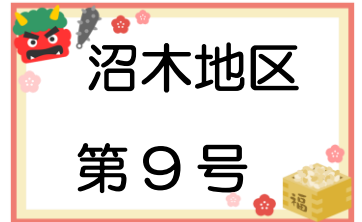



# 伊勢市社会福祉協議会 中部支所だより



一年で一番寒い時期です、皆さん暖かく過ごして頂いてますでしょうか？  
春の訪れが待ち遠しいですね。

この通信は、伊勢市社会福祉協議会(伊勢社協)中部支所が、「沼木地区」に  
スポットをあてたお便りです。あなたのまちの社協から、さまざまな情報を発信します。

～新しい日常の中でもお互いを気遣える地域を～  
こんな時だからこそ“つながり”を大切にしたい



## ★3密を避け、感染対策をしながら「今、できること」とは？

### ・手紙・ポスティング

季節の移り変わりや様子など、紙とペンがあればすぐ書くことができます。なにより、手紙や手作りのものは差出人のあたたかな思いも伝わります。そして、受け取った人は「気にかけてくれている」「つながりをもっている」という気持ちを感じてもらえます。

### ・電話・声かけ見守り

誰かとおしゃべりしたくなったら、自分から電話をかけてみるのはどうでしょう。

用事はなくとも「元気してる？」と声をかけるだけでお互いに元気がもらえるだけでなく、しゃべることで脳や肺が動き出し、身体にとってもいい効果があります。

### ・ソーシャルディスタンスでつながり

気になる人のお宅へ昼食を届けて玄関先で一緒に食べたり、住民同士で誘い合わせて公園でソーシャルディスタンスをとってかたりあったり、体操をしたりするのもいいですよ。

## 沼木コミュニティカフェ「沼木の窓」

毎月第3金曜日

沼木まちづくり協議会では旧沼木中学校調理室にて、昨年からコミュニティカフェを、毎月第3金曜日に開催しています。とびっきり美味しい珈琲に、リモートでみどり保育園の園児さんのかわいい歌やクイズを届けて貰ったり、物産展や健康体操などイベントが盛りだくさん！！皆さんの参加お待ちしております。



\*現在は新型コロナウイルス感染予防の為、開催を見合わせております。

## ふくしなんでも相談所が市内の郵便局に開設！



【沼木郵便局】



親のものの忘れが進んできた。  
どう対応したらいいのかわからない。



地域で集まって  
おしゃべり会がしたい。



昨年の10月から伊勢市内の各郵便局23か所でふくしなんでも相談所が開設され、「沼木郵便局」の窓口でも対応して頂けるようになりました。

どこに相談したらいいかわからない・・・近所に気になる人がいるなど、生活上の困りごとや悩みごとなど、一人で悩まず、困ったことがありましたらご相談ください。



社会福祉協議会では毎月トピックスをケーブルテレビZTVで放送しています！！



放送日：毎月第3土曜日～金曜日  
チャンネル：行政チャンネル  
放送時間：7時・9時・12時・14時・17時・19時・22時・0

2月の放送予定：  
中間的就労支援について  
令和3年2月20日(土)  
～2月26日(金)

## お知らせ

地域ささえあい活動セミナーを開催します

つながることではじまった！  
「こんな場所がほしい」を叶えた人たちが語る  
“まちの居場所づくり”

「自分たちの地域に、気軽に集まっておしゃべりができる場所があったらいいな。」「地域がつながる場所が必要だな。」という思いで居場所づくりをはじめた方々が発表を行います。地域で活動してみたいと思っている方、ぜひご参加ください。

2月8日(月) 10:00～12:00 (受付9:30～)  
会場：伊勢市ハートプラザみその  
多目的ホール(伊勢市御菌町長屋2767)  
対象：地域活動に関心のある方 定員：80名  
お申し込みは下記地域福祉課まで(1月末迄)  
\*状況によって、中止の場合があります。

〒516-0076

伊勢市社会福祉協議会 地域福祉課

伊勢市八日市場町13-1 福祉健康センター内  
Tel: 0596-63-5334 fax: 0596-27-2412  
E-mail: iseshakyo-tiiki@mie.email.ne.jp