

『生演奏の音楽に触れる♪ 秋の音楽レクリエーション講座』10月1日(木)14時～15時30分

楽器の心地よい音色に合わせて歌って、無理なくカラダを動かす、参加型のセミナーです

ウッディタウン市民センター 多目的室

講師:相川朋子さん(バイオリン演奏者)ほか3名

対象:55歳以上の市内在住の方

定員:30名 ※応募者多数の場合は抽選となります 持ちもの:受講証

申込方法:セミナー名・住所・氏名・電話番号・年齢をご記入のうえ、上記の申し込みフォームまたはハガキ・

FAX・窓口のいずれかで下記までお申し込みください

(※お電話での申し込みは受け付けておりません)

締切:9月14日(月)必着 ※受講の可否については開催日の1週間前頃に文書でお知らせします



申し込みフォーム



シニアの『やってみたい!』を いきがい応援プラザ～HOT～が応援します

できる時に・できる事で“誰かの役に立ちたい”・・・でも、具体的にどうしたらいいの?
いきがい応援プラザ～HOT～は、あなたのそんな想いをカタチにします

Q.いきがい応援プラザ～HOT～って何?

シニアのいきがいや社会参加を支援している相談窓口です。三田市の高齢者支援課が運営しています。

このマークが目印



Q.どこに行けば相談できるの?

三田市役所本庁舎4階の高齢者支援課に窓口があります。スタッフとざっくばらんにお話しながら、あなたに合った活動などをご提案します。ご相談内容によって他の関連機関をご紹介しますこともあります。



Q.私も誰かの役に立ちたいのですが・・・どうしたらいいの?

いきがい応援プラザには、シニアの方の経験や特技を地域で活かすため「いきがい応援バンク」(登録制・登録無料)という人材バンクがあります。「誰かの役に立ちたい人」と「力を借りたい人・団体」をマッチングしておつなぎする仕組みです。

※地域活動・高齢者の集い、保育園や幼稚園の保護者会などで、講師を探している方には、登録者の中から最適な人材をご紹介します。



紙芝居の辻さん(中面掲載)も
いきがい応援バンクで活躍中!

辻さん個人への公演依頼やいきがい応援バンクについてのご相談などは、下記いきがい応援プラザまでお問合せください

発行・編集: いきがい応援プラザ～HOT～ OPEN: 平日9:00～16:30

〒669-1595 三田市三輪2丁目1番1号 三田市役所本庁舎4階

高齢者支援課 Tel:079-559-6800 Fax:079-563-7776

メール:ikigai_ouen@city.sanda.lg.jp ホームページ:https://www.hot-sanda.com



ホームページ
はこちら



26高支8-016A4

ほっとHOT通信



感想をお寄せください

地域とつながる

こどもとつながる



こども達の未来のために・・・
今、私たちができること

ギタークラブ
おもちゃ作りボランティア
こども・地域食堂
手作り紙芝居サークル



写真右のデコレーションケーキとさいころパズルは「手作りおもちゃの会“チャチャチャ”」の作品(詳しくは中面をご覧ください)

こどもたちの笑い声がまちに広がる夏休み。今号では、こどもたちと関わり合うことで、いきいきと活動しているシニアの皆さんをご紹介します。地域とのつながりが薄れつつある今、世代を超えた交流は、日々の生活に新しい視点や刺激を与えてくれます。こどもたちとの関わり方は様々・・・。

あなたも、できることから始めてみませんか?

放課後の音色が 世代をつなぐ

こどもたちとの交流で生まれる、新しい目標

「中学にはギタークラブがなく、自分たちが楽しんできたギターをこどもたちにも体験してほしい」と、熱い眼差しで話してくれた。講師にあたるのは、三田ゆりのきギタークラブのメンバー3、4名。地域クラブはまだ始まったばかりで試行錯誤の日々だというが、こどもたちには何より音楽を楽しんでもらいたいとの一心で取り組まれているのだそう。

目標は、こどもたちと同じ舞台上で一緒に演奏することだ。

楽譜にとらめっこしながら一音一音、丁寧にギターを鳴らすこどもたち。いつしか「教える人」「教わる人」という垣根を超え、音楽を楽しむ仲間として共に舞台に立つ未来が目に見えた。

市内でシニアを中心に活動する「三田ゆりのきギタークラブ」は、地域クラブを立ち上げ今年5月から中学生への指導を開始した。地域クラブ（「三田ジュニアギタークラブ」）の指導者である中嶋さんにクラブ立ち上げの想いを伺った。



