



豊島区民社協キャラクター
ふくじい

コミュニティソーシャルワーカー

C S W 通信 1月号

CSW（コミュニティソーシャルワーカー）とは・・・

福祉に限らず暮らしのこと全てのご相談に対して、一人ひとりの生活や思いに寄り添いながら地域のみなさんや関係機関・団体等と協力して、解決に向けたお手伝いをしています。

CSWは、8か所の区民ひろばに常駐しています。（豊島区から受託）



#今だからこそ #地域活動



皆様、『モルック』というスポーツをご存じでしょうか？『モルック』は、フィンランドのスポーツです。「モルック」といわれる木の棒を投げ、地面に立てた「スキttl」という複数の木のピンを倒して獲得した点数を競います。最初に50点ちょうどに到達したチームが勝利します。50点を超えると、25点にもどることになります。そのため50点に達するために「残り何点必要か」、「どのスキttlを狙ったらいいか、何本たおしたらいいか」と、計算します。（1）計算をすることで脳トレになる、（2）適度な運動量で高齢者でも楽しめる、（3）芝生がなくてもカーペットを敷けば室内でも開催できるとの理由から、区民ひろば、介護施設の運動で近年、取り入れられています。

今回は、コロナ禍で、感染対策を行いながら活動をしている、池袋本町の「わくわくモルックの会」をご紹介します。この会は、月に1回または2回金曜日午後に、池袋本町の甲和ビルで開催されているサロンです。ビル1階の駐車場で白熱したモルックを楽しんだ後に、2階で茶話会が行われています。

【参加者さんのご感想】

- 予測がつかない動きをスキttlがするので、意外な結果になる。ラグビーボールのようだ。
- 輪投げは飽きたし、ポッチャは難しいので、モルックは適度に楽しく、難しい。
- 交代しながら休みながら参加でき、高齢者にも無理がない。
- 一人暮らしの自分にはモルックの後の茶話会も楽しい。
- 日光を浴びる機会になっている。日光は免疫を高めるといわれている。



わくわくモルックの会に関する参加希望などのお問い合わせ

CSW いけよんの郷圏域担当 連絡先：03-6864-2930



「ウィズコロナの地域活動」について、CSWも地域の皆さまと一緒に考えていきたいと思っています。関心のある方がいらっしゃいましたら、お気軽にCSWまでお声がけください！

予約不要

暮らしの何でも相談会

無料

1/16 (月)

14:00~15:00

@区民ひろば朝日
(巣鴨5-33-21)

1/25 (水)

10:30~12:00

@区民ひろば西巣鴨第一
(西巣鴨 2-35-3)

1/12 (木)

14:15~14:45

@区民ひろば清和第一
(巣鴨3-15-20)

CSWがお話を伺い、関係機関や地域情報などをご紹介します。お気軽にお越しください。

※上記日程でご都合がつかない場合でも、相談は受け付けております。

電話相談や訪問も行っておりますので、ご連絡ください。

2023

【色んなカタチ】

誰かにつたえる・つながる

挑

戦

SNS (ソーシャル・ネットワークサービス) って耳にする事はありますが・・・どんなものか知っていますか？
簡単にいうと、人と人との交流をつなぎ、広げていく為のインターネット上のサービスです。友人・知人の他同じ趣味や地域で住んでいる方に知ってもらう、情報を得る。つながる場としても新しい形です。



直接話す場も

やってマス

社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会
CSW 菊かおる園圏域担当 石森・山本(由)
(区民ひろば西巣鴨第一内)

開所時間 月~金 9:00~17:00
(祝日・年末年始除く)

✉ csw_nishisugamo@t.toshima.ne.jp



ふだんの活動



Instagram

日々のぞいてみる



Twitter・Facebook・Instagram・LINE



今年もよろしくお願いいたします。

明けまして
おめでとうございます



豊島区民社会福祉協議会 SNS やってマス