

# 会えて嬉しい！ やって楽しい！ 赤まる便り

町内会や通いの場単位で「住民から住民へ」脳トレ問題を対面でお届けしました。コロナ禍においても、つながりが途切れることのない交流となることに加え、おうち時間を有意義に過ごす介護予防にもなりました。

## つながりは、自粛できない

社会福祉法人石狩市社会福祉協議会

### 赤まる便り

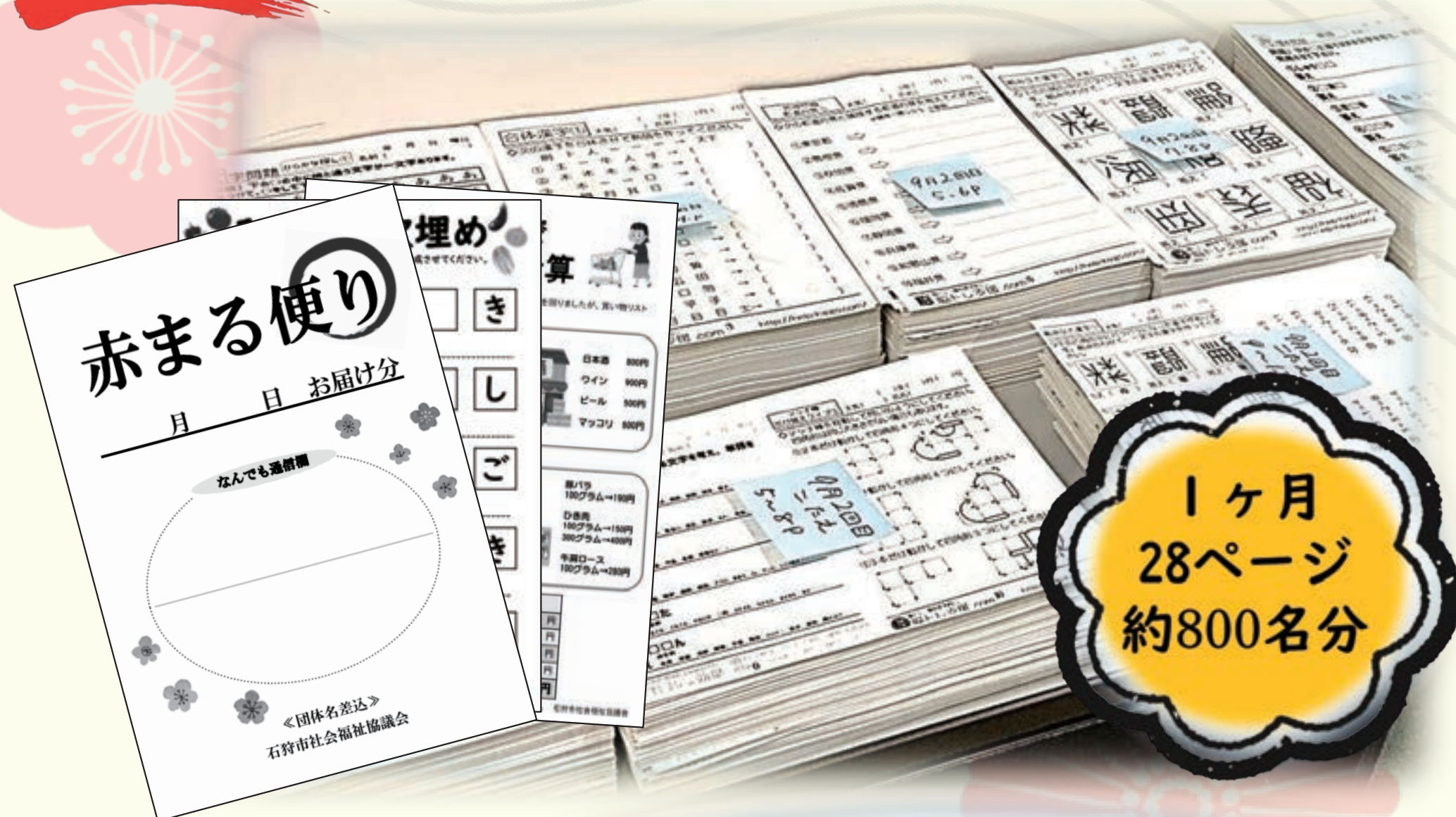
訪問活動

介護予防

コロナ禍でもつながりを切らさない訪問活動と、自宅で出来る介護予防を兼ねた活動です！

#### 1 職員が脳トレ問題を準備、印刷

- ・webで無料ダウンロードできる問題
- ・職員が作成したオリジナル問題



#### ポイント

1日1ページを目安に  
2回分(1回14ページ)を用意

#### 3 脳トレ問題集を手渡して配布

- ・地区社協、高齢者クラブ、ふれあいサロン等団体の役員等が希望者へ月2回配布



#### ポイント

地域の方から月2回手渡すことで、短時間でも対面で交流が出来る  
また、見守り・安否確認になる

#### 地域

#### の声

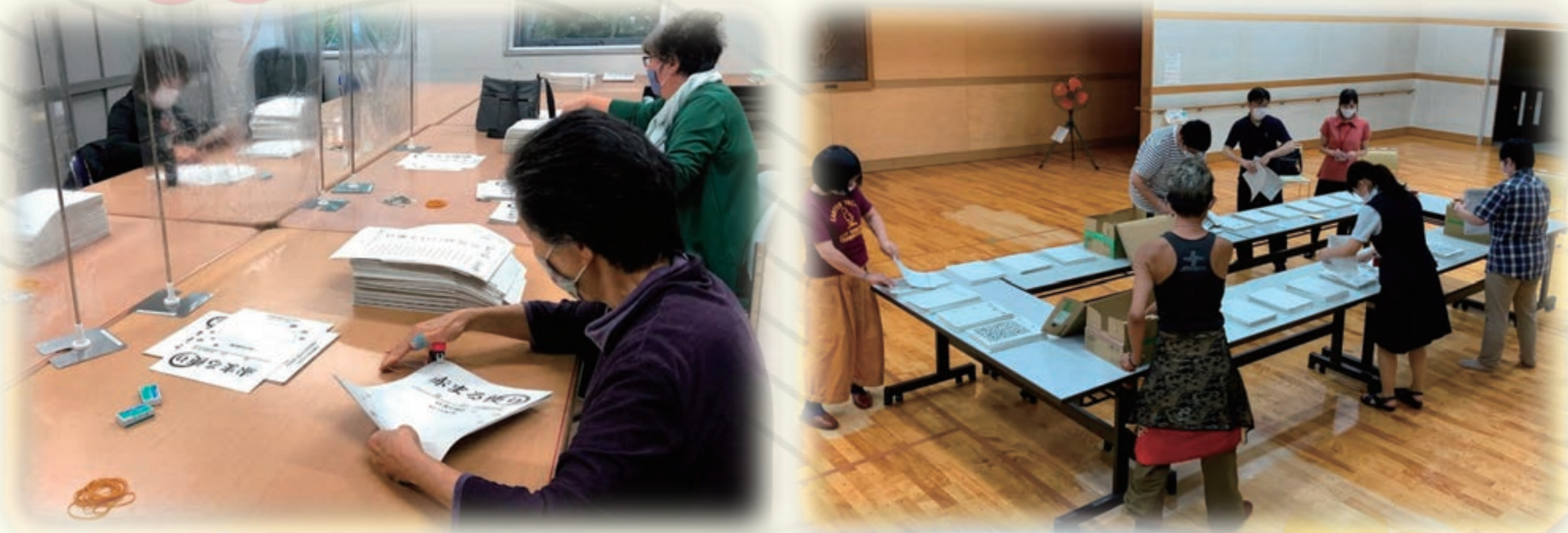
毎回届けて下さる方の笑顔に  
地域の人達との  
つながりの大切さを感じました。

長いこと、お世話ができました。お陰様で、本当に楽しい時間を  
持てました。この歳になって、こんなに頭をフル回転させて勉強  
