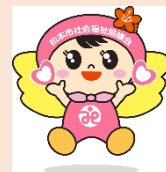


令和8年9月17日(木)に第22回里山辺地区「福祉を語るつどい」が里山辺公民館で開催されました。今年度は【傾聴と回想法～耳を傾けて、懐かしい写真から思い出を振り返ろう～】の講演会を松本市社会福祉協議会地域福祉課の臼井峻多氏(里山辺地区担当)にお話いただき、約70名の参加者が「傾聴と回想法」について学びました。

傾聴について ……共感が大切。ことば(事柄)よりもこころ・気持ちが重要
あくまでも相手との対等な関係から傾聴をおこなう
最後までさえぎらずに人の話を聞く

※傾聴とは、相手の話に耳・目・心を預けて共感しながら理解するコミュニケーション技法です。

回想法について……思い出を語ることで精神的な安定を図る
気持ちの安定やコミュニケーションの活性化に繋がる
高齢の方や子どもにも有効



今回の回想法で見た
写真です。
皆さんの記憶の中に
思い出がありますか？



写真提供:旧山辺学校校舎
(山辺学校歴史民俗資料館)



松本城・児童遊園地の乗り物
(昭和57年)
写真提供:山本弘 様(田川地区)

お城に遊園地が!! 今ではビックリですね。



開催初期の松本ぼんぼん
(昭和50年代前半)

第1回は、昭和
50年8月。
参加した方も
いるでしょう
か!
♪ぼんぼん
松本ぼんぼん
ぼん♪

平成4年9月
天皇后両陛下^{ぎょうこうけい}下行 幸啓
「沿道で拝見しました
よ!」と参加者



写真提供:旧山辺学校校舎
(山辺学校歴史民俗資料館)

ザ・昭和の部屋!!
テレビにステレオ、ポッ
ト、壁にはペナント

『福祉を語るつどい』

参加者のアンケートから

- ・傾聴の深い意味まで知れて良かった。
- ・写真をきっかけに周囲の方とも話ができた。
- ・回想法で昔の写真を見ることで胸がわくわくした。
- ・今回の内容を町会単位で実施できるといい。
- ・初めて参加したが非常に興味深かった。
- ・「つどい」自体がマンネリ化している感がある。

他にもたくさんの感想をいただきました。
ありがとうございました。

旧山辺学校校舎は、入館無料です。他にも写真が展示してありますので
足を運んでみてください。



皆で歌う「歌声喫茶」～介護予防講座～ が好評です

今年度、歌声喫茶が奇数月の定期開催となり、有志グループ「歌いましょ」の5人が運営をしています。演奏を小松町会の三ツ井千恵子さんにお願いし、毎回15曲ほどを歌っています。歌声喫茶がきっかけで数年ぶりに再会した方や、歌うことで当時を思い出し懐かしむ参加者もいて、皆さん大きな声を出して楽しんでいます。

申し込み不要です。懐かしい歌と一緒に歌いませんか！



演奏者の三ツ井千恵子さん
お話も楽しい！
歌のリクエストもできます



懐かしい歌を歌うと当時を
思い出しますね
飲み物、お菓子が無料です



演奏者の三ツ井さんと一緒に
有志グループ「歌いましょ」の
5人はチームワークもばっちりです

これからの開催は 11/27(金)、1/29(金)13時30分～ 里山辺公民館大会議室を
予定していますのでご参加ください。詳しくは回覧をご覧ください。

地区生活支援員が地域のつながり・ささえあい活動を応援します

地区の住民の方、関係団体（協議体等）、関係機関（地域包括支援センターや地域づくりセンター等）と連携を取りながら、介護予防、通いの場、生活支援サービス等を推進し、住民相互の助け合いを支援いたします。

地域の皆さんと
一緒に考えて取り組みます。
「あったらいいな！」
を共に考え、つくりましょう。



家のそばで体操できればなあ

高齢の父母が心配なんだけど



仕事はリタイアしたけど、地区で何
かできるかなあ



地区生活支援員の事務所は、地区地域づくりセンターです。「どうなっているんだろう」という小さな疑問も下記の問い合わせ先にお尋ねください。

【お問い合わせ】

里山辺地区地域づくりセンター

電話：32-1077

直通電話：070-8684-8035

地区生活支援員 野澤好子



生活支援員
さとちゃん