



「それ、かわいいね！」手元を見つめて笑顔がこぼれます



「まさか自分が編み物とは…」
唯一の男性参加者、原さんは男性の仲間が欲しいそうです

す。続けていま
に、やさしさ
と笑顔を編み
会は「認知症
の方々が穏やか
に過ごせるよ
うに」そんな
願いを込め
て、毛糸を手
に、

で喜ばれています。
今後は、使ってくれ
た人の声を聞きなが
ら、さらに工夫を重ね
ていく予定です。

代表の山根昌美さん（上の写真の後列右から2人目）は、
いつも元気のケアマフの記事を見て「これだと思った」と
語ります。介護の悩みを抱える方々への手助けになれば、と

たんぽぽの会は、認知症の方の安心感や心の安らぎにつな
がる「ケアマフ」を編むサークルです。ケアマフは、筒状に編んだ布に飾りや感触の工夫を加えた
もので、手を入れたり、触ったりすることで、心が落ち着いたり、刺激になつたりすると注目されています。手を入れると心がほつとするような仕上がり。「使う人の不安や孤独が少しでも和らげばうれしい」——そんな思いが、編み目に込められています。

会員の「しゃべり場」に

昨年七月、鳥取支部に新しいサークル「たんぽぽの会」が誕生しました。毎月第一・第三木曜日の午後一時から三時まで、にぎやかに活動しています。

たんぽぽの会は、認知症の方の安心感や心の安らぎにつながる「ケアマフ」を編むサークルです。ケアマフは、筒状に編んだ布に飾りや感触の工夫を加えたもので、手を入れたり、触ったりすることで、心が落ち着いたり、刺激になつたりすると注目されています。手を入れると心がほつとするような仕上がり。「使う人の不安や孤独が少しでも和らげばうれしい」——そんな思いが、編み目に込められています。

いう思いが原点となり、会員が気軽に集まる「しゃべり場」ができました。

編み物が初めてでも大丈夫。おしゃべりしながら、ゆっくり活動中は、笑い声が絶えません。「しゃべってたら編み目の数、わすれちゃった！」「タコに目をつけたほうがいいかな？」『やだ、それクラゲじゃないの？』と、にぎやかなやりとりが続くサークルです。

社会貢献の喜び

「おしゃべりも楽しいし、形になつていくのがうれしい」「寄贈すると喜ばれて、自分たちも元気が出る」と、参加者たちは口をそろえ、二時間の例会は、あつという間に過ぎていきます。



