

高齢者いきいき案内所季刊誌

No.12

2023/6/30

# 生き活き

## 【目次】

つながる……………	1・2
いそしむ……………	3・4
くらす……………	5・6
今月のクイズ……………	裏表紙

## ポッチャ交流

令和5年3月28日(火) 13:00~15:00 香川県社会福祉総合センター3階健康プレイルーム  
参加者 ポッチャ部7名(男性2名 女性5名) 小学生6名(男子) 一般5名(男性1名女性4)

まずは挨拶から始まります。



チーム代表が先攻後攻を決めるじゃんけんをした後、優勝をめざして、真剣勝負が始まります。



相手チームが投げる時も真剣なまなざしで見つめます。



ポッチャ部との交流希望については、高齢者いきいき案内所事務局までご連絡ください。



ボール位置の確認や得点計算に集まりながら、ルールを学びます。世代や学校区を越えたポッチャ交流は、お互いを地域の一員として認め合える機会につながります。



**ポッチャ部部員募集中! 練習日7月11日(火)、8月1日(火)**  
詳しくは、高齢者いきいき案内所事務局までご連絡ください。  
電話 087-861-0546 FAX 087-861-2664

## 交流会『きらりんぐ』1月 VR体験

令和5年1月13日(金) 14:00~15:30 穴吹デザインカレッジ(高松市錦町1-3-5)  
参加者 9名(男性4名 女性5名)

ゲームクリエイター学科教員の井上 克也先生の講義では、IT関係の著しい変化の話に驚き、初めての体験に不安を抱えながらも、ゲームクリエイター学科6名の学生さんを頼りにいざ、VR体験に挑みます。



VRゴーグルを装着して、仮想空間へ。コントローラーを使いながら、移動していきませんが、指示された部屋まで行くはずが、なかなか到着できません。目の前の世界と頭と体が追いつかない状況に学生さんから優しいアドバイスを受けます。



井上先生自らもご指導に。

### 参加者の感想

- 気分が悪くならないかと心配しながらの参加でしたが、次元を超えた体験ができ、素晴らしい時間でした。
- スカイダイビング、水中散歩と普段できないことが体験できて、楽しかった。
- 生活に活かせる技術を学生が担っていて、陰ながら応援したいと思った。
- ゲームへの悪いイメージが変わった。若い世代と若者文化と一緒に体験することで、相手への尊重や理解にもつながったように思う。

今回、VR体験にたくさんのお申込みをいただき、ありがとうございました。VR体験機材に限りがあり、10名のお申込みしか受けることができませんでした。令和5年度も学校と調整しながら、開催したいと思っています。

### 読み聞かせ

季刊誌「生き生き」の表紙デザインを担当いただいたデザイン学科の学生さんに、感謝と卒業のお祝いを込めて、読み聞かせボランティアさんに絵本の読み聞かせをお願いしました。社会に出ていく皆さんに絵本を通して、エールをお送りしました。



令和5年度読み聞かせボランティア養成講座始まりました。

## 令和5年度 読み聞かせボランティア養成講座 高松会場

令和5年5月11日(木)10:30~16:30 県社会福祉総合センター7階第1中会議室  
受講者16名(男性1名 女性15名)

本年度の講座の皮きりとなった高松会場では、定員15名に対して、34名のお申し込みをいただき、1名増員の16名で開催しました。多くの方々からお申込みいただき、ありがとうございました。

午前は池田洋子さん、午後は藤原まゆみさんから講義とグループワークを通して、絵本の持つ力、読み聞かせの双方向性、誰かに読む心地よさの体験、気を付けてほしい著作権の侵害について、と多くのことを学びました。

本講座を受講いただけなかった皆様には、大人のための読み聞かせ会や、絵本勉強会「絵本の扉」等にご参加いただきながら、読み聞かせ活動に関わってほしいと思います。また、宇多津会場、観音寺会場での開催も控えています。そちらへの参加もご検討いただければ幸いです。



