



明祥地区社会福祉協議会（明祥プラザ内） ◎ 休業日：日・月・祝日
明祥福祉センター TEL 92-3641 FAX 92-5774

「見守りについて考えたら まず見守られないようにするためには どうしたらいいか」という話になった」

9/24(土)和泉町シニア向け健康フェスタの開催



和泉町福祉委員会は今年度、見守り活動推進モデル事業に取り組んでいます。

市内でも、高齢者が多いという特色のあるこの地域では、まずは、見守り対象にならないよう、介護予防、フレイル予防を推進する必要性があると考えました。

そこで、高齢者を対象とした「健康チェックができる事業」が開催されました。当日は、体バランスチェック・骨密度測定・体組成計測・握力測定・片足立ちテスト・イレブンチェックが行われました。また、民生児童委員が、日々の生活状況を聞き取り、地域の医療関係者が健康の相談にのっていました。

今後も定期的に事業を行い、高齢者の介護予防とフレイル予防に取り組み、見守りにもつなげていくとのことです。

10/2(日)東端町防災訓練での車いす体験協力



特別養護老人ホームひがしばたと地域包括支援センターひがしばた、地区社協の職員が講師となり、東端町の防災訓練の中で、車いす体験が行われました。防災訓練の参加者全員が、介助する側と介助される側の体験をしました。

「はじめて車いすを体験し、勉強になった」と話される方が多くみえました。

講座

初心者限定 60歳からのミニテニス講座

日 時：11月17、24日
12月8、15、22日
いずれも木曜日
午前9時30分～11時30分
場 所：明祥プラザ 多目的ホール
対 象：市内在住で60歳以上の方
申込み：11月2日（水）午前9時
から窓口で受付
（午前11時～電話申込可）

めいしょうカフェ

（認知症カフェ&介護者のつどい）

今回はギター生演奏があります。認知症の方、介護されている方、認知症や介護について相談したい方、ご参加ください。

日 時：11月15日（火）
午後1時30分～2時30分
場 所：明祥プラザ 2階 集会室
対 象：どなたでも 申込み：不要
主 催：明祥地区社会福祉協議会
地域包括支援センターひがしばた

申込み・問い合わせ先：明祥福祉センター（明祥プラザ内）電話 92-3641

明祥福祉センターからのお知らせ

		内 容	日にち	時 間
①	健康体操 （すっきり・ しゃっきり 健康教室）	ストレッチやリズム体操 等、立って行う体操をし ます 受付時間 【1部】9時10分～ 【2部】10時15分～	12月6日 13日 20日 27日 いずれも火曜日	【1部】 9:30～10:30 【2部】 10:45～11:45 ※内容は同じです
②	ぷらっと プラザサロン	小物づくり、ゲーム、 講話などを行います ※第3週は 「脳トレと太極拳」です	12月7日 14日 21日	9:30～11:00
③	健康麻雀 サロン	「お金を賭けない」「お 酒を飲まない」「タバコ を吸わない」麻雀です	いずれも水曜日	9:00～11:30
④	ストレッチ サロン	簡単なストレッチやお くちの体操を行います	12月1日 （木）	10:00～11:00
⑤	卓球サロン	自由に卓球をします 初心者大歓迎です	12月9日 23日 （金）	9:30～11:30
⑥	折り紙サロン	初心者向け折り紙です	12月24日 （土）	9:30～11:00

【対象者】市内在住の60歳以上の方
市内在住の18歳以上の障がいのある方（健康体操を除く）

【申込み】不要 【参加費】無料

【持ち物】水分補給用飲み物、動きやすい服装（上記③,⑥を除く）

【お願い】・体調不良(37.5度以上、風邪症状等)の方は参加をご遠慮ください。
・参加者を把握するため、氏名や連絡先を確認させていただきます。

掲載の事業は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、開催を中止する場合があります。