

しゃべってみっぺ

よもの会



月間ニュースレター
2025年10月 VOL.58



10月のよもの会

最近楽しかったこと

散歩へ行こう

おでかけについて

来月の予定

最近楽しかったこと

よもの会は、毎回、自己紹介から始まります。毎月、テーマを決めてひと言お話いただけます。10月のテーマは「最近楽しかったこと」！

皆さんから色々な話が飛び出し、大盛り上がり。「最近、写真展を開催して久しぶりの友人が来てくれて楽しかった!」、「新しいデイサービスに慣れてきて、みんなでおしゃべりしたよ〜」、「宝くじが当たった!」、「夫婦でまちなかコンサートに行ったよ〜」、「息子と孫に誕生日をお祝いしてもらって嬉しかった!」などなど、ほっこり心温まるお話をたくさん聞かせていただきました ✨ お互いの話を聞いて、自然と笑いが巻き起こったり、拍手をしたりと、にぎやかな楽しい会になりました ☺

お話して下さる時のイキイキとした表情がとても印象に残っています。またぜひ素敵なエピソードを聞かせてくださいね!



散歩へ行こう



自己紹介の後には、みなさんでお散歩へ! 暑さもようやくやわらぎ、久しぶりに野外で活動することができました。他愛のない話をしながら、それぞれのペースで1キロほど歩きました。室内の活動とはまた違い、自然を感じながらリラックスして、話も弾み、楽しい時間となりました。

目的地であるダイユエイトに到着すると、みんなで相談しながら、冬野菜の種を4つ購入しました。来月は、種まきを行う予定です。

昨年はあまりうまく育たなかった冬野菜ですが、みんなで力を合わせて今年こそたくさん収穫できるよう頑張りましたよ! 🍀 ✨



おでかけについて



先月、お知らせしたハワイアンズスタジアムいわきへのおでかけについて、しおりを見ながら、集合時間や持ち物など最終確認をしました。メンバーさんの中には、ニュースでいわきFCの試合結果をチェックして、スタッフにお話して下さる方もいて、おでかけを楽しみにして下さっているんだなあと嬉しく思いました ☺

参加される皆さん、当日は楽しみましょう!

日時：10月18日(土) 11:45集合 16:30解散(予定)

※集合・解散は総合保健福祉センターです。タクシーで移動します。
※詳しい日程や持ち物については、しおりをご覧ください。



来月のよもの会

- 日程 令和7年11月4日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



急に涼しくなり、肌寒い日が続いていますね。体調に気を付けてお過ごしください。
来月も元気にお会いできることを楽しみにしています ☺

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp



しゃべってあつた

よもの会



ニュースレター特別号
2025年10月18日号 VOL.59



おでかけよもの会

いわきFCさんの試合を見に行こう！



いわきFCさんの試合を見に行こう！



10月18日（土）、約3年ぶりとなる、おでかけよもの会を開催しました✨

行き先は、ハワイアンズスタジアムいわき！7月のよもの会にいらしてくださった大倉社長からご招待いただき、メンバーさんもスタッフも、みんなとっても楽しみにしていました😊

当日は、わくわくする気持ちからか、皆さんいつも以上に集合が早く、集合時間の30分ほど前には全員揃って、思わず大笑い。「楽しみだよね～」と会場に向かう前から盛り上がりました。

会場に到着すると、さっそくグッズを身に付けて、さらにテンションがあがります！この日のために、帽子やユニフォームを自分で購入したメンバーさんや選手名鑑に書き込みをして勉強してきたメンバーさんがいて、皆さんそれぞれにおでかけを楽しみにしてくださっていたことが伝わり、嬉しくなりました。



いわきFCさんの試合を見に行こう！👏

今回は、試合開始前にウォーミングアップ見学にもご招待いただきました。ピッチにおいてみると、選手との距離の近さにびっくり😲！選手の写真を撮ったり、サポーターの方の応援を聞いて一緒に手を叩いたり、それぞれに楽しみ、非常に貴重な経験となりました！

興奮冷めやらぬまま席に戻り、いよいよ試合開始！試合は一進一退を繰り返すドキドキな展開。手拍子したり、声を出したり、みんなで一生懸命応援しました！



いわきFCの得点が決まると、みんなでハイタッチして大盛り上がり！いわきFCの勝利となり、全員で手をあげて喜びました。

終了後、メンバーさんからは「こんなに声を出して笑ったのは久しぶりだ！」、「こんな風に試合を見られるなんて夢みたい。」といった声が続々とあがるほど、大変刺激的で楽しい一日になりました✨