2日目  
アトリエロッタ  
にて発表会

### おめでとう! いきいき団体さん

高齢者いきいき案内所ポッチャ部と絵本読み聞かせ ほのぼのの2団体が、ニッセイ財団より2023年度「生き生きシニア活動顕彰」を頂戴しました。

#### 高齢者いきいき案内所ポッチャ部

毎月1回練習会開催、令和4年度の活動は、ポッチャ交流大会等への出場、附属高松小学校及び近隣小学校との交流などを行いました。子どもをはじめ、障害のある方とも交流しています。体を動かし体の健康、得点計算やチーム名決定で頭の健康、仲間とのコミュニケーションで心の健康を保っています。

#### 絵本読み聞かせ ほのぼの

毎月1回定例会開催、高齢者施設及びこども園の定期的な読み聞かせ会、グループ主催での大人のための読み聞かせ会も行っています。絵本の読み聞かせが中心ですが、季節の歌、クイズ、簡単な体操や手遊びなども交えながら、読み手も聞き手も一緒に楽しむことを考えながら、活動しています。

## 交流会『きらりんぐ』2月 エンディングノート+お試し撮影会

令和5年2月14日(火)13:30~16:30 丸亀市市民活動センターマルタス 多目的ホール1  
参加者10名(男性4名 女性6名)



相続中心の終活セミナー60分(司法書士 川井 秀一さん)とお試し遺影撮影会(写真家 水原 優花さん)を丸亀市で開催しました。事前に準備をしておく大切さや、川井さん作成の分かりやすい動画(YouTubeチャンネル)を視聴し、専門家は気軽に相談できる存在ということなどを伝えていただきました。

講義後の遺影撮影の順番待ちの時間は、個別相談に充てていただきました。物腰が柔らかい写真家の水原さんの人柄に触れ、また、気になっている相続等の問題の解決の糸口がつかめたからか、撮影時には心なしか明るい表情になったのではないのでしょうか。この学びを機に、相続について家族と話すこと、遺影写真の準備などそれぞれの終活につなげていただきたいと思います。

## 交流会『きらりんぐ』4月・5月 電気を知ろう!

4月 令和5年4月19日(水)10:00~11:30 香川県社会福祉総合センター6階研修室 10名(男性3名 女性7名)  
5月 令和5年5月16日(火)10:00~11:30 あみのうら交流センター2階多目的室 8名(男性4名 女性4名)



四国電力株式会社 香川支店 広報課 北川さん、村上さん、真鍋さんにお越しいただき、電気について丁寧にご説明いただきました。

まずは、家庭での省エネについて、シートに従いチェックしていきます。分かっているようで十分に分かっていなかった電気の仕組みを知ること、節電の意味が見えてきて、節電に向けて行動できそうです。

最後の質問時間でも、丁寧に受け答えいただき、疑問や心配もすっきり解消されたようです。

四国電力株式会社 香川支店 広報課では小学生から高齢者を対象に、地域へ出向き、電気についてしっかり学べるふれあい出前講座を行っています。暮らしから切り離すことができない電気について、居場所などのさまざまな集まりで活用されるのも良いと思います。

いそしむ

●交流会「きらりんぐ」2月エンディングノート+お試し撮影会 4月・5月電気を知ろう!  
●読み聞かせボランティア養成講座始まりました  
●おめでとう!いきいき団体さん

# 琴平町社会福祉協議会

住所：仲多度郡琴平町榎井891-1  
 電話：0877-75-1371  
 F A X：0877-75-1481  
 メール：info@k-wel.or.jp

## 琴平町社協では こんな地域支援活動を実践しています

琴平町社協には、新型コロナウイルスの影響を受け、観光業で働いていた人からの失業による生活相談や8050問題等、様々な相談が寄せられ、何か、中間就労の場をつくることのできないかを模索していました。

一方で琴平町社協では以前から、地域の生産者や食品会社、障害者施設、学校と連携し、琴平産の規格外のにんにくの成分を丁寧に抽出したオリーブオイル「ガリック娘」を製造販売していました。

「ガリック娘」を製造する工程から出る副産物が年間3トン廃棄されており、食品会社からSDGsの取組も視野に入れ、それらを再利用できないかとの相談がありました。



「フライドガーリック」  
 ※商品名募集中!

「ガリック娘」



そこで、地域の鉄工所や食品会社、生産者と何度も協議を重ね、副産物である「フライドガーリック」を商品化することになりました。現在、5名がそれぞれの働き方で作業をしています。粉碎したのにんにくの仕分け作業や、体調によって作業が難しい場合には、ラベル貼りをしてもらっています。

ここで働くことで、自分が必要とされているんだ、自分にもできるんだという勇気や自信をもち、新たな一歩を踏み出すための、きっかけの場にしていきたいと考えています。

ガリック娘の詳細・ご購入については  
 琴平町社協HPをご覧ください。

<http://www.k-wel.or.jp/activity/garlic/>



# 高松市社会福祉協議会

住所：高松市福岡町二丁目24番10号  
 (福祉コミュニティセンター・高松)  
 電話：087-811-5666  
 F A X：087-811-5256  
 メール：takas001@mail.netwave.or.jp



高松市社会福祉協議会  
 イメージキャラクター  
 「なごみちゃん」

## 高松市社協では こんな地域支援活動を実践しています

高松市には市内44圏域ごとにコミュニティ協議会や地区社会福祉協議会が設置され、様々な地域福祉活動が実施されています。その中でも、ゴミ出しや草抜きといった生活支援サービスや、介護予防、孤立防止や生きがいづくり等を目的とした集いの場・サロン活動に取り組む地区は多く、同じ地域で暮らす住民同士の支え合い活動が行われています。

高松市社会福祉協議会では、そのような活動を支援するため、介護予防・日常生活支援総合事業や共助の基盤づくり事業などの地域の担い手養成を行い、地域福祉活動へ参加したい方への支援を行っています。



高松市介護予防・生活支援サービス  
 提供者養成研修 (facebookより)



訪問型サービスBでの生活支援  
 (ささえあい活動報告より)



協会会員研修 (facebookより)



フードバンクの仕分け (facebookより)

また、高松市社協の事業でも、住民参加型事業での協力会員として、掃除、調理・洗濯といった家事支援、一人での外出が不安な方に対する通院・外出支援の活動への参加や、フードバンク事業での食料品の仕分けに参加していただくなど、多様な場面で、地域の方にご活躍いただいております。

自分の経験やスキルなどの強みが、自分が住む地域の中で活かされ、また、地域福祉活動に参加される方が増えることで、自分の街がより良くなっていく。高松市社協では、こんな福祉の街づくりを支援しています。

私も一緒に活動してみたいという方は、お気軽にお問合せください。

また、事業について詳しく知りたいという方は、高松市社協のホームページやfacebookをご覧ください。新たな発見があるかもしれませんよ。

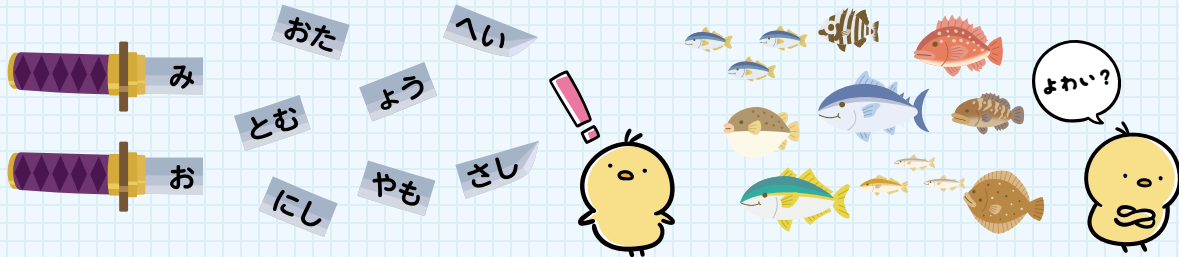
# “なんかええもん”をプレゼント!

## クイズ正解の中から、抽選で2名の方へ

第8号(令和4年6月30日発行)からクイズサークル「香川クイズサークルSQUIZ」の皆様  
先入観にとらわれず、柔軟な発想から答えを見つける問題を作成していただいています。今号  
でどのくらい頭をやわらかくできるか?クイズへの応募で“ええもん”も手に入れよう!

**Q1** バラバラになった二本の刀に戻して、  
それぞれの持ち主が誰か  
当ててください。

**Q2** 当てはまるのは?  
よろこぶ→キス      まわる→タイ  
はる→サワラ      よわい→?



【香川クイズサークルSQUIZ(スクイズ)】月1回日曜日高松市内公共施設にて、高校生から中高年の幅広い年齢層、約10名で活動中。ゲーム要素なものから競技レベルまで幅広いクイズの作成や解くことを楽しんでます。ご興味のある方は、高齢者いきいき案内所事務局までお問い合わせください。

- **応募方法** ハガキもしくはFAX、メールにて、  
①Q1とQ2の答え ②氏名 ③年齢 ④住所 ⑤電話番号を記載の上、ご応募ください。
- **申込期限** 令和5年8月31日
- **応募先** 香川県社会福祉協議会 高齢者いきいき案内所 〒760-0017 香川県高松市番町1-10-35 5階  
TEL:087-861-0546 FAX:087-861-2664 Mail:chiiki3@kagawaken-shakyo.or.jp

第11号いきいきクイズ当選者への“ええもん”は、すすくカフェ(南部すすくスクエア内)で使用いただけるドリンクチケット(3枚)を4名の方にお届けします。

第11号の答えは、Q1の答えは「瀬戸大橋」、Q2の答えは、「岸和田」です。解説は下記をご覧ください。

**No.11クイズ解説**

**Q1 赤い矢印**が表す橋の名前は何でしょう? **Q2** 下の記号に以下の条件を加えて、地名にしてください。  
ヒント1. 同じ漢数字(十、百、千...)を2回使用→千を2回、十を2回  
ヒント2. 同じカタカナを2回使用→口を2回  
ヒント3. 大阪府にある〇〇〇市

### 編集後記

5月から台風が発生し、台風大国である日本ではこれからの時期、台風に見舞われることが多くなります。台風発生時には、テレビ、ラジオ、スマホからの気象情報に十分注意して、慌てず行動したいと思います。また、香川では、台風によって水不足が解消されるので、台風がもたらす恵も感じます。(平池)

### 高齢者いきいき案内所に登録しませんか?

高齢者いきいき案内所では登録者をお待ちしています。

例えばこんな方...

- 何かしたいけど何から始めたらいいかわからない方
- 経験や知識、技術を活かして地域で活動したい方
- 読み聞かせやお話を聴く傾聴活動に興味がある方
- 無理なく体を動かせる地域活動をさがしている方
- まずは情報がほしい方

お気軽にご相談ください!!



令和5年度季刊誌  
発送作業ボランティア募集

実施日: 令和5年9月29日(金)、12月26日(火)、令和6年2月2日(金)  
香川県社会福祉総合センター3階ボランティア交流室で活動しています。  
お手伝いいただける方は、事務局までご連絡をお願いいたします。

《発行元》香川県社会福祉協議会 高齢者いきいき案内所

住所: 高松市番町一丁目10-35 Mail: chiiki3@kagawaken-shakyo.or.jp  
電話: 087-861-0546 URL: https://ikiki.kagawaken-shakyo.or.jp  
FAX: 087-861-2664

