

大崎上島町 社協だより

No. 121

2013(平成25)年5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)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



ストレッチ木江教室がはじまりました！！



5月10日(金)、健康増進を目的に新たに木江教室が始まりました。

平本先生の指導のもと、タオルストレッチ、簡単な筋肉トレーニング、ゲームなどの内容で行いました。

参加者からは「楽しかった～」、「日頃は運動不足なので、気持ち良かった。」「これからも続けて参加したい。」などの感想もいただき、いきいきとした表情で帰られました。

引き続き、

参加者、募集しています！

65歳以上の方を対象に、タオルを使ったストレッチを中心として、バラエティにとんだ、楽しい体操を行っています。

週に1度、みなさんも一緒に心と体をほぐしてみませんか？

※興味のある方は見学もできますので、どうぞお気軽にお越しください。



- ★ 日 時 毎週金曜日 10:00～11:00
- ★ 場 所 木江保健福祉センター
- ★ 参加費 無料！

お問い合わせ・・・社協本所 (☎62-1718)

ますます元気に体力アップしています！

ストレッチ大崎教室



東野健康体操教室



毎週水曜日、大崎産業会館2階で、タオルストレッチ、ウォーキング、フォークダンスなど、元気に体を動かしています。

5月から新メンバー9名を迎え、パワーあふれる教室になりました。



毎週月曜日、東野保健福祉センターで、ゆったりとした音楽に合わせて、リラックスした空気の中、体操やテンポの早いリズム感のある曲に合わせたウォーキングなど、自分のペースで楽しく行っています。



「継続は力なり」、快筋賞！

かいきんしょう



平成24年度ストレッチ大崎教室（50回開催）、東野健康体操教室（42回開催）の両教室で、皆勤賞と精勤賞の表彰を行いました。

「皆勤を目標にがんばりたい」と、今年もまた、みなさんの目標が出来たようです。



皆勤賞・精勤賞のみなさんです



左から、力万美千子さん・檜山みどりさん・小村光純さん



左から、山口竹代さん・高下桃江さん・吉岡カヨ子さん・森藤香澄さん

おめでとうございます！！ 今後も継続した健康づくりに取り組まれることを期待しています。

こんな悪質商法が横行しています。

注文していない荷物が着払いで届く。

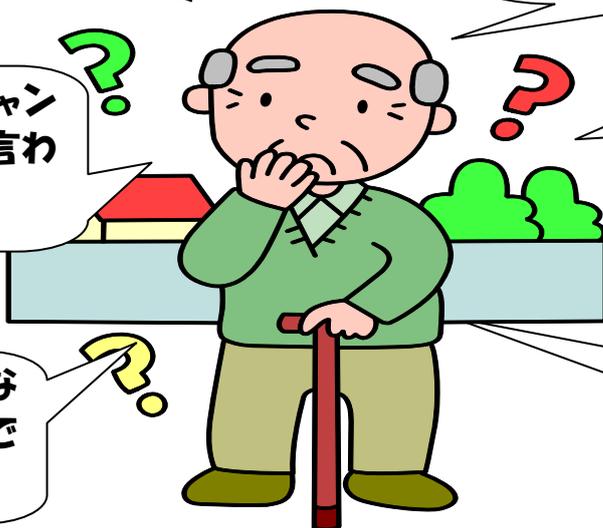
強引な口調で、注文の確認の電話がかかる。

注文を断ると、キャンセルは出来ないと言われた。

家に持って来ると言っているので不安だ。

4万円もする高額な商品なんてたのんでいない。

だれに相談したら良いのかわからない。



◎町内において、**送りつけ商法** が横行しています。電話により事前に配達日の連絡があり、お金の準備をしておくようにとの指示があります。自分が注文していない商品は、着払いでも **宅配業者に受け取り拒否** をしてください。

◎家族が誤って支払い等をした商品でも、ご相談ください。

■悪質商法には、点検商法・睡眠商法・かたり商法・当選商法・利殖商法・送りつけ商法など、だましのテクニックは色々あります。悪質商法は、**犯罪** です。

■町内でも、現金自動預払機(ATM)による、還付金詐欺未遂がありました。他人事ではなく、うまい話には乗らない、一人で決めない様にし、家族や身近な人に相談するようにしましょう。

相談は、地域包括支援センターへ

《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: 藤原 小松 田原)

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25年4月11日～5月10日お申し出分】

【香典返し】

- ・東野 楠木 孝三 様 (故母 ミドリ様)
- ・木江 門田エツ子 様 (故夫 晃 様)
- ・木江 上杉 礼子 様 (故母 スマ子様)
- ・沖浦 石田 忠則 様 (故父 忠 様)
- ・沖浦 大下 辰宝 様 (故母 マスコ様)
- ・中野 田原 昌三 様 (故母 ヒサコ様)
- ・中野 古田ナカ子 様 (故夫 光宗 様)
- ・原田 瀬井 律子 様 (故義弟 静夫様)

【香典返し】

- ・大串 大成 弘之 様 (故父 一由 様)
- ・大串 段原 昭二 様 (故義父 長田渉様)

【生前のお礼】

- ・木江 久保井邦宏 様 (故母 千代子様)

【一般寄付】

- ・木江 高橋コマヨ 様
- ・匿名 (2名様)



「リクライニング車いす」をいただきました

圓妙寺沖浦佛教婦人会様より、「リクライニング車いす」2台のご寄付をいただきました。

この車いすは、リクライニング機能（背中を倒せる）に加え、足を置く位置の角度や、頭を支える位置の調整など、姿勢を保持する機能を多く備えています。

通院などのお出かけ時にご利用ください。短期での貸し出しをいたします。



お知らせ

“家族会”は知恵の宝庫

介護者家族会

～6月定例会のご案内～

介護されている方ならどなたでも参加できます

- 日時 平成25年6月14日(金)
午前10時～11時30分
場所 大崎老人福祉センター
2階 和室
内容 座談会・介護体験談・その他

