



天気は、朝から風も強く雨模様。
2月5日健康福祉部が「フレイル予防講座」を行った。

講師はシナプソロジーアドバンス（脳トレ）教育トレーナーをはじめ各種の資格を持つ尾中美穂先生にお願い、1時間半みっちり体を動かしたり、脳トレを行った。その1時間半の間、勤労福祉会館4階の講堂いっぱい笑顔と笑い声が響いた。そして、みんな笑顔で解散した。



令和五年師走二九日、中央地区自治連合会、中部地区社会福祉協議会共催で恒例の『地域ふれあい餅つき大会』を実施させて頂きました。下関市社会福祉協議会が担います『歳末助け合い運動』共同募金を原資に、年末年始に地域で交流事業等を行う各地区社協へ事業助成が行われます。中部地区社協では、長らく地域の高齢独居希望者へ『おせち料理』にお餅等を添えて配布する事業を継続して参りました。時を経て現在、おせち料理は日持ちするお正月に因んだレトルト食品等に変更となりました。お餅搗きも以前は年明けに単独の地域ふれあい事業として行っていました。地域の皆様が手ずから搗かれた愛情のこもったお餅を正月用品と共に届けようということになり、地域在住七五歳以上単身独居者の希望者への配布事業となった次第です。そのお餅つき、機械力などは利用せず、昔ながらの作法で行っています。毎年ご参加の皆様は、それぞれ持ち場も自ずと定まり、地域在住各位の連携強化にも貢献しています。下関社協、東部包括の皆様や近隣自治会の皆様も折に触れ応援にお見え頂いています。中東地区まちづくり協議会の内山会長さん毎年ご奉仕を頂き本事業に欠かせない方になっています。末尾ながら関係各位に感謝しつつ、継続は力で今後共末永く事業を育んで参りたいと存じます。

林 真一郎

中部地区地域ふれあい事業
地域ふれあい餅つき大会

からと子ども食堂「縁」活動報告

貴船町二丁目 内山 治恵

早いものですね。からと子ども食堂「縁」は、令和6年4月で2年半を迎えます。スタッフの仲間入りをした頃は、同僚のスタッフの方に、気さくに打ち解けられないのでは？と、いろいろ気にしていましたが、一緒に活動しているうちに、気兼ねなく、何でも聞くことができるようになり、今では、月に一度（第二木曜日）開催される日が楽しみになりました。

厨房担当においては、その道のベテランさんの包丁さばき、味付け、盛りつけなどを学んでいます。

一方、食堂担当の時には、ご利用者の皆さん方が美味しそうに食べてくださる様子を見て、とっても喜びを感じています。

また、毎月第4週目に開催される反省会では、①その月の献立の気づきと反省 ②野菜、お肉の切り方と厚み ③彩り、調理に不足したものはなかつたろうか ④次回にはどういう料理を出すか ⑤材料、量、彩りはいいか、見

栄えも、味もいい料理をと、スタッフ一同工夫を重ねています。

これからも、『からと子ども食堂「縁」』が、ご利用者の皆さまからずっと親しまれる様に、スタッフの一人として頑張っていきたいと思えます。



開催日時：毎月第2木曜日 16時～18時（食事提供17時～）
開催場所：教法寺（赤間町）
参加費：中学生以下 無料 高校生以上 300円
申込先：中東地区まちづくり協議会事務局
電話・FAX：083-250-8380（月・水・金 9:00～14:00）