

写真の町  
いがしかわ  
**社協だより**

発行  
社会福祉法人 **東川町社会福祉協議会**  
☎071-1423 上川郡東川町東町1丁目7番14号  
高齢者いきいきセンター内  
☎ (0166) 82-7505  
FAX (0166) 82-7301

子どもから高齢者までみんなが笑顔で過ごせる そんな福祉の町づくりを目指します。

**いきいきセンター 祝 敬老会**



元気に楽しく  
過ごせる場所☆

コミュニティセンター  
で毎週やってます

↑美空ひばりの「お祭りマンボ」に合わせてカッコよく踊りました！



←箱の中身はなんだろう？  
手の感覚だけでわかったかな？



↑こっちの方が似合うかな？  
利用者さんと一緒に浴衣に着替え



↑職員一同から感謝のメッセージカード！  
いつもありがとうございます！

いきいきセンターは、要介護状態にならないように体操やゲームを通して介護予防を行っています。

コロナ禍の中ではありますが、感染対策をしながらみなさんに楽しんでいただけるようあーんなこと、こーんなことをしています。気になる方はぜひ遊びに来てください！

東川町高齢者いきいきセンター  
担当：長谷川  
住所：東川町東町1丁目7番14号  
電話：82-6060  
☎まずはお電話ください  
(バスでの送迎もあります)



ーぼだい樹の会の集まりに関しては、コロナウイルス感染対策を講じて実施していますー

## 今年もひっそり ぼだい樹の会「ミニどん祭り」



8月2日ぼだい樹の会「ミニどん祭り」を行いました。屋台には綿あめ、ポップコーン、かき氷を用意。ビンゴゲームでは駄菓子のかみ取り！今年も皆さんと一緒に楽しむことができました♪



## ♪ぼだい樹農園コンサート♪

9月6日に今回で7回目となる  
「ぼだい樹農園コンサート&収穫祭!!」を開催しました。

前半は♫コンサート♫大久保さんのギター弾き語り、そして樋浦さん（ハーモニカ）にもサプライズで出演いただきました。今年も清々しい秋晴れの中で開催することができ、素敵な歌声と懐かしい音色にコロナ禍で疲れた心身も癒やされるひとときを過ごしました♪



後半は✽ローズマリー祭✽今年のぼだい樹農園には松家農園さんからご寄付いただいたローズマリーを植えています。松家農園の松家さんとローズマリープロジェクトメンバーの伊東みどりさんにローズマリーの効果やローズマリーでできた石けん、化粧水、池田さんに作っていただいたおい袋などを紹介していただきました。また、伊東さん手作りのローズマリーティーも好評でした♪



