

第10回 グラウンドゴルフ大会!! 参加者募集!

恒例の「グラウンドゴルフ」大会を11月に行います！
ルールが簡単で プレーヤーの数も自由、場所も問わないグラウンドゴルフは子どもから高齢者まで楽しめるスポーツです。皆さんも体験してみませんか。 (用具一式は用意があります。)

- 【日時】 11月27日(日) 受付：午前8時30分～午前9時30分
雨天中止(午前7時30分に可否決定)
- 【会場】 美原小学校校庭
- 【対象】 新所沢東地区および美原小学校区在住・在勤・在学の小学4年生以上
小学生は保護者同伴 運動の出来る服装・靴でご参加ください。
- 【申込み】 参加希望者は各町会(自治会)会長またはスポ協役員へご連絡ください。
- 【主催】 スポーツ協会新所沢東支部、体力づくり市民会議新所沢東支部
- 【後援】 新所沢東地区自治連合会 新型コロナ対策により、実施方法が多少変更になる場合がございます。

新所沢東地域包括支援センターからお知らせ

健康 ヨガ ココロもカラダもリラックス いつまでも楽しみながらイキイキと

日時：11月17日(木) 午前10時30分～午前11時45分
講師：岡本 ひとみ先生(所沢市在住。ヨガ歴22年、ヨガ指導歴15年)
会場：新所沢東まちづくりセンター 講堂
持ち物：バスタオル、フェスタオル
定員：18名(申込み制・先着順)
受付期間10月24日(月)～11月4日(金)

対象：介護をしている方・介護について知りたい方など
会場：新所沢東まちづくりセンター 研修室6・7号
内容：講話「間違った施設選びをしない為には」、懇談会。



講話後は息抜きタイムでお話ししながらリフレッシュしましょう！

参加費無料、事前申込み不要。

新型コロナウイルスの影響で変更・中止となる場合があります。

講話 くつろぎサロン

日時：11月29日(火) 午後1時30分～午後3時
講師：高齢者住宅仲介センターお住まい相談員
ウチシルベ西東京・所沢 松元 健児 氏

【問合せ】新所沢東地域包括支援センター
2968-8899
住所：松葉町11-1 マルハビル5階
地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています。

【新型コロナウイルス感染症対策のお願い】

- ◆検温を行います。
- ◆マスク着用でご来場をお願いします。
- ◆手指消毒をお願いします。

社会教育実習生の受入を実施しました！

9月13日(火)に社会教育実習生(大学生3名)が、新所沢東公民館事業で社会教育実習を行いました。実習生の感想を紹介します。

東洋大学 3年生 森田 愛生さん

「ふれあいいきいきサロン」に参加させていただきありがとうございました。サロンの中で高齢者の方々と交流し、様々なお話を聞いて非常に楽しかったです。

軽い運動やコミュニケーションを取る場として、公民館が地域の交流の場として機能しているのを実感することができました。特に、(毎回参加されている)ある方が野球についてのお話を始めた際に、皆さんが「出た！」と笑っていらしたのが印象的でした。「出た！」と言えるほど楽しく深い交流を行っていたのだと感じられる一言だったと思います。

今回のサロンが(夏休み明けで)2か月ぶりのものだったこともあり時間が押してしまうほど盛り上がり、皆さんにとってサロンが非常に大切な場所となっているのがわかりました。私の話も笑顔で聞いてくださって嬉しかったです。

サロンの中で、包括支援センターの方のお話があったのも勉強になりました。このような場面を通して、詐欺や介護サポートについてのお知らせをすることで、普通にチラシや放送などで宣伝するよりも印象に残りやすいのかなと思いました。このような場を通して人々の生活



実習生が参加したサロンの様子

をより安全で質の高いものにするような知識を広めていくという手段を学べて、とても勉強になりました。

東洋大学 3年生 田中 由美子さん

新所沢東地区の歴史を学んだり、いきいきサロンに参加させて頂いたりすることで、職員の方が地域の人とこの地域をより良くするにはという思いの元、場づくりをされていることがよくわかりました。私の地元ではあまり感じたことがない人同士の距離感が近く少しうらやましく思いました。今後地域づくりを考える上でとても勉強になりました。どうもありがとうございました。

東京学芸大学 2年生 徳江 未礼さん

私は生まれも育ちも所沢市なので、市内での実習は地域住民言わば当事者の視点からも取り組むことができ、面白さを感じています。特に新所沢東公民館(まちづくりセンター)は自分の住んでいる地区がとても近く利用したこともあったため、改めて地区や公民館の歴史や特性を学ぶという大変興味深かったです。「自分が暮らしている地域について知る」ことはその地域への愛着につながるのではないかと思います。「若者の公民館利用」は多くの公民館で課題になっており解決案の模索はとても難しいことだと思います。この課題は自分も特に深めたいと思っているテーマです。

参加させていただいたふれあいいきいきサロンでは、地域住民(ご高齢の方)にとっての憩いの場の1つになっているなど参加者の様子を見て感じました。地域住民、公民館職員、地域包括支援センターの方、初めて参加した実習生...このサロンに参加している頻度に関係なく、誰でもその場に溶け込める雰囲気がありそのような雰囲気で行えるすごさを感じました。ありがとうございました。

♪身近な音楽で♪ 楽しもう！レクダンス！

～誰でもできるレクリエーションダンスの体験講習～

日時、会場：11月29日(火) 午前10時～正午、新所沢東まちづくりセンター・公民館 講堂
講師：大竹ミイ子さん(日本フォークダンス連盟レクダンス委員、一般指導者資格保有者)
持ち物：運動しやすい服装、汗ふき用タオル、水分補給用飲み物

内容：年齢、経験問わず楽しめるダンスプログラム
参加費：無料

申込：11月8日(火) 午前8時30分～ 定員20名(市内在住・在勤の方が対象。先着順・電話受付可)