タコ？クラゲ？

認知症の人に安らぎを届ける ケアマフサークル「たんぽぽの会」



釧路市 吉岡淑子さん



釧路市 高橋未子さん



帯広市 山口京子さん



釧路市 西田俊子さん



釧路市 亀井勝子さん



釧路市 佐藤恵子さん



釧路市 平井洋子さん



釧路市 高橋明子さん

❖1月 友の会支部の行事予定

ぬさまい支部 新年会 10(土) 11:30 富士見会館

❖1月 定例の健康づくり、文化活動の予定

鉄北支部	ふまねつと＆ボッチャ	15(木)	13:30	第3木曜	共栄ふれあいセンター
愛国支部	ふまねつと＆ボッチャ	5月・18(日)	13:30	第1月曜・第3日曜	愛国会館
たんぽぽ支部	モルツク	9(金)	14:00	第2金曜	若草会館
	ふまねつと	23(金)	14:00	第4金曜	
ひまわり支部	陶芸教室	7(水)・8(木)	18:00	第1水曜・第2木曜	
		9(金)・23(金)	13:30	第2・4金曜	生駒支部長宅
		21(水)・22(木)	13:30	第3水曜・第4木曜	
鳥取支部	ボッチャ鳥取	14(水)・28(水)	13:00	第2・4水曜	
	百人一首の会	8(木)・22(木)	12:45	第2・4木曜	鶴風荘 (祝日は休止)
	ふまねつと	19(月)・27(火)	13:00	第3月曜・第4火曜	
	健康サロン童顔(えがお)	12(月)・26(月)	10:00	第2・4月曜	
大楽毛支部	太極拳	12(月)・26(月)	10:00	第2・4月曜	大楽毛生活館
芦野支部	けんこう体操	21(水)	10:00	第3水曜	芦野会館
ぬさまい支部	ふまねつと+ボッチャ	19(月)	13:00	第3月曜	緑風荘
桜ヶ岡支部	ふまねつと	27(火)	10:00	第4火曜	桜ヶ岡中央会館
春採支部	ふまねつと	23(金)	13:30	第4金曜	望洋湖上会館
	ボッチャ	9(金)	13:30	第2金曜	
興津支部	ふまねつと	13(火)	10:00	第2火曜	晴海町内会館
	ボッチャ・お茶会	27(火)	10:00	第4火曜	
緑ヶ岡支部	ふまねつと	26(月)	14:00	第4月曜	サンライフ釧路
白樺支部	ふまねつと	10(土)	10:00	第2土曜	桜ヶ岡会館
		12(月)	10:30	第2月曜	別保日の出会館
釧路町支部	ふまねつと例会	15(木)	13:30	第3木曜	河畔地区会館
		28(水)	13:30	第4水曜	北見団地地区会館
標茶支部	ふまねつと	20(火)	10:00	第3火曜	開発センター
根室支部	ふまねつと A ストレッチ	17(土) B	9:30 10:30	第3土曜	ねむろ医院
白樺・桜ヶ岡支部	ボッチャ	18(日)	10:00	第3日曜	桜ヶ岡中央会館

●詳しくは、道東勤医協法人事務局(0154)25-6479までお問い合わせください。



E-mail:tomonokai-news
@dotokin-medwel.or.jp
FAX 0154-22-02715

道東勤医協本部パズル係
釧路市治水町3番5号

● 上下の絵の中に違う箇所が5つあります。A～Fの番号の記入をお忘れなく。
A～Eメール・二次元コードから住所・氏名・電話番号の記入をお忘れなく。
F あて先 〒080-00010

懸賞応募のきまり

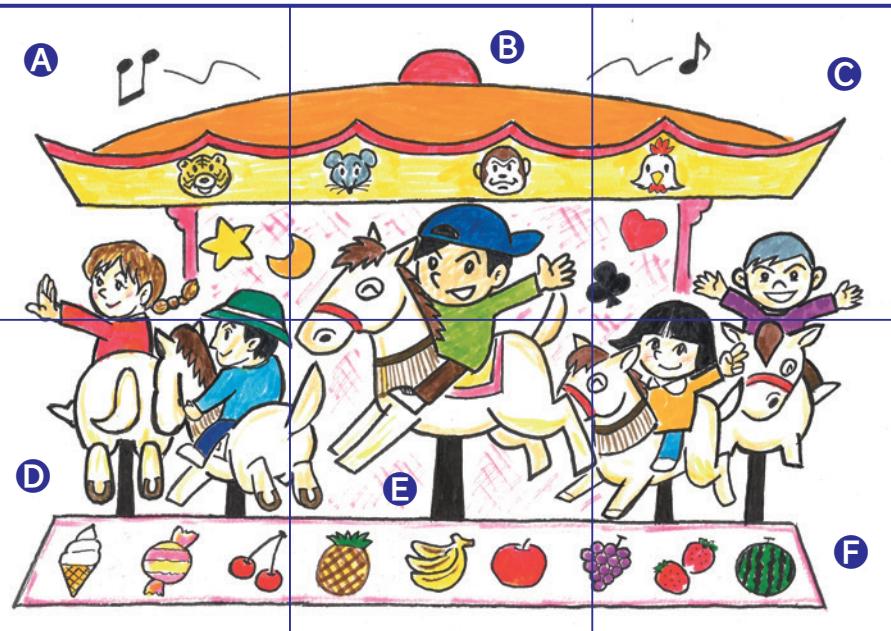
賞品 抽選で正解者10人に
図書カード。

締切り 2月10日。発表は
2026年3月号の本欄で。

※友の会ニュースへの感想、地
域の話題、絵手紙・きり

絵・川柳などもぜひお寄せ
下さい。

2



絵手紙