いわきFCさん、このたびはご招待いただき、ありがとうございました！素敵な時間を過ごすことができ、よもの会にとって大切な思い出になりました。

3年ぶりのおでかけよもの会でしたが、メンバーさんの協力もあり、大きなトラブルなく終わることができました。ありがとうございました！これからもみんなでやりたいことをひとつひとつ実現していきましょう😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみたい

よもの会



月間ニュースレター
2025年11月 VOL.60



11月のよもの会

おでかけよもの会振り返り

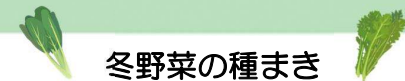
冬野菜の種まき

来月の予定

📢 おでかけよもの会振り返り 🏆

10/18に開催したおでかけよもの会の振り返りとして、カメラが得意なメンバーさんが当日撮影した写真や動画を使って作成して下さったDVDをみんなで鑑賞しました。本格的な編集にみんなびっくり！熱気や興奮を思い出し、話も弾みます。当日の写真は笑顔で溢れていて、「いい顔してるね。」とお互いに声をかけながら、当日のことを楽しく振り返りました。感想を聞くと、「とにかく楽しかった！」、「あんなに興奮したのは久しぶりだったな〜。」との声や、「招待していただいて感謝だね。」、「社長さんが来てくれた時はサッカーに興味はなかったけど、こんな風に縁があって試合を見に行けてありがたい。一人じゃできなかった。」といわきFCさんへの感謝の言葉が多く聞かれました。

いつものよもの会も楽しいけれど、おでかけはまた特別な思い出になりましたね😊🌟



冬野菜の種まき

振り返りをした後は、寒さに負けず、みんなで外に出て、冬野菜の種まきを行いました。

先月、みんなで選んだ種。今年は、はつか大根、小松菜、小かぶ、春菊の4つを植えることに！

中には、細かい作業が苦手なメンバーさんもありますが、「こうやるといいよ。」、「がんばれ！」など声をかけあって、みんなで作業することができました。



作業をしながら、昨年は、育ちがあまり良くなかったり、鳥に食べられてしまったりと、満足に収穫ができなかったことを振り返り、「今年はネットをかけてみるのはどうだろう？」などアイデアを出し合いました。

みんなで力を合わせて、美味しい野菜を収穫できるように頑張りましょう！1ヶ月後のよもの会までに芽は出るでしょうか🌱？

ぜひ成長を楽しみにしていただきね🌟



しゃべってみたい

来月のよもの会

- 日程 令和7年12月2日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



来月は、恒例のクリスマスコンサート開催予定です。クリスマスソングを歌って楽しい時間を一緒に過ごしましょう！笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってあつた

よもの会



月間ニュースレター
2025年12月 VOL.61



クリスマスコンサート

12月のよもの会は、毎年恒例！クリスマスコンサートを開催しました♪

「やっぱり主役にはこっちかな」と赤帽子やエプロンの選び合いから始まりました。参加者さんが書いてくださったポスターのいわきFCメンバー？も見守る中、スタートしました😊。

コンサートは定番のクリスマスソングや昭和のなつかしい歌ばかりでした。口ずさんだり、マラカスや鈴の音に合わせてリズムに乗り、参加者さんが一体となりました。さらにお部屋が和やかになったところで、最後の曲。あっという間に時間が過ぎてしまい、アンコールを含めて全9曲を歌いあげ、皆さんと心あたたまるひとときを過ごすことができました。

今年も皆さんと楽しい時間を一緒に過ごすことができうれしかったです。来年もよろしくお祈りします。

12月のよもの会

- クリスマスコンサート -

- 野菜の成長報告 -

来月の予定



冬野菜の成長報告



冬野菜たちが元気に芽を出しました。10月に皆さんで選んでいただき、11月に種まきした春菊、小かぶ、はつか大根、小松菜たちはかわいい双葉になるまでに成長しました。プランターのお世話の甲斐があり、種をまいてから2週間でたくさん芽を出してくれました。午後の日差しがなく外は肌寒くなっていましたが、外に出ると「双葉がハートだね」「かわいいね」「成長が楽しみだ」「来月は収穫できるかな」と声をかけ合い、皆さんと野菜の観察ができました。昨年に続く鳥被害がないよう、今年はしっかり囲いの対策したいと思います。来月には冬野菜が収穫できるかどうか？皆さん楽しみにしてくださいね😊

