わせだ社協だより

第181号

早稲田社協ホームページ

こむねっと ひろしま 検索

地域ポータルサイト こむねっと ひろしま

東区　早稲田学区

2021.5
（令和3年5月）

発行部数 3000 部

スマホの方は
こちらの QR コードでもご覧いただけます♪
https://www.com-net2.city.hiroshima.jp/02waseda/

＜編集・発行＞早稲田学区社会福祉協議会　〒732-0063 広島市東区牛田東二丁目12-23 早稲田集会所2F　TEL082-225-3685

各地区サロン

3月・4月から各町内のサロン
社協【よりみち】など
感染症対策をしながら・・・
はじまっています。

3月初め
早稲田集会所前で
「サロンはまだお休みかね～」
と待ちわびる地域の方たち

各地区のサロンでは、100歳体操が復活。久しぶりに出会った方たちの楽しいおしゃべりも復活。やっぱり集える場所があるのは嬉しいものですね。

新型コロナウイルス感染症予防で約一年間いろいろな行事が中止を余儀なくされてきました。その中で、特にご高齢の方たちは自分の健康や、周りの方たちとの交流など・・・工夫しながら生活しておられました。

これからも、散歩・山歩き・サロンの体操などに参加しながら、毎日を過ごしましょう。

再開！

ぼちぼち　（東2丁目上）
毎月第2・4月曜日
10:00～・11:00～
早稲田集会所

ウオーキングされる方が増えています。早稲田学区内は車も増えてきました。バスの便も増えています。特に夜のウオーキングは服装など明るいものを着用して下さい。自転車通学・通勤の方…スピード出さないように、飛び出しにも注意を払って運転してください。

ひだまり　（東4丁目）
［牛田体操］
場所変更（ただいま準備中!）

100歳体操

100歳体操　（早稲田2丁目上）
毎週木曜日　10:30～・13:30～
早稲田2丁目上集会所

すこやかタイム　（早稲田3丁目）
毎週水曜日　10:00～ または 13:30～
早稲田集会所

ちゃのみば　（早稲田4丁目）
毎週水・木曜日　10:30～
市営集会所

東区地域共生社会の実現に向けたネットワーク会議

東区では、高齢者、子ども、障害者などすべての人々が「住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる」地域共生社会の実現を目指して、地域団体や医療・介護関係機関、障害者相談支援機関、区役所を構成員とした会議を設置しています。

ネットワーク会議の構成員

東区社会福祉協議会、東区民生委員児童委員協議会
東区老人クラブ連合会、東区公衆衛生推進協議会
東区女性団体連合会、東区自主防災会連合会
東区医師会、広島市歯科医師会（東支部）、広島市薬剤師会（東区支部）
東区訪問看護ステーション管理者連絡協議会、地域包括支援センター
東区ケアマネジャー自主勉強会
東区障害者基幹相談支援センター、東区障害者相談支援事業所
東区厚生部地域支えあい課

