

■問合せ■
越谷市社会福祉協議会
地域福祉課 黒沢
☎048-966-3411



第3回「チョット会おうよ話そうよ」を開催しました！

「チョット会おうよ話そうよ」とは？

越ヶ谷地区地域支え合い会議が取り組む「居場所づくり」のための活動です。地域の身近な場所である「自治会館」をお借りして、健康茶話会としてのスペース解放を行い、「地域にこんな居場所を作りませんか？」と提案しています。自分の自治会でもやってみたい！という方は、是非越谷市社会福祉協議会までご連絡ください。

★1月13日号の「ちいき新聞」様で紹介されました！

専門職とゆっくり話せる時間を

「チョット会おうよ話そうよ」を開催しました。今回会場として使わせていただいたのは宮前橋のすぐそばにある「御殿町自治会館」。

前回の赤山町一丁目自治会館よりもコンパクトな会場だったにも関わらず、2日間で53名の方が来場されました。骨密度や血管年齢測定で一喜一憂されたり、ご自宅でもできる簡単な体操で体をほぐされています。

1日目はコスモ薬局の薬剤師さん8名にご協力いただき、健康相談会を行いました。気になることがある方はお薬手帳を持参され、飲み合わせのことなどを質問されていました。「普段は遠慮してしまつてそのときもらつたお薬のことくらいしか聞けないけど、今日はゆっくりお話しができて良かった」「こういう催しを定期的にやってほしい」などの感想をいただきました。

2日目はふれあいサロン「銀杏」さんとタイアップし、セラバンドを使った楽のび体操と、接骨院はあべすと

1日目はコスモ薬局の渡辺先生にご協力いただき、自宅でもできるかんたん体操や口腔体操を行いました。また、参加者の皆さんの質問にも答えていただき、「足の冷えが気になつてきた」など、お悩みを解消するためのストレッチなどを教えていただきました。

令和2年度より実施している「チョット会おうよ話そうよ」も、皆様のご理解ご協力をいただき3回目を無事開催することができました。越ヶ谷地区にはふれあいサロンのない地域もあり、高齢の皆さんが安心して過ごせる集いの場が増えていくよう今後も活動を続けていきます。



▲御殿町の福祉推進員、薬剤師の皆さん
▼寒い日だったので大きく体を動かしました



今後も居場所の 拡大に向けて