



# スマイル舟渡 タイムズ

2024年3月発行  
Vol.5

## ✿ 支え合い会議舟渡とは…

支え合い会議舟渡は平成30年5月発足以来、いつまでも住み慣れた地域で元気に過ごすために必要な <健康でいること> <人とつながっていること> <いざという時に助けてくれる人がいること> などを地域の皆さんと話し合って実現していく場です。

## ✿ 特色をいかしたスポット活動

人とつながる為の集いの場所を、いろいろな形で考えてみました。令和4年から3つのスポット「**ファーム** (野菜や草花を育てる)」「**10筋** (板橋区推奨10の筋トレ体操の開催 & 元気力測定会)」「**カフェ** (お茶を飲みながらの交流)」を通して、舟渡地区ならではの活動に取り組んでいます。

## ✿ 地域との連携

コロナ禍で活動休止を余儀なくされた時期もありましたが、「**支え合い会議舟渡活動協力店**」の皆様にお声がけをして、志村橋児童館ハロウィンウォークラリーへの協力や、月1回の**福祉何でも相談会 (ちょこっとふらっと相談会)**を開催しました。協力店の皆様への継続や新規依頼を通して Win-Win なつながりを目指して仲間づくりを続けていきます。

### ちょこっと ふらっと 相談会

10月6日(金)10時~12時  
までベルクスの1階にて開催  
されました。

買い物帰りの人から「手すりをつけたいけれどどこに相談したら良いのか…」「おばさんの認知症の事で…」などの相談がありました。話が出来たことで安心されたのか喜んで帰られました。相談会は毎月第2金曜日午前中に開催予定となっております。お気軽にお越しください。



### ハロウィン イベント

10月25日、志村橋児童館ハロウィンウォークラリーとコラボ企画。親子で浮間公園をスタートして <たんぼぼ>→<舟渡ホール>→<ベルクス>に立ち寄り場所をお願いしました。舟渡ホールでは福祉の森サロン <ベストフレンド> と地域の高齢者のお手伝いもあり、子どもと触れ合う高齢者の方の満面のほほえみとお菓子をもらった子供達のニコニコ顔が感動的でした。



# スポーツ3事業の活動紹介

## 10の筋トレ

毎週木曜日に舟渡地域センターで活動している「ケアポート10さん」のご協力をえて10の筋トレ体験会と元気力測定会を年に2回開催しています。お話しした事のない方ともお知り合いになれば、楽しいひと時をお楽しみ頂きたいと思っています。又、元気力測定会では自分の健康も知る事が出来ます。皆様お声掛けしていらしてください。ご参加お待ちしております。



## ファーム (苗植え式)

今年は、枝豆、綿花、ピーマン、きゅうり、スイカ、初挑戦のサツマイモ、欲張りファームです。天候により、自分たちの想像とは全く違う出来になります。水やりや草刈など多くの人たちの手助けを受けて、収穫できた野菜を食べることが一番の楽しみです。この種まきと苗植えがないと味わえないはじめての一步です。



## カフェ

誰でも気軽に立ち寄れる集いの場「すぽっと舟渡カフェ」を開催しています。

地域の方々がお茶を飲みながらおしゃべりをし、楽しく過ごしています。ファームで栽培し、収穫したコットンを使いクリスマスリースや針山づくりを企画した際は、皆さん思いの飾りをつけ制作し大好評でした。地域の方の思いが広がるカフェでありたいと思っています。



## ファーム (収穫祭)

8月27日(日)記録的な猛暑の中、ケアポートをお借りして朝9時より支度をして収穫祭にのぞみました。枝豆は今年は早く出来すぎ、少し早く収穫し、ゆでて保存しておき皆でいただきました。今年は2度目だったので30人ほどのお客さんでスイカ割り大会!!。皆わいわいニコニコ大盛況でした。



## 「支え合い会議舟渡」サポートメンバー募集!!

一緒に舟渡のまちを元気にしませんか?活動にご興味のある方、ご連絡お待ちしております!!

《発行》 支え合い会議舟渡

《お問合せ》 〒174-0041 板橋区舟渡3-4-8 (ケアポート板橋内)  
TEL 03-3969-3101

支え合い会議舟渡  
Facebook QRコード

