

# 東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2022年7月1日（金）発行 [第194号]

## 柴田健康花壇(望洋ふれあい交流センター)が整備されました

今年も柴田内科医院さんよりご寄附をいただき、望洋ふれあい交流センターの花壇を当センター職員により整備（写真）させていただきました。当センターご利用の方々も日々、観賞されています。

みなさん！見に来てくださいなね〜♪



## 発見！東部南地区の〇〇名人！



“庭名人”の中村さんは、毎日2時間ほど庭の手入れをしています。お庭には雑草が全く無く、ほうきで綺麗に掃いた跡が枯山水の様になっていました。庭作りをして一番の醍醐味は、「自分で作って、自分で眺めて楽しむこと」と教えてくれました。体調を崩し歩くことが大変になった奥さんのため、「花が好きだから自宅の窓から好きな花が見られるように」と、花を植えて手入れをしているそうです。訪問した時は、ちょうど芝桜やつつじを中心に春の花々に彩られていました。木々も綺麗に剪定され、庭の周りはホタテの貝殻で素敵に装飾されており、秋にはナナカマドも綺麗な実を付け、四季折々の木花を楽しむことができます。※取材の後、船のお仕事をしていた頃のお話も聞かせていただき“船旅名人”にも認定させていただきました😊

## 😊名人No. 8

### 『庭&船旅名人』中村 義男 さん



😊船のエンジニアとして世界90か国以上を訪れた中村さんの一番好きな国は、長く滞在していた“スペイン”です！

# 参加者募集のお知らせ！



## 『白樺マル健クラブに参加しませんか～？』

“東部南だより”でも毎年活動の様子を紹介させていただいている“白樺マル健クラブ”について、今年度は7/8(金)よりスタートします(全7回)。8月からの参加も可能ですので興味のある方は、東部南地域包括支援センターまでお気軽にお問い合わせください！



【日程】①7/8(金)②8/5(金)③9/2(金)④11/4(金)

⑤12/2(金)⑥1/6(金)⑦2/3(金)

【会場】東雲小学校(視聴覚室又は体育館)

【時間】10:00-12:00

【対象】概ね65歳以上の地域住民

【内容】・講話(運動・栄養・口腔ケア等)

・ゴムバンドを使用した運動

・ヨガマットを利用したストレッチ 等



東雲小学校4年生との交流もあり、児童さんから“マル健さん”と呼ばれ親しまれています。ご参加お待ちしております♪



😊『お知らせ！』“発見！東部南の〇〇名人”では・・・

地域の小学生から親御さん世代、そしてその上の世代、100歳以上のおみなさんも！すべての世代のおみなさんのから東部南の名人を発掘中です。「こんな名人いるよ！」や「私、実は…〇〇名人かも！」という情報がありましたら、お気軽に下記までお知らせください。

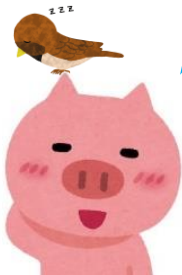
😊東部南地域の町内会、学校、事業所、企業等の皆さんからの情報お待ちしております♪

“発見！東部南の〇〇名人”取材、町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動等、地域活動へおじゃまさせていただきます！

また、新たな集いの場の立ち上げの相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい！

😊コロナ禍のため集まるのが難しい現状での見守りや、“集まれなくても地域のおみなさんがつながる方法”等についても一緒に考えながらお手伝いさせていただきます！お声がけおまちしております！

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田



釧路市東部南地域包括支援センター 2022年7月1日(金) 第194号

東部南地区人口 20,797人(全市161,719人の12.8%)・高齢化率 44.4%(全市34.9%)・R4.3現在

住所：〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

