

Life  
Support  
TEDAKO

QSK 令和5年4月春号 No.241 発行部数 3,000部  
NPO 法人ライフサポートてだこ 代表/嵩原 清  
〒901-2126 沖縄県浦添市宮城 3-13-12  
Tel. 098-875-2557 Fax. 098-875-2666  
E-mail: lstedako@yahoo.co.jp HP: http://www.lstedako.com/

# ひだまり通信

## 地域の保育園との交流

### ★餅つき★

### ★節分の豆まき★



### ★おかいものごっこ★



コロナになってから、なかなか地域との交流が難しかった日々でしたが、今年に入りループルこども園さんから、何度かお誘いがあり、色々な行事と一緒に参加させてもらうことが出来ました。

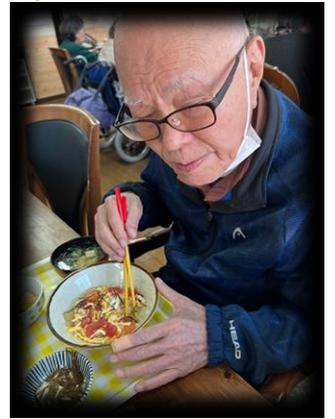
普段は少人数で活動することが多いので、初めての時は緊張で戸惑っていた子ども達も、段々お話が出来るようになり、楽しむことが出来るようになり、「また行きたい!」といってくれるようになりました。貴重な経験をさせてくれたループルこども園の皆様に感謝です。

ここでは、日々の様子をInstagram にあげています。詳しくはこちらまで



KOKKODEI

from



小規模多機能ホーム あん日記

facebook



YouTube



Youtube  
3500

# 2023.03.25. Monthly Publication ゆいまーるだより

三月春号



ゆいまーる便りでは、包括SC「生活支援コーディネーター」が活動中に出逢った地域の**宝**のみなさんをどんどん紹介していきたいと思ひます！  
今回は、**官城自治会**さんの取り組み(防災訓練と**フードドライブ**)をご紹介します！



コミュニティ推進委員会の一環。民生委員のみなさんと共に地域の理解を深めたいと思ひます。(2023年)

## 地域包括支援センタータイプ4サポート 生活支援コーディネーター:宝城

### 防災マップづくり

災害時要援護者として登録されている方へご自宅や、危険箇所などを改めて確認。  
官城地区は坂道も多く、訓練を通して、実際に確認したいこともできました。当日に参加していただく方の確認なども社協CSW山城社を中心に、訓練本番(3/19日)は朝9:30より、各担当配置につき、実際の現場と声かけ、確認をしました。

当日の様子



### 消火バケツラリー

ただごとと囁かかか、最後はスムーズになりました。

### 婦人会のみなさまによるポロポロジュシーの焼き出し



おつかい様  
おつかい様  
おつかい様

消防団のみなさんより消火器の使い方レクチャーを受けました。声を出し、注意を向けてもらうことも大事。

### 資器材展示



みなさんおつかい様でした。子どもも高齢の方も食べやすいポロポロジュシー召し上がり〜

### 消火器の使い方

ふたりとヒシを運ぶことも意外と大変。人数がいれば、4人で1人を運ぶように!



### 傷病者運搬訓練



### フードドライブはじまりました!

仲西中学校区ではフードドライブを風土づくりの合言葉にご家庭などで余っている食料を募って必要な方にお届けする取り組みがはじまっています。官城公民館にBOXあります。みなさま是非?

## 和顔愛語・起きて半畳寝て一畳

“健康、って…良いですね。

年末は体調を崩し、年始はコロナに感染。思いもよらない病休でスタートした令和5年。そのためか自分の健康に自信がもてなくなり今年の健康診断が恐怖でしかない。

「前日、暴飲暴食したから数値が悪かったよ」「前から数値悪いけど何ともないよお」とあたかも武勇伝のように健康診断結果を見て話をしている人を目撃したことがあるのではなだろうか？そう、私もその一人だった。健康はタダ同然と思っていましたが、ここ数年の健康診断でコレステロールなどを指摘され減量しても数値変わらず服薬を進められる始末。知人と顔を合わせては「痩せた!!太った!!」が挨拶となり、もっぱら健康と保険の話で盛り上がる。

さて、我が社ライフサポートでは1月、2月は健康診断の時期。年が明け、年末年始の過ごし方や正月太りの話題が落ち着いたころには健康診断に向けての減量の話題へと徐々に変わっていく。ウォーキング、ジム通い、糖質・脂質制限、プロのトレーナー並みの単語や理論理屈飛び交う中…挙句の果てには、デスクチェアをバランスボールに変更しよう！福利厚生で事務所の空きスペースにトレーニング機器を設置しよう！など、「働く仲間が健康でなければ企業に未来はない！」と正当で耳通りのいいプロパガンダを掲げて攻めよってくる活動家たち。活動場所は決まって私の半径2メートル以内で嫌でも耳、視界に入ってくる。

創業当時から「お金がない」が口癖のライフサポート。代表になる前から薄々…いや、ハッキリ明確に感じていたことであるが「本当じゃない」。だから、活動家たちの主張を、傾聴している振りで受け流してからの、必殺の作り笑顔で「その主張が俺の健康を害している！」と笑いをかまして、その場を鎮火し逃げきるが、正当性のある主張を形にできていないことに心中沈下状態だ。会社の不健康状態の主張はいいとして、共に働く仲間が健康でなければ会社は機能せず成長はないことは重々承知している。このコロナ禍、感染しないように自主的に行動制限し、感染拡大、防止のために多くのアイディアを持ち寄り乗り切った。しかし、感染者が出て、やむを得ず事業を停止し、利用者にご迷惑をおかけすることもあったが、最小限で乗り切ることができたと感じている。

仲間、利用者、家族、関係機関の皆様の健康に感謝し、次年度はみんなが健康増進できる組織でありたいと思う。何からしよっか。

最新情報はライフポホームページをCHECK! ⇒⇒⇒



LINEはこちら⇒⇒