出来るのは、嬉しかったですね。企画して下さった皆様様に感謝です。

「何にかに集中する」そうした時を年々下下さった事に  
感謝してあります。有難うございました。

#### 2 ボランティアと問題を製本

- ・引きこもり支援センター職員・利用者の皆さん
- ・市内ボランティア活動者  
(ボランティアセンター登録者)



#### ポイント

市内事業者、利用者となつたり、  
コロナ禍で活動が減ってしまった  
ボランティアにも活躍してもらう

#### 4 実施方法は2つ、利用者が選べる

- ・利用者が自分でまる付けをする
- ・団体役員等にまる付けをしてもらう



#### まる付け の様子

#### ポイント

まる付けをしてもらうことでさらなる交流  
と、利用者が取り組むモチベーションに  
ただし自分でまる付けしたい方も  
参加できるように実施方法は選択式

急にすべての集約が自粛され何の楽しみもなくなつた時に毎月  
「赤まる便り」があるのは待ちどろしいです。変化のある設問に自分の弱  
さという得意なところかばかりゆかり それもおもしろく続けました  
お世話になりました。ありがとうございます。

毎回お届けて下さった会長さん、この問題集をつくらせて下さった方達、  
大変お世話になりました。ありがとうございます。

赤まるが届くのを楽しみに待つ  
てました

とこで励みになりました。  
難しい所もありましたが、じっくり考えながら問題を解くのが  
楽しかったです。ありがとうございます。

