

東山地区社協だより

第118号 2010年 3月
(隔月発行)

発行：東山地区社会福祉協議会(北部福祉センター内)
安城市東栄町横根畑59-23
電話 97-5000 ファックス 97-5001

3月6日は 北部公民館 展示室へ!

3月6・7日の2日間、北部公民館では「北部公民館まつり」が開催されます。

東山地区社協も1日目の6日に下記の内容で参加します。みなさんのご来場をお待ちしております!

点字体験コーナー

点字器を使ってオリジナルしおりを作ろう!

体験してくれた中学生までの子には、参加賞があるよ!

参加賞はなくなり次第終了します。



北部福祉センターの紹介

あなたは北部福祉センターを知っていますか?

どこにあって、どんなところなのか、誰が利用できるかを紹介します。



北部公民館まつりへようこそ!

福祉委員会活動の紹介

東山地区に9つある福祉委員会の活動を紹介します。

あなたの住んでいるまちの福祉委員会はどんな活動をしているか知っていますか?



北部デイサービスの紹介

北部福祉センターの中にあるデイサービスでの、一日の流れを紹介します。

また、デイサービス利用者の作品も展示します



地域の活動を紹介します！

東山中学校区には10の町があり、それぞれの町内でふれあい行事や見守り活動など、誰もが暮らしやすい町を目指した活動が行われています。今回は石橋団地の活動を紹介します。

石橋団地

「住民の中で支え合う」気持ちが大変重要！

去る2月4日、介護相談員や地域のボランティアとして活躍されているキャラバンメイトの武馬 巴（ぶま ともえ）さんを講師に迎え、**認知症サポーター養成講座**（石橋福祉委員会主催）を開催しました。

映像や事例をあげながら約1時間半みっちり講義を受け、認知症に対する理解を深めました。

石橋団地は高齢化率が37.5%と高齢者がとても多い地域です。身近な問題を学ぶ良い機会になったのではないのでしょうか？誰もが暮らしやすい地域に一步近づきました！



認知症の症状について説明する武馬さん

地域や職域・学校などで認知症サポーター養成講座を開催する際の講師役

認知症の症状（一例）

- ・ 記憶障害（食べたこと自体を忘れる、目の前の人是谁かわからない）
- ・ 見当識障害（時間や季節、方向などの感覚が薄れる）
- ・ 理解、判断力の障害
（考えるスピードが遅くなる、二つ以上のことが重なるとうまく処理できない）
- ・ 実行機能障害（計画をたてて実行することができない）
- ・ 徘徊
- ・ うつ状態（自信がなくなる）



自らが認知症にならないことが大切。脳の活性化のため「四季の歌」を手話を交えて歌いました。

地域でできること

認知症を理解する

認知症を正しく理解し偏見を無くすことで、認知症の方や家族を温かく見守ることができます。

「お手伝いすることがありますか？」の一声
認知症の介護家族には「近所に迷惑をかけたくない」との思いがあります。具体的な援助はできなくても、その一声が理解者であることを示し、家族の気持ちをぐっと楽にさせます。

平成22年4月より

頭もからだもスッキリ体夢

タイム

あなたのお住まいの地区でも、とうとう開催されます!!!

すでに総合福祉センター、中部福祉センター、桜井福祉センターにて開催させていただき、たくさんの方にご参加いただいています。

介護予防って何・・・? なんてカたく考えなくても 大丈夫
イスに座って ゆったりと体をのばしませんか?

対 象 市内にお住まいの **60** 歳以上の方

会 場 北部福祉センター **1** 階

日 時 午後 **2** 時 ~ **3** 時 **30** 分 祝日を除く

受付は午後 **1** 時 **30** 分より

(途中の参加や退室も OK です)

定 員 約 20 名

料 金 **無料**



気楽にやれるで いいわぁ



周りに友人がいなかったけど、
会話ができるようになったよ。



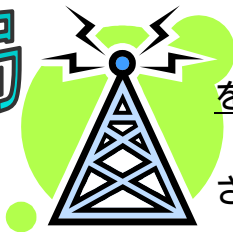
4月と5月の予定

日	曜日	内 容 (変更することもあります)	お知らせ
4 / 2	金	前半 ストレッチ 後半 体 スッキリメニュー	動きやすい服装で お越し下さい 必要な方は 飲み物やタオルを ご用意ください
4 / 16	金	前半 ストレッチ 後半 こころ スッキリメニュー	
5 / 7	金	前半 ストレッチ 後半 体 スッキリメニュー	
5 / 21	金	前半 ストレッチ 後半 こころ スッキリメニュー	

事前の申し込みは不要です。会場に直接お越しください。

受付にて氏名・町名などを記入していただくだけで参加できます。

問い合わせ先 安城市北部福祉センター 電話 97 - 5000
安城市総合福祉センター 電話 77 - 7888 (介護予防担当)



東山情報局は、東山地区を拠点にしている活動を地区の皆さんに紹介するコーナーです。

身近にも素敵な活動がたくさんあります。みなさんも一緒に活動してみたいはかがでしょうか？

磯グランドゴルフクラブ (グランドゴルフ)

「元気が一番！一日に感謝！」

私たちは結成 12 年目、平均年齢 68.5 歳のクラブです。グランドゴルフは、誰でもできる 生活が規則正しくなる 仲間とおしゃべり することで元気でいられる、など魅力がたくさんあり、楽しく健康づくりをしています。

また、グランドゴルフ以外にも、平成 20 年からペットボトルのキャップを集めて世界の子どもたちにワクチンを届ける『エコキャップ「集めてワクチン一人分」運動』へ参加しています。定期的に地域のコンビニへも回収に出かけます。北部福祉センターにも回収箱を設置しましたので、ぜひご協力をお願いします！



石橋グランドゴルフクラブみなさん

活動日時

毎週月・水・土曜日

午前 8 時 30 分から

石橋公園にて

キャップ 800 個でワクチン一人分が買えます

グループゆう(ボランティア)

「よかったよ」「また来てね」の言葉がうれしい！

私たちのグループは大型の紙芝居を使って読み聞かせをしています。紙芝居は日本昔ばなしや絵本を自分たちの手で拡大・色塗りをしたものです。

「ねずみのすもう」「さるかにかっせん」「ぐりとぐら」など誰もが知っている楽しいお話ばかりです。

市内外の老人ホームや福祉センター、児童クラブなどを訪問し、「よかったよ」「また来てね」の言葉に元気をもらいながら活動を続けています。

活動が始まって 25 年あまり。忙しくて参加できない時期があっても、それをみんなが理解してくれるので長く続けて来れました。現在 8 名で活動しています。新規メンバー募集中です。興味がある方はぜひ一度見学に来てください！読み聞かせの依頼もお待ちしています。



児童クラブを訪問

活動日時

毎月第 1・3 火曜日

午後 1 時 30 分～3 時 30 分

北部公民館にて

お問い合わせ先

北部公民館 98 - 3751

ただ今、このコーナーで紹介する活動を募集しています。気楽にお申し込みください。

申し込み・問い合わせ先 東山地区社協(北部福祉センター内) 電話 97 - 5000 担当：早川