

しかま支え合い情報誌

Vol.

25

2026.3.1

地域のお宝紹介します!

清水地区男のサロン

～コンビニのイートインスペースが憩いの場に～

清水地区では、地域の男性3名が週に2～3回、コンビニのイートインスペースで朝の時間を共にしています。集まるのは午前8時15分から9時頃まで。天候に左右されず、気軽に立ち寄れる場所があることで、約10年続く習慣になりました。

朝になると「今日、集まれる?」と連絡を取り合い、3人そろったときだけ集まるのがこの集まりの特徴です。「3人だから楽しい」「馬が合うんだよね」と笑い合う姿が印象的です。

コーヒーを飲みながら交わすのは、日常のこと、スポーツやニュース、近況のことなど他愛のない話題ばかり。知り合いが立ち寄り、輪が広がることもあります。

「元気なうちは続けていきたいね」と語る3人。

この“朝の集い”は、地域のつながりをそっと支える大切な時間になっています。



▲コーヒーを片手に楽しいひとときを過ごしています♪
快く取材に応じていただき、ありがとうございました!

今回のお宝情報は、地域のみなさまからお寄せいただいたものです。ご協力いただき、ありがとうございました。住民同士が助け合い、つながりを大切にする“支え合い”の取り組みは、安心して暮らせる地域づくりにつながっていきます。生活支援コーディネーターは、地域の集まりを訪問し、皆さんの元気の秘訣を取材し、広く発信する活動を行っています。地域での取り組みや、ちょっとした話題でもかまいません。みなさまからの情報をお待ちしています。

活き生き長生き教室

上 郷



色麻町レクリエーション協会のみなさんによる卓球バレーが行われ、参加者は「いち、に、さん」と声を掛け合いながら息を合わせ、軽快にピンポン玉を打ち返していました。想像以上の速さに驚く場面もあり、集会所には笑いが広がりました。参加者からは「とても楽しかった。何度か卓球バレーをしたことがあるが、毎回楽しい」との声が寄せられ、和やかな交流の時間となりました。
(9月19日 上郷集会所)

活き生き長生き教室

高 根



秋の恒例行事として芋煮会を開催。体操や肩もみで体をほぐすと、「気持ちいいね」と笑顔がこぼれました。続いてニュースポーツのラダーゲッターに挑戦し、「難しいけれど楽しい」と盛り上がりを見せました。体を動かしたあとは、温かい芋煮を囲み、秋の味覚と交流を楽しむひとときとなりました。
(10月8日 高根農業担い手センター)

ミニデイ

向 町



社会を明るくする運動「ミニ集会」では、活動紹介の後、増加する詐欺被害について啓発DVDを鑑賞。参加者からは「一人でいる時間が多いからこわい。気を付けたい」との声が上がりました。その後のラダーゲッター体験では、最初こそ戸惑いがあったものの、すぐにコツをつかみ、白熱した対戦で会場は大いに盛り上がりました。
(10月21日 向町集会所)

南大

ミニデイ



町保健福祉課保健師による健康講話では、運動や食事への配慮、社会参加が介護予防につながることを学びました。続いて行われたラダーゲッター体験では、最初は思うように投げられなかったものの、次第に上達し、2チームに分かれた対戦では同じチームが連勝するなど活気にあふれていました。
(11月12日 かっぱのゆ)

伝八除

ミニデイ



民生委員さんによる脳トレ体操では後出しジャンケンに挑戦し、参加者は笑顔で取り組んでいました。さらに王城寺原駐在所の警察官による防犯講話では、国際電話を悪用した詐欺への注意として「+」から始まる番号には応答しないことを確認しました。最後には手作りの豚汁とおこわが振る舞われ、心も体も温まる時間となりました。
(12月5日 伝八集会所)

鷹巣

生き生き長生き教室



健康運動指導員による口腔ケア講話では、毎日の歯磨きや口内を清潔に保つことが健康維持や介護予防につながると学びました。続いて口の周りや体をほぐす体操を行い、会場は笑顔と活気に包まれました。締めくくりにはお茶のみ会が開かれ、参加者同士の会話が弾み、温かな交流の場となりました。
(12月10日 鷹巣集落センター)

地域の魅力が集まったお宝発表会 開催!

11月26日(水)、町農村環境改善センターを会場に第5回お宝発表会を開催しました。会場には35名の方々にお越しいただき、支え合い活動の大切さを再確認しました。



はじめに、全国コミュニティライフサポートセンター理事長 池田昌弘氏を講師に迎え、「支え合いの地域づくり」についてご講話いただきました。住民同士が日常の中でさりげなく気かけ合うこと、そして何気ない地域の活動こそが“お宝”であると語られ、参加者は深くうなずいていました。

続いて3団体による活動発表が行われました。「結友会(ゆうゆうかい)」は介護施設での歌や踊りのボランティアやお茶飲み会の取り組みを紹介。「プリティーウーマン」は25年続くサロン活動と仲間の絆を伝えました。「平沢男のサロン」は30年にわたり毎朝集まり、火を囲んで語り合う交流を続けていることを紹介しました。

それぞれの活動が地域の支え合いを形づくる“お宝”であることを実感できる、温かい発表会となりました。



▲全国コミュニティライフサポートセンター 理事長 池田昌弘氏



▲結友会のみなさん



▲平沢男のサロン 鈴木さん



▲プリティーウーマンのみなさん

発表されたみなさん、発表へのご協力ありがとうございました!

生活支援体制整備事業は、介護保険制度の地域支援事業のひとつです。
しかま支え合い情報誌は、色麻町生活支援体制整備事業の一環として発行しています。

発行：社会福祉法人色麻町社会福祉協議会

〒981-4122 宮城県加美郡色麻町四竈字杉成 27-2
TEL:0229-65-2260 FAX:0229-66-1713
E-mail: shikama.shakyo@vesta.ocn.ne.jp

ホームページアドレス

<https://shikama-sasaeai.com/>

地域の活動の様子を掲載しています！
QRコードで読み取り、ぜひアクセスしてください！

