

更女だより

令和3年3月1日発行

編集・発行 糸魚川地区更生保護女性会
事務局 糸魚川市社会福祉協議会
(電話) 025-552-7700

コロナに気を付け、ココロもカラダも健康に！

3地区それぞれで開催されたミニ集會に総勢40名もの参加がありました。今回は糸魚川市の出前講座『介護予防(げんき応援教室)』を福祉事務所佐藤恵主任保健師に健康維持のお話や脳トレを兼ねた体操、ビンゴゲーム(野菜や花の名前)を教えてくださいました。久々にお会いする会員同士、終始和やかで笑顔溢れる楽しい時間となりました。



佐藤恵主任保健師



きちんと食べよう！磨こう歯もう！
三食しっかり食べて、口腔ケアもお忘れなく♪
お口の健康は長生きの秘訣。
8020 目指して頑張りましょう！！



手は3の倍数で打ち、足は4カウントでステップを踏みます。やってみると、予想以上の難易度の高さ！自宅でもやってみようという声が多く上がりました♪



まずビンゴの用紙を作るために白い紙を25等分に折ります。む、むずかしい！それぞれ自作の畑や毎日の献立、スーパーの棚を思い浮かべながら記入していきます。なかなか出てこない残りあと5マスが思い浮かんだときのスッキリ感はやみつきになります！



～他にもこんな声が上がりました～

- ・会員数が少ない地区で人数確保が大変なので、今回のように合同で行って頂けるのはありがたかったです。
- ・冬は悪天候の日が多く寒くて車で出るのも大変なので、できれば開催は見合わせて欲しいです。
- ・家にこもりがちな季節で、コロナ禍により不要不急の外出を控えねばならない日々ですが、こういった機会に開催していただけて丁度よかったです。



社会を明るくする運動 ミニ集会

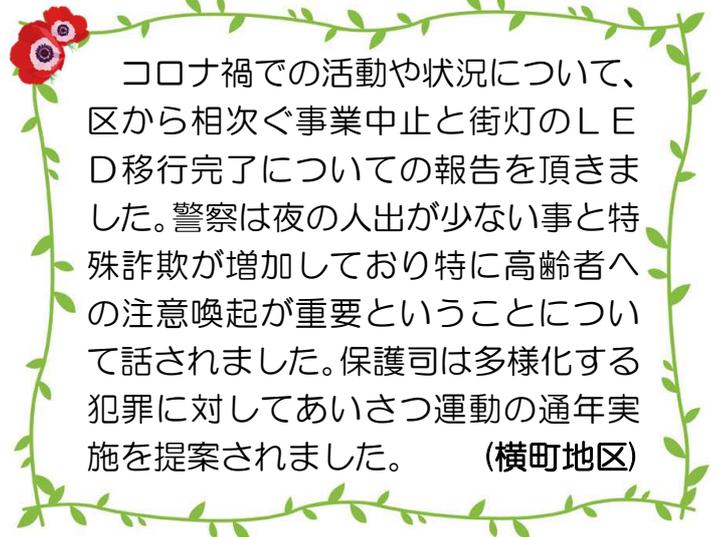
例年ですと7月に開催していたミニ集会。今年度は新型コロナウイルスの影響のため10月の開催となりました。三密回避・こまめな換気・手指の消毒・マスク着用を守りながら行われ、どの地区も活発な意見交換がされ有意義な会になりました。



能生支部

今回のミニ集会では顔を見て会話出来ることの幸を実感しました。また不審なメールや電話、来訪など特殊詐欺への注意喚起と、ネット社会との関わり方を心配しています。それから子供たちのあいさつ運動の拡充を望む声が上がりました。

(青海支部)



コロナ禍での活動や状況について、区から相次ぐ事業中止と街灯のLED移行完了についての報告を頂きました。警察は夜の人出が少ない事と特殊詐欺が増加しており特に高齢者への注意喚起が重要ということについて話されました。保護司は多様化する犯罪に対してあいさつ運動の通年実施を提案されました。(横町地区)



大和川地区



押上、寺町・大町地区



★更女の豆知識★

ドクダミの花を瓶いっぱい入れます。それに焼酎を入れ、一週間ほど置きます。そうすると天然の『痒み止め』になるんですよ。今年も蚊に刺される時期がやってきます。是非お試し下さい！

(要望があり再掲載)



