主） 小松高校生人・同研	20 **教育相談日** 絵手紙教室
21 西の原子ども会	22	23 天皇誕生日 書道	24 健康体操 小松高教職員人・同研	25 茶道	26 体操（自主） 華道	27
28 休館	29 休館	30 休館	31 休館			

今年も1年、氷見交友会館の事業にご支援･ご協力いただき、誠にありがとうございました。職員一同、心よりお礼申し上げます。
会館は、12/28～1/4まで休館となっております。2015年は1/5(月)より開館しております。よろしくお願いいたします。

おめでとうございます！

去る10月26日に今治で開催された『今治タオル体操コンテスト』において、ひまわり会のみなさんが「演歌でタオル体操肩こりにいいで賞」をいただき、表彰されました！

各種ご案内

手軽にできる家庭料理

ワイワイ、たのしくお料理しませんか？作った後はみんなで会食します！

日　時　　12月13日（土）　9：00～
講　師　　増田　清子 さん
場　所　　氷見交友会館　調理室
定　員　　10名程度（先着順）
費　用　　500円程度（材料費）
締　切　　12月5日（金）
準備物　　エプロン・三角巾

メニュー（予定）
- おはぎ
- ハンバーグ
- スコッチエッグ
- 隼人瓜（はやとうり）の炒め物

楽書（らくがき）教室

12月から始まる新しい講座です！

講師　氷見交友会館　近藤 恭司 館長
日時　第２・第３木曜日（初回は12/11）
　　13：30～16：00
場所　氷見交友会館　研修室
定員　10名程度（先着順）

甲骨文字など、楽しく字を書いてみませんか？

※書道道具等、必要なものは各自で準備してください。

第3回　健康教室のご案内

申し込みは不要、どなたでも参加できます。みなさんお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

日時　12月12日（金）13：30～
内容　食生活講座
　　「あなたのコレステロール
　　上げる？　下げる？」
場所　氷見交友会館　会議室

お問い合わせ、お申し込みは氷見交友会館まで（☎0897-57-7248）

子ども向け講座のご案内

氷見小チャレンジ教室

日時：12月6日（土）
　　8：30～9：30

場所：氷見交友会館　会議室

たのしい英会話（12月～3月）

日時：12月17日（水）
　　1月14日（水）・28日（水）
　　2月　4日（水）・25日（水）
　　3月　4日（水）
　　15：30～16：10（1～3年生）
　　16：20～17：00（4～6年生）
場所：氷見交友会館　会議室

申し込みをしているみなさんは、日時を確認してご参加ください。
欠席する時は、氷見交友会館までご連絡ください。（☎57-7248）