

# かけはし

第47号 令和8年3月

発行元: 城東地区福祉推進員会  
松江市北田町 273  
(松江市城東公民館内)  
TEL 0852-27-5680  
FAX 0852-21-8710

題字 松江市立第二中学校 2年 多々納 みゆ さん

立春とは名ばかり寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。  
日頃福祉推進員の活動に協力いただき、ありがとうございます。  
民生児童委員、福祉推進員、松江市社会福祉協議会※と連携しながら情報共有しています。  
ひとりで抱え込まずに みんなで一緒に活動しています。

つながりづくり

見守り

知らせる(相談)

※高齢者に関する様々な相談は、

中央地域包括支援センター (☎0852-24-6878) 24時間対応

城東地区福祉推進員会 副委員長 福富 明美

## ちよこっと回想法のコーナー

回想法とは…なつかしい思い出を語り合うことで、脳が活性化し、認知症の進行を緩やかにし、認知症の予防法として効果が期待されています。

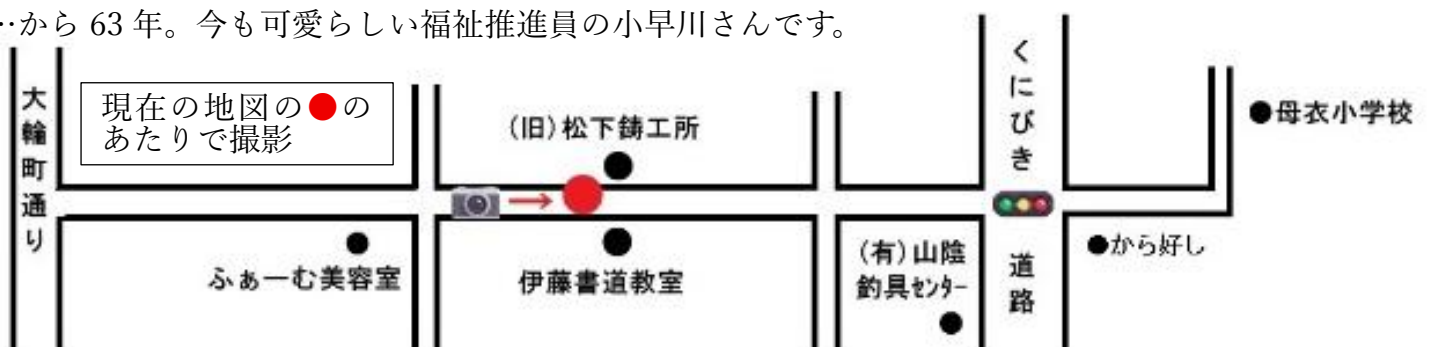


昭和37年の写真です。

向かって左側に見える建物は、旧鑄工所です。この頃は、道の真ん中で、縄跳びをして遊んでいました。当時は車通りも少なく、道路で遊んでいても、誰も怒らなかったです(笑)他にはワフワフが流行っていて、よく遊んでいたのを覚えています。

とっても可愛らしい姉妹♡

…から63年。今も可愛らしい福祉推進員の小早川さんです。



## 各地区からのお便り

新しい年が来た 希望の年だ  
神様は又一年というご褒美をくださった  
今年は午年のようだ  
午とは前進とか飛躍とか成功とか  
縁起のよい動物である  
私達もこの午年にあやかり  
まだ伸びしろがあると信じて  
明るく健康に活動したい  
皆様どうぞよろしく申し上げます