### 紙おむつサービス事業

10月より、今年度2回目の支給受付が始まりました。ご希望の方は当社協へお申し込み下さい。

### 東川町診療所で診察を受けたときの 医療費分（薬剤費は対象外）助成事業

後期高齢者医療保険1割負担の方で、まだ申請書を提出されていない方はご提出下さい。

### 除雪費用助成事業の受付が始まります

高齢や障害等により除雪が困難な世帯に、住宅の生活用通路の除雪をするための費用を助成します。

（12月～3月 月3,000円まで助成）

ご案内は各町内会に回覧でまわりますので、ご希望される方は添付の申請書で当社協までお申し込み下さい。

なお、申請書用紙は役場保健福祉課と社協窓口にも用意しております。

お問合せ 東川町社会福祉協議会  
電話 82-7505 担当 村端



# しらかば学級 健康づくり講座 「ボッチャを楽しむ」

## ボッチャ講座



9月10日(金)にB & G海洋センターで行なわれたしらかば学級のボッチャ講座に審判として参加してきました。

東京パラリンピックのボッチャ競技をテレビ観戦された方も多く、白熱した試合が繰り広げられました。

回数を重ねるごとにみなさんみるみる上手になり驚きました！

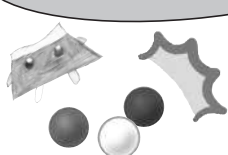


町内会や団体等で「ボッチャ」をやってみようかなと思ったら社協(☎82-7505)まで気軽にご連絡ください！

ボッチャ道具の貸し出しも行っています！

年齢や障がいを問わず、誰でも楽しめるスポーツ  
「ボッチャ」

## ボッチャとは



ボッチャは、ヨーロッパで生まれたスポーツで、パラリンピックの正式種目となっています。

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

単純なルールですが、いろいろな戦略や技術があり、とても奥の深いスポーツです！



## －困った時に誰もが「助けて」と言える町に－ 第21回

### 「時間感覚のズレ」

一年程まえからだろうか。私は自分の時間感覚に違和感を覚えるようになった。というのは例えば一週間位前の新聞記事が気になり、もう一度見ようと探すが、なかなか見つからない。まさか2、3日前の新聞ではないと思いつつ開くと、何とそこに目当ての記事が…。つい2、3日前のことだが、私にとっては既に一週間前の出来事として記憶されていた。時には人と会っても同じような事が起きる。その人と度々会っていたにも関わらず、何だか懐かしい気になり「しばらく」と挨拶すると「あら、この前も会いましたよ」と返される始末。年を取ると月日の流れが早く感じるようになるとは昔から言われる話だ。一般的にその原因は新陳代謝も関係しているとか。若い時のように代謝が活発であれば、心的時計は実際より早く進み(とっくに定刻に達したと思ったが、まだまだ先だった)反対に新陳代謝が不活発になる高齢者は実際の時計より心的時計が遅くなる(定刻に至るまでまだ余裕あると思ったら、とっくに過ぎていた)というのだ。

パーキンソン病の中には健康な人と比べて時間が早く経過したように感じる人がいるとの臨床研究が7月の北海道新聞に掲載されていた。それでストップウォッチで10秒を正しく見積もるトレーニングを一カ月続けたところ、認知機能の改善効果があると判明。私自身、パーキンソン病ではないが「時間感覚の違いが周囲の物事に対する状況判断に影響を与えている可能性がある」(昭和の大の本間元康講師)とするならば、年を取ったからでは済まされない。元来せっかちな性格の私だ。正常な時間感覚を取り戻せるかわからないが、とりあえず10秒ウォッチングのリハビリはやってみようと思う。日常の時間感覚のズレを認知症に発展させないためにも。

あなたと私は、赤い羽根でつながっている。



「あの人」を支えたい。困ったときはお互いさまだから。

その小さな思いが、街角から、ネットから、地域の住民から集まってくる。

意志あるお金は「あの人」を支えるための力となる。

募金をする人、活動をする人、支えられる人。

みんな、赤い羽根でつながっているのですね。

意志あるお金、募金のチカラ。

赤い羽根共同募金

[illegible]

じぶんの町を良くするしくみ。

## 赤い羽根共同募金

10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります。

毎年町内会にご協力いただいている戸別募金の他にも町内の赤い羽根募金箱を設置させていただいているお店や社会福祉協議会事務所でも募金をすることができます。

また、事務所玄関横の自動販売機で飲み物を買っていただくと、一部募金になります。

さらに、インターネットでも募金ができます。

いろいろな方法で、わたしたちの町のために、ご協力よろしくお願いします。



スマホからも、  
募金できます。



いただいた募金は、約7割がわが町東川町に、約3割が災害復興のためや道内の福祉団体等で使われます。わたしたちの町のためには・・・高齢者ひとり暮らしの集い事業や各小学校・中学校・高校のボランティア活動推進、各自治振興会のサロン事業、おもちゃの病院やばだい樹の会（家族介護者支援の会）など団体の活動推進、ボランティアセンター活動費などに使われています。

ちょこっとカレンダーリサイクル市!!やしま〜す!

■場所：高齢者いきいきセンターホール ■日時：令和4年1月17日(月)～28日(金) 10：00～15：00

コロナ禍の中、静かに開催する予定です。お代は赤い羽根募金とさせていただきます。

不要な2022年（令和4年）カレンダーをご提供いただける方は、東川町社会福祉協議会へお届けください。

【集める期間 12月中旬～1月中旬 平日8:30～17:15（土日祝日と12/31～1/5はお休みです）】



お知らせ

「令和3年7月豪雨災害義援金」の募集を12月30日まで行っています。

義援金の寄附をご希望の方は、当事務局までご連絡をお願いします。

※義援金の寄附や赤い羽根・歳末たすけあい募金については、税制優遇措置の適用対象となります。

詳しくは当事務局までご確認ください。