

# みなくるだより

No. 10



2021年7月号 年4回発行



みなくるでは、「健康長寿のまち」の実現に向け、できる限り健康で互いに支え合い、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、さまざまな市民講座の企画やボランティア活動等の地域福祉情報を提供しています。

## どう過ごす？ コロナ禍の夏休み

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、人の行き来が制限される状況が続く中での2回目の夏休み。みなさまはどのように過ごしますか？

観光経済新聞社（東京都台東区）の記事によると、ジャパンコンシェルジュが2021年5月27日からインターネットで行った調査(有効回答数：1013人・全国対象・18歳以上・男女)では、夏の旅行の予定を立てていない人は約7割であり、「コロナ感染を避けたい」「コロナ禍で気軽に人を誘えない」「会社から禁止令が出ている」などが、その主な理由となっています。

このような中、みなくるでは夏休みとパラリンピック開催期間に合わせ、地域福祉推進のための市民講座「パラスポーツ（ポッチャ）を一緒にやってみよう! 《詳細は裏面「イベント予定」》」を開催します。

講座は、密を避けるために事前予約定員制で実施します。

新型コロナウイルス感染予防対策の取られた中で、障がい当事者の方とわいわい交流しながらポッチャを楽しみ、ユニバーサルデザインや地域共生を身近に感じてみませんか？



## 子育て中のママさん、 「おしゃべり広場」でお待ちしています!

静岡県立大学では、月1回「子育て仲間のおしゃべり広場 《詳細は裏面「イベント予定」》」を開催し、子育て世代のママたちの居場所づくりをお手伝いしています。毎回、プチテーマを設け、ミニ講座や季節の体験をご用意し、交流の輪を広げています。

7月のプチテーマは「七夕」。参加者全員でミニ七夕作り。本物の笹を用意し、七夕飾りの由来などもご紹介しながら、おしゃべりを楽しみました。



子育てに追われ、季節の行事をじっくり味わえないママたちに、毎回大好評です。

次はどんなテーマかな？

8月は、月末開催の予定です。少しでも関心のある方は一度のぞいてみてくださいね。

みなくるスタッフ一同、笑顔でお待ちしています(^^) /  
(静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター)

イベント予定

## パラスポーツ（ボッチャ）を一緒にやってみよう！

日時：2021年8月18日（水）  
10:00～12:00（9:30開場）

会場：静岡市地域福祉共生センター  
**みなくる 地域交流スペース**

内容：講師のみなさんとの交流  
ボッチャ体験

講師：NPO法人ひまわり事業団 生活介護事業所 さにい

対象：小学校4年生以上 20名

申込み・問合せ

駿河区地域福祉推進センター ☎054-280-6150(9-21時)



東京パラリンピックの正式種目である「ボッチャ」を、障がいのあるの方々と一緒に体験しながら、ユニバーサルデザインや地域共生への理解を深めてみませんか◎

## 子育て仲間のおしゃべり広場

保健師・管理栄養士のみなくる相談員を案内役に、  
月1回、プチテーマを設定して子育て世代のおしゃべりを楽しむ場を作っています。



おしゃべりしたい人、仲間が欲しい人、  
どんな人でも大歓迎! お気軽にどうぞ!!



対象：子育て中のママ・パパと子ども

定員：8組程度（申込み順）

会場：**みなくる キッズスペース** 他

申込み・問合せ

▶みなくるの窓口、☎、メールにて  
☎054-201-9010（9-21時）



開催しました!

## あつまれ! 防災キッズ

(7/17・土 実施 10組22名参加)

災害への事前準備や心構え、また、被災したときの対応など、「こどもでもできる防災」をポイントに、静岡市地域総務課 石井氏を講師にお迎えして開催しました。

映像やクイズ形式を取り入れた座学で震災等による被害の現実や地震の時間などの知識を学んだあと、ビニール袋とジュースでご飯を炊くハイゼックス炊飯や水消火器、バケツを使用した消火体験も行いました。

《参加者からの声》

・勉強がたのしかった。  
・お茶やカルピスなどでご飯がたけるなんてびっくりした。



・ばけつで水をかけるのはむずかしかった。  
・子ども自身が知識を得ることで、親と離れているときに被災したとき、身を守ることができるかと安心します。

## するがシニアおしゃべり会

今年度から“するが介護者おしゃべり会”は対象を拡大して“シニアおしゃべり会”にバージョンアップ!  
「気分転換したい」「リフレッシュをしたい」年齢が近いからこそわかり合える不安や悩みをお話してみませんか?

日時：毎月15日 13:00-15:00

会場：**みなくる 会議室**等

申込み：駿河区地域福祉推進センター

☎054-280-6150 まで



イベント予定

## みなくる について

### 交流スペース

開館時間：9時～21時

休館日：第2月曜日（祝日の場合は翌日の平日）

打合せや交流など、市民の皆様の集いの場としてご利用いただけます!

★団体優先テーブル（オレンジ色のテーブル）は、打合せ・ボランティア活動等を目的とした利用が優先です。

### 会議室

事前予約により会議や打ち合わせ、講演会等で利用できます。

（60人程度使用可、マイク・プロジェクター有ります。）



発行 / 静岡市（受託者：静岡市社会福祉協議会）

住所 / 422-8074 静岡市駿河区南八幡町3-1 南部図書館2階

TEL / 054-201-9010 FAX / 054-201-9020

HP / [http://www.city.shizuoka.jp/074\\_000106.html](http://www.city.shizuoka.jp/074_000106.html)

【アクセスなど】

バス：静岡駅南口▶中田三丁目ダイワハウス前（石田街道線）

静岡駅南口▶駿河区役所静岡新聞社前（みなみ線 内回り）

車：施設内に無料駐車場がございます。※台数に限りあり

