

# よりそって

『愛の手で みんなで支える 住みよい地域』

小諸市民生・児童委員協議会 広報部会

## 妻が突然転倒！ からの

これから歳を重ねると、いつ何が起きるか、誰も分らないですよね！

あの日から一年半、我が家も平凡な生活が戻りましたが、夫婦の役割分担は少し変わりました。

男子禁制だった台所も今は共同作業場となっています(笑)

毎日の夕食づくりは主に妻、朝食は私、と定着しました。

「このくらいはやっていけるよ!」と言われてはいますが、、、

荷物持ちだった買出しも、今や食料倉庫管理から買出しまで、共同作業となりました!



可憐なイワカガミ



松虫草の甘いみつ

今は元気ですが、将来の老々世帯に向けた備えの一つかな?と、感じ始めています。

また、夫婦生活においては、共通の趣味があるって楽しいですよ。

我が家の趣味は、自然素材を使った物づくりです。各地域でクラフト教室やリースづくりなど、ご希望があればお声掛けください!

二人で出前  
しま〜す♪

小諸市民生・児童委員協議会

会長 長岡 賢司

## わたし ここにいるよ

～第9回～ いつも わたしは そばにいる

<北大井地区 民生・児童委員

よみびとしらす 詠人不知>

【 問い 】 次の口に、+・×・÷・-を入れ、等式を完成させてください。

$$5 \square 4 \square 3 \square 2 \square 1 = 10$$

脳内が柔らかくなったところで、次の拙句へどうぞ。

居る時は いくつかそのうち 親 孝 行

居なくなり あらため気づく 親 孝 行

ほうもんび あなたのうえに はは(ちち)をみる

そのえがお つぎのほうもん うながされ

だいじょうぶ いつもわたしは そばに居る



問いの答え  
問いの並びで口に入ります。

これは、区報〈東小諸ニュース〉の標語です。今年は、小原区より分区しそれから40年。記念の年でもあります。

コロナ禍騒動になるまでは、区・公民館・育成会の役員が、四季を通しての年間行事を計画し実践してきました。



福祉関連では、福祉推進委員会を立ち上げました。企画した活動は、支え合いネットワークの会・二水会・カラオケ同好会・万年青会・ふれあい給食・健康達人区らぶ等です。

それぞれ皆さんが活躍しております。一日も早いコロナ終息を願い、以前のように皆が一体となって楽しい行事ができる事を待ち望む今日この頃です。

♪今、ここに  
そして  
♪この街で

区民全員であいさつを

こんばんは！

こんにちは！

おはよう！

東小諸区

民生・児童委員 北村 計司

にやり！な雑学

大名行列は人目がない所では走っていた。宿代など経費を削るため先を急いでいたから。昔も今も節約ですね。



はるだなぁ♡

超高齢化社会が目前に迫ってきています。団塊の世代が2025年に75歳以上の後期高齢者となり、医療や看護、介護の分野で大きな負担が予想されます。また、労働人口（15〜65歳）が減少し、労働力不足や若い世代への社会福祉負担の増加が懸念されます。人間誰しも年をとり、年をとると共に、心・身の衰えは避けられません。病院に行く頻度が増え、やがて介護や看護が必要にもなります。国や社会に余裕があれば、十分な医療や介護・看護が受けられますが、現実はそのうちではありません。

## 「2025年問題」に向けて

高齢者は、自ら健康を維持し、医療や介護・看護にかかるとまでの時間を、できるだけ長く保ちたいものです。

楽しく一緒に



それには、

《適度な運動》

《バランスの良い食事》

《人との交流》

この三つの継続が大切です。

2025年問題に向けて地域では、交流の場を設け、

《お互いがお互いを支え合い、励まし合う》

そんな町づくりが大切だと思います。

紺屋町区 民生・児童委員

広報部 小林 基

## 総会報告

令和4年度小諸市民生・児童（福祉）委員協議会総会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となり、書面による議決となり承認されました。

**活動方針** 私達は、感染予防対策を習慣化し、地域住民の状況把握に努め、住民に寄り添い、住民の皆さんが健康で安心して暮らせる地域づくりのため、笑顔で活動を推進します。

三岡区 民生・児童委員

広報部 下平 昭夫

コロナの終息が見えない中、生活や健康面で困り事はありませんか。

これからも  
皆さまと共に

今年度は民生・児童委員の改選期ですが、これからも住民に寄り添う委員として地域の皆さま

とともに、安心・安全な地域づくりに努めて参りますので、ご理解ご協力をお願い致します。

小諸市民生・児童委員協議会 会長 長岡賢司