子ども達の挨拶はとても良く高齢者は元気をもらいます。これからも思いやりの心を持って交したいと思います。

また、突然訪問し『電気料金の受領書を見せて欲しい』という特殊詐欺がらみの案件があり、昨年お願いした区内のパトカー巡回の継続の要望がありました。

色々な立場でのお話を伺い、安心安全な地域づくりや犯罪者の更生にご尽力いただいていることを再確認致しました。(一の宮地区)

親愛なる更女会の皆様

会長 小田島 道子

それにしても不思議な年でした。パンデミックが、やがて地球上全体に引き起こされるという以前からの警告に、私はへえ〜そうなん、と他人事としてしか思っていませんでした。ところが瞬く間に、地球人はマスク星人となってしまうのです。

更女会の年間の予定もごとごとく中止・延期、すっかり調子が狂ってしまいました。でもそんな中、ミニ集会2回、中学校卒業生へのエチケット袋のプレゼント、それにこうして更女だよりも2回発行することが出来ました。かうじてではあります。が命脈を保っています。

私達は本当に不思議な時代に遭遇したもので。しかしそこには実はきつと深い意味があるのかもしれない。まぎれもなく更女会においても大きなテーマになっていくことと思います。とにもかくにもマスクの中で笑顔を絶やさない。ではまた。

『新潟県社会福祉協議会会長表彰
(社会福祉活動優良団体表彰)』



今年度は縮小に縮小を重ねた活動でしたのに表彰して頂きとても嬉しい事でした。これも皆様のお陰でございます。今後ともよろしくお願い申し上げます。

表彰おめでとうございます

新潟保護観察所長感謝状

吉田 洋子
舟井 悦子

新潟県更生保護女性連盟
会長表彰

入江 和佳子
竹田 初江
黒坂 カネ子



青海こども食堂にボランティアとして参加して

昨年2月のミニ集会で虐待の話をお聞きしショックを受けました。更女として何か役に立ちたいと思い『青海子ども食堂そよかぜ』のボランティアに参加しました。子どもや地域の人たちから「美味しかったよ!」「楽しかったわ!」との声が聞けて元気を

もらいました。

そして明るい気持ちで手を取り合い、虐待のない世の中を目指して進んでゆきたいと思います。

(青海支部 星野 五十鈴)





エチケット袋贈呈



今年度も市内中学卒業生304名にエチケット袋を無事にお贈りすることができました。コロナ禍の中でも会員は自主的に自宅で作って持ってきてくれました。先生方は「いつもありがとうございます！」と待っていてくれましたし、生徒さんからは「僕たちを地域の一員として認めて頂きありがとうございます。大切に使います！」という感謝の言葉をお聞きしました。皆さん、また元気いっぱい頑張ってください！ご協力をお願いします。



出来上がったエチケット袋入れ。
心を込めてラッピング♪



青海の小物作りの様子。
にぎやかです！



令和3年度事業予定

4月からの活動予定です。皆様体調管理をしてご参加ください。

- 4月(予定) ----- 令和3年度総会
(ビーチホールまがたま)
- 5月下旬 ----- 連絡員打合せ会議
- 6月25日(金) ----- 上越ブロック研修会(板倉)
- 7月1日～ ----- 社会を明るくする運動
- 10月1日(金) ----- 更女の日
- 11月10日(水) ----- 県更生保護女性の集い(新潟市)
- 11月(予定) ----- 会員研修(担当：糸魚川支部)

※昨年度同様コロナウイルス感染症予防の観点から、活動の自粛や事業の中止が起こりうることを何卒ご理解下さい。



そうめん冷や麦 いかがですか♪

例年大好評をいただいております『そうめん・冷や麦』を今年も販売します。ザルで良し、流しても良し、温麺にしても格別です！ぜひお召し上がりください☆

総会時に取りまとめます！
ご注文お待ちしております♪



編集後記

新型コロナウイルスの感染者が世界で一億人を超えました。そして数年ぶりの大雪も重なりとにかく不要不急の外出は控えねばならぬ中、皆様それぞれに工夫を凝らし活動をなされたことと幸いです。

この『更女だより四五号』を通じて会員の皆様とお会いできないところでも繋がりを深めていければ幸いです。コロナワクチン接種開始が待たれますが、それまで三密回避で乗り越えましょう！

(猪又 悌子)