来月のよもの会

- 日程 令和8年1月6日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室

今年も大変お世話になりました！
来年も皆さんと楽しい時間を過ごせることを、今から楽しみにしています😊
よいお年をお迎えください。

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってあつた

よもの会



月間ニュースレター
2026年1月 VOL.62



書き初め

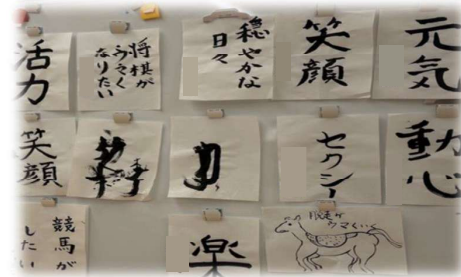


あけましておめでとうございます！本年もどうぞよろしく願いいたします。

早速、始まる前に参加者さんから新年のあいさつをいただき、元気な声をきかせていただきました。いつもと変わらない参加者さん。厳しい寒さを吹き飛ばしてしまうような元気なお姿がみられてうれしいです♡。

新年のあいさつの後は、早速「お正月といえは？」という話題に😊。「お雑煮を食べたよ」「イカニンジンをつくったよ」と、お正月に食べたおせちメニューなどで話が弾みましたね🎵。「お正月に食べるお餅は、やっぱりつきたてにかぎる」「お雑煮の味に飽きた時には、簡単にできるからお餅もラーメンと一緒に煮込むのがおすすめだよ」とおもちの食べ方でも、お話がひろがっていきました。

1月のよもの会
-書き初め-
-野菜の成長報告-
来月の予定



今年初めての活動では、昨年に引き続き好評だった書初めをしました。「久しぶりに筆をにぎった」と筆を握る手に力が入ります。「よいしょ」と掛け声にも気合が入ります👊。力強い線と拙いに「たいしたもんだ」と皆さんでほめ合う姿がありました😊 それぞれ、文字に気持ちを込め、真剣な表情で取り組みました。書き上げた文字や馬🐎の絵を並べたあとは、今年の抱負を話しました。穏やかであたたかな時間となりました。笑顔あふれるメンバーさんと一緒に今年も元気に活動していきたいと思えます。

冬野菜の成長報告

今年は順調に成長しています！みずみずしい葉が増え、寒さや強風🌬にも負けずぐんぐん育っています👍 小かぶ、はつか大根、春菊、小松菜の野菜たちですが、プランターをよく見ると、1本だけ様子が違う野菜が？😲次回、収穫できるか、皆さんお楽しみに！

小かぶのはずでは？



来月のよもの会

- 日程 令和8年2月3日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



年が明けて、日中の外気温が低く、乾燥も気になる日が続いています。保湿にも気をつけてお過ごしくださいね。来月も笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihokatsu-care@city.iwaki.lg.jp



よもの会



月間ニュースレター
2026年2月 VOL.63



鬼の的当てゲーム



2月のよもの会は、鬼の的当てゲームを開催しました🍀

ボールに見立てた小豆が入ったペットボトルを転がして、鬼に当たると10点。ボーナスポイントとして鬼のパンツに当たると30点がもらえます🌟

どんな作戦で挑もうかとワイワイと賑やかに話をしながらスタートしました🍀🌟

位置についてチームリーダー同士による初戦です！

ところが・・・意外と鬼に当てるのが難しく、「ぜんぜんだめだ！」と雲行き怪しいスタートに🌧️ですが、さすがメンバーさん、気を取り直して中盤から鬼にどんどん当てていました！🌧️

