

令和7年(2025年)12月1日発行

## ふる里からの在介たより



今年の指針



発行者:大村市在宅介護支援センター  
ふる里

TEL:(0957)27-4500

FAX:(0957)27-4501

HP 検索:社会福祉法人 隆明会

朝晩の寒さも日に日に増し、冬らしい季節となりました。クリスマス、お正月と年末年始に向けて楽しい行事が続きます。風邪や感染症に気をつけて手洗いやうがいをして、元気に年越しできるように努めて行きましょう！老人会活動を通じて、心に残る一日に出来ればと思います。その為にも、思いきり一緒に体を動かして行きましょう！

私たち『大村市在宅介護支援センターふる里』の職員は、皆さんが『今日も笑顔で楽しみに行こう！』という気持ちになれるように、これからも楽しく幸せになる活動を考えていきたいと思っています。

### 『楽習会のつどい』 11月2日(日)に竹松町の西田様宅にて実施

野球のドジャースや庭の芝刈りのかごの話などで盛り上がりました。体操はみんな真剣に取り組まれ、「体が温まった！」と言われていました。折り紙のイチョウを作り、その後に「もみじ」と「ふるさと」の童謡を歌いました。お食事は、煮物とロールキャベツ、キウイは庭になっているそうで、人参と大根の葉っぱを使った白和えもありました。むかごの炊き込みご飯、とても美味しかったです。



イチョウの折り紙作り



盛り沢山のお食事☆



## 『寿会』 11月9日（日）に徳泉川内公民館にて実施

今日は何の日？の挨拶から始まり、「若い港」の音楽にあわせてリズム体操、上肢・下肢の運動を行いました。ゲームでは、「紅葉集め」や「カード合わせ」を行いました。その後、「酒よ」の替え歌や「鉄道唱歌」をみんなで歌いました。会長さんの協力もあり、皆さん楽しみにされているとのことでした。



もみじとイチヨウの「カード合わせ」



「紅葉集め」

## 『琴平会』 11月10日（月）に宮代町公民館にて実施

グランドゴルフの後に、体操・ストレッチを行い、ゲームでは「紅葉集め」と「リンゴと柿の皮むき競争」を行いました。その後、「もみじ」の歌を歌い、「ヤットン節」の手踊りをしました。



「リンゴと柿の皮むき競争」



「紅葉集め」



## 『鬼橋クラブ』 11月11日（火）に鬼橋町公民館にて実施

段々と参加者が少なくなりつつある中で、皆さん心が通じ合っているという仲間を感じます。とても協力的で盛り上げてくださり、喜んでくださった事に感謝です。最後に、「ふれあい音頭」でリズム体操を行い、全員が立って円くなって踊りました。



「柿の皮むき競争」



「カード合わせ」



「落ち葉集め」



## 『野菊の会』 11月13日（木）に松原出張所にて実施

高齢者自立センターふる里（A型）の宮崎さんと参加しました。一つ一つ丁寧に体操の意義や効果を説明しながら行われました。後半は円になり、考えながら左右のお隣の膝を叩いて運動し、最後は息が上がる程になりました！



ゆっくり、じっくり運動



頭で考えながら体を動かす！

## 『福重なの花会』 11月14日（金）に福重出張所にて実施

体操やゲーム、歌を歌ったりリズム体操を行いました。新しいお仲間さんが2名増えました！



「新聞紙引っぱりゲーム」



「紅葉パズル」

## 『響け！大村賛歌～祈りと水の旅人～』 11月2日（日）にシーハット

おおむら・さくらホールにて実施

大村在住の詩人、高塚かず子さんが書き下ろした詩に、大島ミチルさんが作曲された「大村賛歌」が世界初演されました。指揮は大島ミチルさん、朗読は馬場敦子さん、合唱は地域の皆さん、演奏は長崎 OMURA 室内合奏団によるものでした。





## 『ジャギーダンス』

11月22日(土)に泉の里3号館にて実施

「ジャギーダンス」のメンバーと「福重なの花会」のメンバーで、泉の里3号館を訪問しました。「サザエさん」や「若い港」「河内おとこ節」などを披露し、利用者さんも職員の方々も笑顔で楽しまれていました。参加メンバーも、「良い経験ができた！」と喜んでいました。



「サザエさん」



「若い港」



「河内おとこ節」



大村市在宅介護支援センターは、通称“在介(ざいかい)”と呼ばれています。「ふる里からの在介たより」は、地域活動や研修など各団体の活動の情報を掲載して参ります。皆様方にご協力いただければ幸いです。



## 12月の予定

- ・『福重なの花会』 5日(金) 場所:福重出張所 (沖田・福重・竹松地区)
  - ・『琴平会』 10日(水) 場所:宮代町公民館
  - ・『野菊の会』 11日(木) 場所:松原出張所 (毎月 第2木曜日)
  - ・『鬼橋クラブ』 11日(木) 場所:鬼橋公民館 忘年会にセンター長参加
  - ・『楽習会のつどい』 14日(日) 場所:竹松町の西田さん宅 (隔週 日曜日)
- 大村市内全域対象

中学1年生の時のこと。全学年で初めて「大地讃頌」を歌い、体育館に響き渡る歌声と音のエネルギーに鳥肌がたったのを覚えています。「大村賛歌」がこれから「大地讃頌」のように、歌い継がれていくのかなと想像すると、とても楽しみです。

編集後記 M.T でした