

大崎上島町 社協だより

No. 78
2009(平成21)年10月発行

〒725-0401 広島県豊田郡大崎上島町木江5-9
社会福祉法人 大崎上島町社会福祉協議会(TEL 62-1718)



お昼はサンドイッチ!
自分でつくったから
おいしいぞー

楽しかったなあ。
少し疲れたなあ。
また会えるといいね!



創作活動は紙でみかんや
柿をつくったよ。
たくさん実ったかなあ…



療育セミナー

ふれあいや創作の体験を通して、
生活経験や対人関係の拡大を
目的に、9月19日(土)
大崎産業会館・大崎老人
福祉センターで開催しました。



在宅家族者りつしゅ交流

～美しい自然と四季の移り変わりを体験～

在宅で介護されているご家族（介護者）の方を対象に、心身のリフレッシュを目的に小旅行を企画しましたので、ご参加ください。

【日時】 平成21年11月13日（金）
島内（白水港）出発予定 午前8時15分
島内（白水港）帰着予定 午後5時20分



【場所】 ・高顕寺（昼食：精進料理）… 岡山県備前市吉永町
・閑谷学校（拝観）… 岡山県備前市閑谷

「精進」とは、悪を断って善を行い、つとめに励むという意味です。仏教では、食も修業の一つと考えます。心をこめて料理をし、それをありがたくいただき、心身を養う。それが精進料理です。

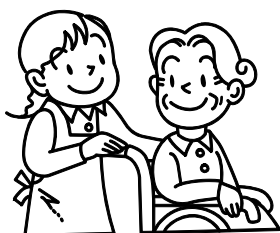


閑谷学校は、備前焼の瓦が美しい国宝の講堂をはじめ、敷地内の建築物のほとんどが重要文化財です。

【参加費】 3,000円（当日徴収します）

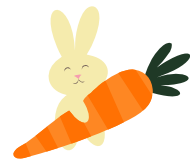
【申込み】 11月4日（水）までに社協本所・各支所へ直接お申し込みください。電話での申込みもお受けします。

社協 大崎支所（64-4178） 東野支所（65-2210）
本 所（62-1718）



在宅で介護されている方ならどなたでも参加できます

在宅介護者リフレッシュ交流事業は、共同募金配分金により実施します。



男子厨房にようこそ



みごとな手さばきをご覧ください！

東野地区

新しく参加して下さった方もおられ、皆さん積極的に調理から片付けまで、手早くきれいにされていました。

「次の教室は？」の声もあがり、次回も多数のご参加をお待ちしています。



今年度より、老人クラブ連合会の主催で、“第1回 男性の料理教室”が開催しました。食生活改善推進員さん指導のもと、9月9日～15日、3地区で多数のご参加をいただき、楽しい料理教室となりました。



講師の食推さん



大崎地区

いただきま〜す。



木江地区

生きがいデイサービス カレンダー作り 奮闘中!

皆さんも
デイサービスへ
来てみませんか



金曜日デイサービスの皆さん

10月に入り、下半期のカレンダーを作成しています。

今回は、秋バージョンで、赤とんぼなどの絵に色をつけていただきました。皆さん、ていねいに仕上げられ、個性豊かなカレンダーが出来上がりました。

来月は、合同のデイサービスも予定しています。



いかがですか。
上手にできました。

デイサービスは、毎週月～金(5日間)東野保健福祉センターで行っています。

他にもゲームや昔のなつかしい歌を唄ったりと、盛りだくさん!

☆利用者募集中☆



木曜日デイサービスの皆さん

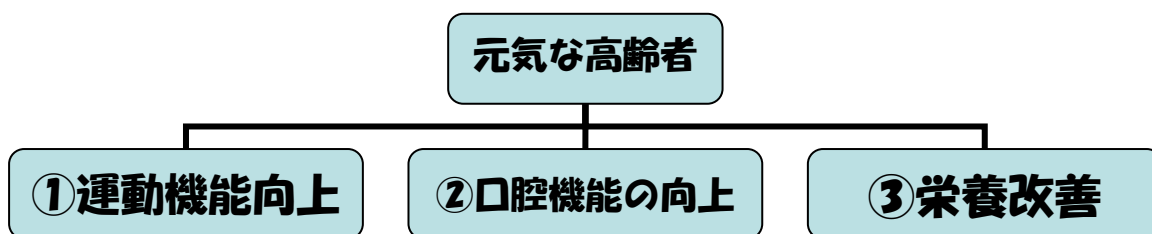


長～い老後をよりよく過ごしましょう！！

介護予防がなぜ必要ですか？

閉じこもりは精神活動、身体活動がともに低下した時に起こります。生活リズムの確保・維持に努め、することを見つけて毎日を規則的に、有意義に過ごすことが健康寿命への第一歩であり、廃用症候群の予防につながります。

※廃用症候群(生活不活発病)とは、身体の部分を使用しないことによって起こる関節の拘縮や筋力の低下のことを示します。



元氣な高齢者は、①②③のバランスが必要です。

日頃から、自分の機能低下が見受けられたら早期に改善につとめて、介護が必要にならないように努めましょう。

介護予防は、若い時からの生活習慣病の予防と、高齢になってからの閉じこもりによる廃用症候群の予防が2本柱です。

- ・ することがある
- ・ することを見つけて実施する
- ・ 毎日を有意義に感ずる

そして

継続が大事

《相談窓口・問い合わせ》



大崎上島町地域包括支援センター (担当: 谷本 小松 石田)

大崎上島町木江5-9(木江保健福祉センター内) ☎67-0022

ご寄付 ありがとうございます

お寄せいただいたご寄付は、福祉のまちづくり推進のため、有効に活用させていただきます。

【平成21年9月11日～10月8日受付分】

【香典返し】

- ・沖浦 胡 常喜 様 (故妻 小登美 様)
- ・木江 榊原 一広 様 (故母 智紗枝 様)
- ・東野 藤本 信夫 様 (故子 洋二 様)
- ・東野 望月 友二 様 (故父 弘道 様)
- ・東野 金川 寿枝 様 (故夫 巧 様)
- ・三原市 稲田スミ子 様 (故母 松田カズコ 様)
- ・原田 河内 博之 様 (故母 サツミ 様)
- ・中野 松浦 幸子 様 (故夫 五月 様)
- ・中野 加藤 秀明 様 (故母 ハルエ 様)

【香典返し】

- ・中野 杉原 卓雄 様 (故母 正恵 様)
- ・中野 谷川 勤 様 (故母 チサト 様)

【一般寄付】

- ・匿名 (1名様)



お知らせ

平成21年度 木江地区 シニアスポーツ大会



日時 平成21年10月31日 (土)
午後1時～
場所 木江小学校 体育館
主催 大崎上島町老人クラブ連合会
後援 大崎上島町社会福祉協議会
大崎上島町

♪ 音楽と ぬり絵を 楽しむ会



～11月開催日のお知らせ～

日時 平成21年11月19日 (木)
午後1時30分～3時30分
場所 木江保健福祉センター

健康体操のご案内

(高齢者自立支援事業)

おおむね65歳以上の方を対象に健康体操を行っています。

ストレッチを中心に身体を動かす体操です。

「継続は力なり」自分流健康法を学ぼう!

日時 毎週 月曜日
午前10時～11時
場所 東野保健福祉センター



お問い合わせ 大崎上島町社会福祉協議会 東野支所
電話 65-2210