母衣町米子町なごやか会 会員

## 「おでん🍲」で幸せ♡

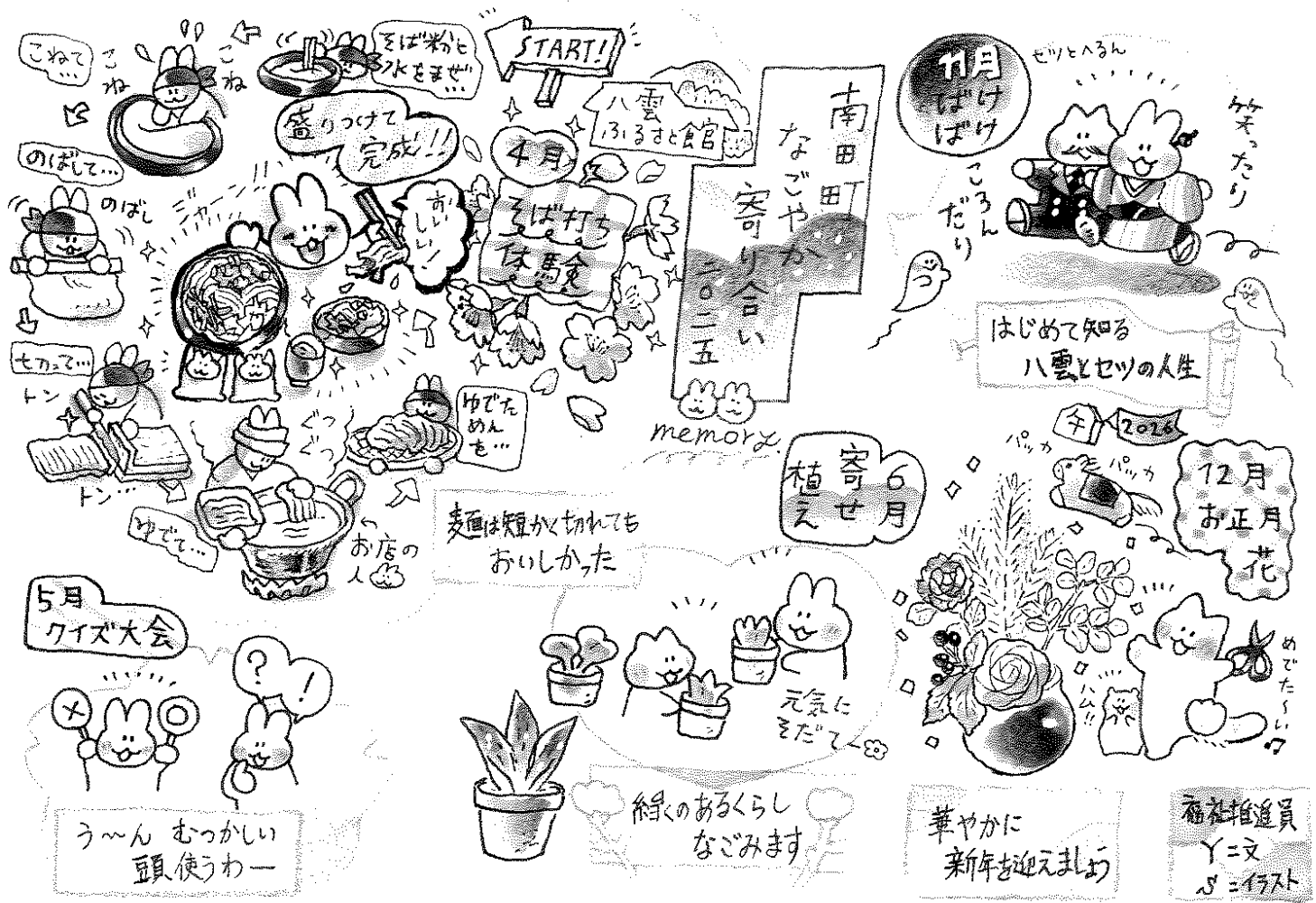
毎日寒い日が続いていますが、毎年この時期は『おでん🍲』に助けられています。『おでん』は、自分の好きな具材を入れられますし、単身赴任をしている私にとっては簡単にできて美味しい料理なので食卓の強い見方です。

特に好きな具材は、『卵』と『大根』ですが、どの具材もそれぞれ自己主張していてみんな大好きです。いつも大根に隠し包丁を入れながら美味しくできあがったおでんを想像してニヤニヤしながら料理しています（笑）。

我が家では、鍋料理の締めではないですが、おでんの最後にうどんを入れて松江発祥の『おどん』にしています。これが非常に美味でいつも『至福の時』を楽しんでいます。

仕事もプライベートも段々とベテランの域に足を踏み入れてきましたが、時代の流れに取り残されることなく、おでんの具材のように新しいものをどんどん吸収し成長していきたいと思う今日この頃でした。

上追子 山根 誠



福祉推進員としての役割.活動.支援.1年間協力できなくて  
 誠に申し訳し御座います。お詫び申し上げます  
 衣し自身.体調が悪く(難病)日変りメニューの体調です  
 3ヶ月に1度は周山の病院にて定期検査しています(1度で1週間)  
 滞在しています。川ピリ治療の為温泉めぐり.スホーシム(1週間3-4回)  
 にて体をリハビリします。私も昨年後期高齢者医療費負担割合が  
 1割負担に安く感謝します。運転免許証もクリアな堵  
 してす。これからも人間関係を大切に健康第一。一日を大切に  
 福祉推進員の皆様と健康で元気で楽しい愉快な日々にかつ  
 ように自身から努力して頑張ります。感謝の心で  
 孫4人.ひ孫4人成長が楽しみで生きがいです。

東本所 会長

～福祉推進員の活動のご報告～

## 11/7 ウェス作り・ウェスの寄贈

今年も城東地区内外から提供していただいた古着やタオルなどを、福祉推進員の皆さんでウェスに切り分け、地区内の幼稚園や保育所、介護施設など、6施設へ寄贈することができました。  
たくさんの古布を提供していただいた皆様方に、心より感謝とお礼を申し上げます。



## 10/29 しまね海洋館アクアス社会見学

しまね海洋館アクアスは、ちょうどシロイルカの赤ちゃんが一般公開になったタイミング! 普段は見るできないシロイルカのバックヤードツアーも見学でき、賢くてかわいいシロイルカにメロメロでした。はまだお魚市場でボリュームたっぷりの魚定食に大満足♪道の駅でお買い物を楽しんで帰路に着きました。



## 12/12 民生児童委員との合同研修会

【第一部】講演会「健康で長生きするために」  
講師: 松江赤十字病院 院長 大居 慎二 様  
日常生活で気をつけるポイントについて、わかりやすくお話しいただきました。

【第二部】座談会  
地区ごとに分かれ、民生児童委員と福祉推進員の顔合わせ、情報共有等を行いました。



## 福祉推進員とは?



住民の立場で普段持っている「アンテナ」を少し張って、子どもから高齢者までご近所の方の気になる変化や小さな SOS をキャッチし、専門機関・自治会・民生児童委員などへつなぐ活動や、高齢者の集いの場「なごやか寄り合い会」を開催しています。城東地区では現在 50 名が福祉推進員として活動しています。