2021年(令和3年)5月　早稲田学区　行事予定表

発行元:早稲田学区社会福祉協議会

月	火	水	木	金	土	日
26日 東二丁目 「ぼちぼち」 早稲田集会所 社協　広報紙編集会議	**27日** 牛田・早稲田地域包括支援センター出張相談所 早稲田集会所2階松の間　9:30～12:00	**28日** 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～	**29日** 昭和の日 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田二丁目上　100歳体操 早稲田二丁目上集会所　13:30～	**30日**	**1日**	**2日**
3日 憲法記念日	**4日** みどりの日	**5日** こどもの日 立夏 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～	**6日** 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田二丁目上　100歳体操 早稲田二丁目上集会所　10:30･13:30 社協　役員会 早稲田集会所　19:00～	**7日** 学校体育施設開放委員会総会 早稲田集会所　19:00～	**8日** 早稲田中　協力者会議 ふれあい活動推進協議会 早稲田中学校 早稲田中　土曜参観･PTA総会 わせぼんだいこ　練習日 早稲田中武道場　18:00～20:00	**9日** 母の日 東二丁目上町内会　総会 早稲田集会所　10:00～
10日 東二丁目 「ぼちぼち」 早稲田集会所　10:00～ おはなし会 早稲田公民館　14:30～	**11日** 牛田・早稲田地域包括支援センター出張相談所 早稲田集会所2階松の間　9:30～12:00	**12日** 子育てオープンスペース 早稲田公民館　9:30～11:30 民児協　健康相談室 早稲田公民館　9:30～11:00 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田三丁目すこやかタイム「100歳体操」 早稲田公民館　13:30～	**13日** 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田二丁目上　100歳体操 早稲田二丁目上集会所　10:30･13:30 社協　常任理事会 早稲田集会所　19:00～ 青少年指導員パトロール	**14日** 早稲田二丁目上町内会　総会･幹事会 早稲田二丁目上集会所　19:00～	**15日** 東区P連　理事会･総会･懇親会 ホテルセンチュリー21広島 おもちゃ病院 早稲田公民館　10:00～12:00 早稲田二丁目上　木遣り唄の練習 早稲田二丁目上集会所　19:00～ 早稲田四丁目町内会　幹事会 早稲田公民館　19:00～	**16日** 体協　定例会 早稲田集会所　19:00～
17日 東4丁目「ひだまり」 まつかぜ荘 毎週月・木　10：00～12：00 早稲田学区見守りサポートセンター 【電話で声かけ!】 ボランティアバンクの受付 早稲田社協　225-3685	**18日** 早稲田小学校6年生修学旅行(～19日)	**19日** いきいきサロンよりみち 早稲田公民館　10:00～ 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田三丁目すこやかタイム「100歳体操」 早稲田公民館　13:30～ 早稲田三丁目町内会　役員会 早稲田公民館　19:00～	**20日** 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田二丁目上　100歳体操 早稲田二丁目上集会所　10:30･13:30	**21日** 小満 早稲田小　参観日･PTA総会 民児協　定例会 早稲田公民館 13:30～ 東二丁目上町内会　幹事会 早稲田集会所　19:00～ 早稲田三丁目町内会　幹事会 早稲田公民館　19:00～	**22日** 早稲田中学校　体育祭 早稲田中学校　グランド	**23日** 第42回東区民スポーツ大会 マエダハウジング東区スポーツセンター他 自主防総会 早稲田集会所　10:00～
24日 早稲田中　代休 東二丁目 「ぼちぼち」 早稲田集会所　10:00～ 社協　広報紙編集会議	**25日** 牛田・早稲田地域包括支援センター出張相談所 早稲田集会所2階松の間　9:30～12:00	**26日** 早稲田三丁目すこやかタイム「100歳体操」 早稲田公民館　10:00～ 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～	**27日** 早稲田四丁目ちゃのみば「100歳体操」 市営集会所　10:30～ 早稲田二丁目上　100歳体操 早稲田二丁目上集会所　10:30･13:30 早稲田アカデミー 早稲田公民館　13:30～	**28日** オープンスペース「てんとう虫」 早稲田公民館　10:00～12:00 社協　総会 早稲田公民館　19:00～ 早稲田小　学校協力者会議	**29日** わせぼんだいこ　練習日 早稲田中武道場　18:00～20:00 女性会　定例会 早稲田集会所　10:00～	**30日**
31日	**1日**	**2日**	**3日**	**4日**	**5日**	**6日**

早稲田集会所

早稲田公民館

早稲田公民館

小学校 エバヤマザクラ

小学校 ヒメカイドウ

小学校

小学校 アネモネ

小学校

中学校

早稲田4丁目

いきいきサロンよりみち

「お笑い！一人芸」

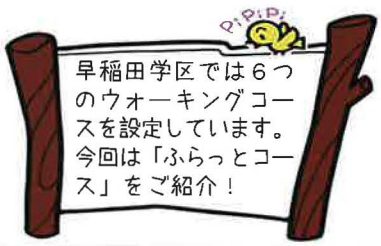
3月17日(水)早稲田公民館

津軽三味線、尺八、二胡、ハーモニカ・・・と、とにかく多芸にびっくり！ しかも脳梗塞を患われた後の挑戦と聞いて二度びっくりでした。「一日２時間テレビを見ると、１２年間では１年ずっとテレビばかり見たことになる。それを３０分減らして何かすると、一芸を習得できる。」と・・・一念発起されたとか。いくつになってもチャレンジだなと実感しました。

バナナのたたき売りでは、長い口上は半分しか聞かず、誰よりも先に手を挙げることに集中しおかげで立派なバナナをゲット！

最後の「一人デュエット」は盛り上がりました。こっちを向いたら女性、あっちを向いたら男性。黒のストッキングの女性顔負けの美しい足に見とれてしまいました。女性の高い声もなかなかのものでした！

早稲田３丁目　上田　顕子



楽チンCOOKING

洗い物が少ない♪ ～煮込みハンバーグ～

【用意するもの】

（ハンバーグの材料）
ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉
（ソース）
ウスターソース・ケチャップ
（その他）
鍋・湯煎調理に対応したビニール袋

【作り方】

①湯煎調理に対応したビニール袋にハンバーグの材料を入れて揉み、ひとかたまりにする

②ソースを作って①の袋の中に入れ、空気を抜いて縛る

③沸騰した鍋の中に②を入れ、弱火にして30分ほど湯煎する

④お皿に盛って出来上がり♪

ハンバーグやソースは各ご家庭の味をお楽しみください

Autumn Recipes

基本調理法

・お鍋にお水を沸騰させて湯煎するのですが、鍋の底にお皿を置くとポリ袋が破れにくく調理ができます。
・水が入ったお鍋にポリ袋を入れつつ結ぶと、ほぼ「真空」状態で調理ができます。