鬼のパンツに当たると「やったー！」「すご〜い🍀！」とみんなで万歳して大喜び😊「またやりたいね！」と笑顔になった、とても楽しい鬼の的当てゲームでしたね🌟

2月のよもの会
- 鬼の的当てゲーム -
- アンケート -
- 冬野菜の収穫 -
来月の予定

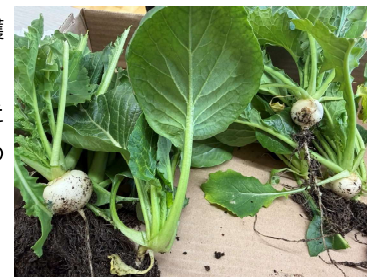


アンケートの記載と冬野菜の収穫



鬼の的当てゲームの後は、市の認知症施策推進計画策定に向けたアンケート調査にご協力いただきました。メンバーさんから、「よもの会のように、みんなが集まり交流できる場所は絶対に必要だね」と温かいご意見が挙がりました。

アンケート調査にご協力いただいた後は、プランターで育てている冬野菜を観に行きました。「はつか大根」と「小かぶ」は、「小さいけどお味噌汁で食べてみよう！」と早速収穫してみることに😊「小松菜」と「春菊」の収穫はメンバーさんのアドバイスのもと来月まで見送ることにになりました😊 来月のよもの会の時に、育てた野菜を食べた感想を聞かせてくださいね😊 残りの野菜も、おいしく育つように、スタッフ一同気合を入れて頑張りますので、引き続きアドバイスをお願いいたします😊🍅



来月のよもの会

- 日程 令和8年3月3日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



次回は、今年度の振り返りと、次年度やりたいことについて話し合います。体を動かすお楽しみタイムも…😊 来月も笑顔でお会いできることを楽しみにしています😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp



よもの会



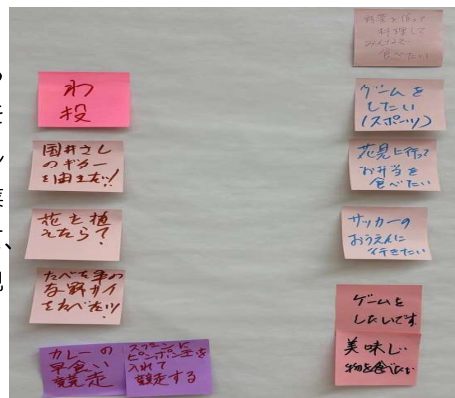
月間ニュースレター
2026年3月 VOL.64



今年の振り返り

3月のよもの会は、今年度の活動の写真を見ながら振り返りをしました。「1年前は何したかな」と腕を組んでしまうメンバーさん。早速、スクリーンに映し出される写真を見ていくと、「あーあそこだ」「野菜の種を買いにたくさん歩いたね」という声が上がって、たくさん思い出していただきました。毎月の写真を見ていくと「スタジアム🌍に行ったね」「赤いユニフォームが似合うね」「スタジアムに行ったことは覚えているよ、初めて行ったけど応援できてよかった」「また行きたいね」と次々と声が上がりました。一番の盛り上がりは、10月に行ったお出かけよもの会🌍でした。たくさん笑顔があふれたいわきFC応援の写真でしたね😊😄

4月以降も素敵な笑顔が見られるような活動ができればと思っています。これからもメンバーさんからパワーをいただき、活動の様子をたくさんカメラに収めていきます👉👉👉



3月のよもの会

- 今年の振り返り -
- 次年度やりたいこと -

来月の予定

冬野菜の成長と収穫の報告

11月に種まきをした冬野菜たちですが、2月連休の暖かさのおかげであっという間に🥬葉が大きくなり、なんと小松菜はつぼみができるまでに食べごろを過ぎてしまいました😱！



そんな冬野菜たちですが、3月のよもの会はお天気に恵まれず、収穫ができませんでした😞。せっかく育てた野菜はどうしようか😞、そんな事を考え、いつだれkitchenの中崎さんにお声をかけましたところ、ぜひということで、一緒に収穫もしていただきました🥰。収穫した冬野菜はいつだれkitchenで開催している3月11日のオレンジカフェでふるまっていただけだったということでした。

後日、ふと収穫後のプランターを見ると、鳥が葉をつまんでいました😱。今年も狙われてしまった野菜たちですが、鳥もリピーターになるほど美味しく育ったのかな🥰

メンバーさんからまた一緒にプランターで野菜を育てたいという声をいただきましたので、4月以降も野菜の成長をお伝えできたらと思います😊



来月のよもの会

- 日程 令和8年4月7日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室

今年度もたくさんお世話になりました。また来月も笑顔でお会いできることを楽しみにしています☺



お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 地域支援係
TEL 27-8574 FAX 27-8576
mail chikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp