

# 8月の黒部市福祉センターのお知らせ

開館時間 [休憩時間] 8:30~16:00 [入浴] 10:30~15:30  
 [休館日] 毎週月曜日(5日・12日・19日・26日)お盆のため13日・14日・15日は休館です。

## 元気はつらつ体操教室

10:00~11:00 / 65歳以上の方対象  
 参加費300円(入館料のみ)

- 体操** 樋口瞬先生
- 自力整体** 稲田清美先生
- 脳トレ** くろべ脳トレクラブ
- 健康体操** 舟崎弘美先生
- 体操** 藤田英子先生
- 体力測定・体操** 小森亜希子先生
- 講座** 明治安田生命  
 ※わたしと家族の「そぞく」講座

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1 健康体操	2 認知症 予防講座	3
4	5	6 脳トレ	7 自力整体	8 体操	9 体操	10
11 山の日	12 振替休日	13	14	15	16 自力整体	17
18	19	20 自力整体	21 認知症 予防講座	22 体力測定 体操	23 体力測定 体操	24
25	26	27 体力測定 体操	28 体力測定 体操	29 自力整体	30	31
9/1	2	3	4 自力整体	5 健康講座*	6 体操	7

## 今月のクラブ

### ポールウォーキング

13:30~15:00  
 9日(金)大布施公民館(現地集合)  
 23日(金)大布施公民館(現地集合)

### 囲碁・将棋クラブ

9:00~16:00  
 金曜日(2日・9日・23日・30日)  
 黒部市福祉センター 研修室

### 元気カラオケクラブ

9:00~15:30  
 8日(木)・22日(木)  
 黒部市福祉センター 研修室

● 今月の相談  
 予約受付 8/1より  
**弁護士と法律相談** ※先着4名  
 20日(火) 13:30~15:30  
 相談内容問わず、年度につき1人3回までのご利用とさせていただきます。  
**富山県東部生活自立支援センター生活自立支援相談**  
 5日(月) 10:00~11:30

● 今月の催し物  
 3日(土) 10:30~ 祐扇会  
 10日(土) 11:00~ 立山相甚会  
 31日(土) 10:30~ 華の会 歌謡ショー



福祉・ボランティアに関することは  
**黒部市社会福祉協議会**

<https://www.kurobesw.com/>



本所 黒部市福祉センター内  
 〒938-0022 黒部市金屋464-1 TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797  
 TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター) Eメール kurobesw@ma.mrr.jp  
 宇奈月支所・黒部市東部地域包括支援センター 黒部市ふれあい福祉センター内  
 〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111 TEL.(0765)65-1165 FAX.(0765)65-9533  
 Eメール tobu-houkatsu@kurobesw.jp

私たちは5GOALS for 黒部を推進しています



ちよこつと情報 [黒部市の人口] 39,486人 [65歳以上の人口] 12,822人 高齢化率 32.5% R6.6.30現在

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに。

# 福祉く3べ

8

2024  
 vol.221



この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。



# 第1回 わたしは、黒部びと。

## 田中多律子さん

(浦山/コーヒーが好き)

編み物が得意な田中さん。普段から浦山交流センターで行われるいろいろな教室に参加しています。今回は、クラフトバンド教室に参加してコースター作りとかごバック作りに挑戦する姿を取材しました。



取材：黒部市社協 高村彩加

## 素直な気持ちで編んでいく。

### クラフトバンド教室はどうでしたか？

昨年6月にもクラフトバンドでかごバックを作りました。今回は1年ぶりでしたが編むのが難しかったですね。「やるからには美しいものを作りたい」と思うので何度もほどこいては編み直すことを繰り返していました。今回はコースターを作りましたが、この後残り4回の教室でかごバックを作っていきます。

### 編み物はいつから始めたのですか？

小学生の頃から編み物が好きで、40歳頃から教室に通い始めて師範を取得しました。私の母が編み物をしていて、子どもの頃は母が作ってくれたセーターをよく着ていました。もしかしたら、母の姿を見ていたこともあって自分も編み物が好きになったのかもしれませんが。

今はセーターや手袋やバッグ、ティディベアなどいろいろな大きさのものを作っています。セーターは自分で製図して編むこともありますし、ベストだったらかぎ針を使って1週間ほどで完成しますね。細方眼(こまほうがん)編みという編み方は、編みたいという方に教えています。求心(きゅうしん)編みという編み方は難しいですが奥が深いです。また、市内の3つの小学校で手芸クラブの講師として

小学生にも編み物を教えています。

節句になったら赤鬼と青鬼の人形やお雛様とお内裏様の人形を自宅に飾っています。

今年の11月には東京で求心編みの作品展があるので私も作品を出す予定にしています。



田中さんが編んだ人形や手袋、セーターなどの作品

### 浦山交流センターの活動は どんなところが楽しいですか？

毎月、シャキッと体操やいろいろな教室に参加しています。みんなとワイワイできることが楽しいですし、認知症予防にもつながるかなと思っています。公民館の行事以外にも、毎週水曜日にはカラーリングをしています。シャキッと体操に来ている方に誘っていただいたのがきっかけで、始めて5年ほど経ちます。今度、浦山地区の人たちとチームを作って試合に出るのでそれも楽しみです。

クラフトバンド教室  
森山真弓先生



みなさん意欲的で、特に田中さんは自宅でコースターを編み直してこられたので驚きました。どなたも熱心なので嬉しいです。

黒部市社協  
高村彩加



参加者の方が「友だちの作品を見て自分も作りたいと思っていた。すごく楽しい」と話していました。外出を楽しめると生活にメリハリが出ると思いました。

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに



社協活動 pick up

## 「ウェルビーイングなまちづくり」 についてみんなで考えました。

令和6年6月4日(火)

黒部市国際文化センター コラーレ

一般社団法人スマートシティ・インスティテュートの南雲岳彦さんとデジタル庁の下山紗代子さんを招き、福祉と暮らしとまちづくり、そして地域と自分の幸せについて参加者全員で考えるワークショップを開催しました。黒部市、富山市、金沢市、渋谷区の地域幸福度調査の結果を基に幸福度と生活満足度を上げるには、どんなことに力を入れたらよいかグループごとに話し合いました。



南雲さん

黒部の基盤づくりと将来大切になることに着目した話し合いだった。幸せになるには自己効力感を高めることが大切。



下山さん

他の地域と黒部を比較することで、黒部の特徴をつかむことができたと思う。



竹山さん

これまで自分の経験を優先していたけれど、データから客観的に黒部を見ることができた。世の中の状況は変わっていくので自分の考えをこれから修正していきたいし、若い人たちの意見を聞いて柔軟性をもつことで地区の発展が思う。今日参加してよかった。

★ウェルビーイングとは…身体的・精神的・社会的に良好な状態にあること

地域福祉のために

ご寄付ありがとうございました

YKK・YKK AP労働組合 様

関西電力株式会社 黒部川水力センター 様

吉枝工業株式会社 様

明治安田生命 様

ひまわり保護者26会 様  
(寄附金と座布団をいただきました。)

昭和30年 生地小学校卒業 同窓会一同 様



食料支援いただきました  
ご協力ありがとうございます

にいかわ信用金庫 桜井支店・生地支店 様

アルビス黒部店 様

食料寄付を受け付けています

ご寄付いただいた食料品は、食料支援を必要とする世帯や施設、市内の子ども食堂に配布します。

受付場所 黒部市福祉センター  
富山県黒部市金屋464-1

WAWAWAネットワークの  
取り組みの詳細はこちらから

