

中部地区社協だより

こもれび



中部地区社会福祉協議会（安城市新田町新栄84-1 中部福祉センター内）
電話 76-0090 ファックス 71-0190 平成21年9月 第91号

9月21日は敬老の日。安城市から敬老のお祝いを受ける80歳以上の方は、北中学区内では1,006名です。男性の最高齢は100歳、女性は102歳で、なんと100歳以上の方が4名も！今回のたよりでは敬老の日にあわせて、高齢になられても活発に活動されているお元気な方をご紹介します。

「今は晴耕雨読の毎日だよ。」と庭木の手入れや畑仕事に精を出しています。撮影時着用オレンジ色のジャンパーは安城市交通安全シルバーリーダーの証です。（ご自宅の庭で撮影）

野球は中日、相撲は琴光喜の大ファン！！



若い頃から、就寝前に日記を付けています。「中日勝利」と書けた日は特に気分が良いとか…。



池浦町にお住まいの西脇米男さんは大正12年生まれで今年86歳になります。65歳で会社勤めを終えた後農業を始められましたが、当時の町内会長さんから、統計調査員のやり手がないと頼まれたことをきっかけに、その後交通指導員や各種調査員、ランニング指導員などのお役を快く受けてきました。

これらの社会奉仕活動は「頭の体操と健康維持のため始めた」とのこと、現在も安城市交通安全シルバーリーダーとして高齢者への啓発活動を行っています。西脇さんのお話から、元気でやりがいのある日々を過ごすには、「何事も自分のため」と積極的な気持ちで取り組むことが大切であることを学ばせていただきました。

お知らせ

『認知症勉強会』のご案内

あなたの身近に認知症の方はいませんか？

介護のことで悩んでいませんか？



認知症は突然起きる病気ではなく、その前兆として身体の変調、行動の変化があります。そして徐々に進行していきます。これらの病状は周囲の人々だけでなく、本人にも不安や混乱をきたします。この勉強会では、認知症の病状について正しく理解し、対応の仕方や予防について学びます。

- 日 時 10月1日（木）午後1時30分～3時
- 場 所 中部福祉センター2階 教養娯楽室
- 内 容 **認知症についての講義の後に、講師、参加者とともに話し合いを行います。認知症について知りたいこと、介護について悩んでいることなどがありましたら申し込み時にお伝えください。**
- 対象者 認知症の人を介護している方、認知症について知りたい方
- 定 員 20名（先着順） 参加費無料
- 講 師 安城市ふれあいサービスセンター職員
- 問い合わせ・申し込み先 9月1日（火）午前9時より電話にて受け付け
中部福祉センター 電話76-0090 中部地区社協担当：布谷

【はつらつ！健康体操】

☆日程・内容 9/8（火）、22（火） リズム体操、ストレッチ、筋トレ等
午前10時～11時 9時45分より受け付け

☆問い合わせ先・担当者

中部福祉センター 電話76-0090 担当：石崎・蟹江

【頭もからだもスッキリ体夢（タイム）】

★日程・内容 9/3（木）顔とお口の体操、17（木）椅子に座ってできる簡単な体操
午前10時～11時30分頃 午前9時30分より受け付け

★問い合わせ先・担当者

安城市総合福祉センター 電話77-7888 介護予防担当：神谷・^{とうぼう}東方



※両講座とも、市内在住の60歳以上の方が対象です。中部福祉センター1階 機能回復訓練室で行います。