三田ゆりのきギタークラブ

日時：第2・3・4日曜日 9時30分～12時（第3日曜日は自主練習）

場所：ウッディタウン市民センターまたはその近くの施設

参加費：1,500円/月

問合せ：090-2938-9920（代表：小松 道一）

michikazu-kmt@xd6.so-net.ne.jp

「三田ジュニアギタークラブ」の活動は

毎週木曜日 17時30分～19時30分

第3日曜日 13時～15時 ウッディタウン市民センター

「三田ゆりのきギター
クラブ」ホームページ



布を使った手作りのおもちゃを制作するボランティア グループ「手作りおもちゃの会“チャチャチャ”」。

今年で活動26年目を迎え、現在24名で楽しく活動中。

市内の子育て支援センターや放課後児童クラブなどに寄付している。

これまでに的当て、魚釣りなど数多くのおもちゃを制作してきた。誰がどのようなシチュエーションで使うかを考え、大きさ・感触などが適しているか、納品先としっかり話し合う。チャチャチャが作った、たくさんのおもちゃに出合える「多世代交流館ふらっと」では、こどもたちが嬉しそうにおもちゃを握っていた。「いちごはここ～!」と夢中でケーキをデコレーションしていく。手作りおもちゃで遊んだ思い出は、大人になっても心をあたためる宝物になるだろう。

手作りおもちゃに 愛を込めて



マジックテープでくっつけて、オリジナルのケーキに仕上げている

手作りおもちゃの会“チャチャチャ”

日時：第1・3水曜日 13時～16時30分

★第4水曜日 10時30分～16時は、おもちゃ作りではなく自由に手芸を楽しむ「ソーイングの会」もやっています

場所：三田市立つつじが丘小学校東館1階 つつじ交流ひろば

問合せ：090-9700-7690

yakkoold@gmail.com（代表：古井 康子）



安心できる 居場所をつくる

「いこいの家さんだ」では様々な世代が集う“こども・地域食堂”を開いている。ほっとひと息つける“もう一つの我が家”そんな言葉がぴったりの場所だ。

こどもたちのために美味しいごはんを作るのはシニアを中心としたボランティアスタッフの方々。その原動力とは・・・？

夕方、外遊びを終えたこどもたちが次々とやって来た。「手を洗っておいでー!」と施設長の中田さんが声をかけると、一斉に並んで手を洗うこどもたち。その姿はまるで大家族のきょうだいのよう。その後、スタッフが作ってくれたお料理を自分たちで配膳。みんな揃って「いただきます」と手を合わす。食卓はこどもたちの笑顔で溢れていた。

「おいしかったよ」が元気の源

「“おいしかったよ”の一言や、苦手なおかずを残し続けていた子が残さずに食べられるようになった時は嬉しくて、こちらが元気をもらえる」とスタッフの皆さんは口を揃える。

世代を越えてつながり支え合う

3歳の子が生まれたばかりの頃から利用しているというパパは「三田には子育てのベテラン層が多いので、いろいろ教えてもらえるのが嬉しい。ご高齢の方もこどもと接していると笑顔になって、お互いよい関係が築けるんです」と笑顔で話してくれた。地域みんなで子育てをする、ここではそんな空気が自然と流れている。



カレーとサクサクのチキンカツ
野菜と果物を添えて



大人用は持ち帰りもOK
色鮮やかで品数豊富なお弁当は
シニアの皆さんにも大人気

NPO法人 宅老所 いこいの家さんだ

「こども・地域食堂」

日時：第1・3金曜日

※調理のボランティアは

14時、15時頃～4、5時間程度（応相談）

場所：三田市屋敷町12-24

問合せ：079-564-1513

090-3281-9293

（施設長：中田 初美）

★第2・4金曜日は「地域食堂ランチ」・「ひとり親こども食堂」もやっています

描いて、語って 心がつながる

手作り紙芝居のボランティアサークル「おもちゃ箱」。
メンバー自身が創作から実演まで行う。

現在、5歳から70代の12名で活動し、今年で活動26年目を迎える。
代表の辻さんに紙芝居への想いを伺った。

この日、三田市立図書館で自作の紙芝居を演じていた辻さん。まだ家にテレビもなかったこどもの頃、「カンカン」という拍子木の音に心を躍らせ、自転車でやって来た紙芝居のおじちゃんの元に駆け寄った。「あの頃の高揚感を今のこども達にも味わってもらいたい。紙芝居をきっかけに、ゲームの世界では得られない、人と人との生のつながりを大切にしてもらいたい」と語る。一緒に遊ぶ感覚で楽しんでいる姿がこどもたちの心を惹きつけている。

手作り紙芝居サークル「おもちゃ箱」

「おもちゃ箱と図書館員のおはなし会」

日時：第4土曜日 11時～11時30分 場所：三田市立図書館（本館）

「つつじ交流ひろばでの紙芝居」

日時：第2土曜日 10時30分～11時30分

場所：三田市立つつじが丘小学校東館1階 つつじ交流ひろば

問合せ：079-562-0373 090-3622-9098（代表：辻 太一）

