

大崎上島町 社協だより

No.152

2015(平成27)年12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 0846-62-1718)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



平成27年度 障害者福祉講演会

「音楽と落語の宅配便」で心も体も  になりました。



聞くだけじゃなく、みんなと一緒に歌いました。

11月27日(金)大崎上島町身体障害者福祉協議会が、はじめての試みとして障害者福祉講演会を開催しました。講師は落語もできる音楽家の濱乃志隆(はまのしりゅう)さん。

音楽と笑いの効果で、心と体を健やかに保てる事を学びました。

(歌う事には肺など呼吸器の機能維持、笑う事には自律神経のバランス維持効果があります)

ふれあいサロンだより

天満サロン 10月10日 ・ 矢弓サロン 11月15日

～ 広島国際大学の学生さんとふれあいを通じて ～



天満サロン



血圧測定



認知症を予防しよう

会話から想いを読み取る



まめ、ごま、たまご、…



食材の頭文字です



コグニサイズを体験



矢弓サロン

昨年に引き続き、広島国際大学看護学科の学生さんが『大崎上島イキイキプロジェクト』活動の一環で、ふれあいサロンを訪問してくれました！

参加された学生から、「認知症予防のお話」と「おしゃべり」を通して、「健康増進」や「生きがい」を見出すとともに、教科書だけでは学ぶことのできない「人の温かさ」「会話の大切さ」を感じることができたと感想をいただきました。

サロンに参加されていた皆さんも、「来年もまた待っとなるけえね！来んさいよ～」と早くも事前予約(笑) サロンの皆さんも学生、先生も皆楽しいひとときを過ごすことができました！

(担当者からのひとこと)

サロンはいろいろな視点で見方が変わる。楽しむ場、教育の場…。サロンの醍醐味ってここですね！



うつ病 大丈夫ですか？(その2) 高齢期のうつ病予防

65歳以上になると、病気に伴ううつ病が最も多くみられるそうです。うつ病を伴いやすい病気としては、次のものがあります。病気を悪化させず、上手に病気と付き合えるようにしたいですね。

- ・ 高血圧症
- ・ 潰瘍性大腸炎
- ・ 慢性関節リュウマチ
- ・ パーキンソン症候群
- ・ 狭心症、心筋梗塞
- ・ 慢性膵炎
- ・ 甲状腺機能低下症
- ・ 脳動脈硬化症
- ・ 胃潰瘍
- ・ 糖尿病
- ・ がん
- ・ 認知症

病気以外に、生活や環境も原因になってくるそうです。

- ・ 仕事や役割の喪失
- ・ 経済上の問題
- ・ 身近な人や親しい人の死
- ・ 孤独

高齢期のうつ病予防法には、次のようなものがあるそうです。今からできることをしてうつ病を予防していきましょう。

- ・ 趣味を持つ
- ・ ボランティア活動をする
- ・ 孤立しない
- ・ 一人で過ごす時間も楽しめるようになる
- ・ 人に「助けて」と言える
- ・ 老化を受け入れる
- ・ 主導権を後輩や子どもに徐々にゆずる。



参考：ニキハーティホスピタルHP

保健師ジャーナル Vol 69 No.11 2013 姫井昭男

《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した

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27年11月11日～平成27年12月10日お申し出分】

【香典返し】

- ・東野 土井百合子 様 (故夫 喜弘 様)
- ・東野 山根 淳子 様 (故母 典子 様)
- ・広島市 元岡 桜子 様 (故祖母 千壽美様)
- ・東野 藤本 米美 様 (故夫 政則 様)
- ・原田 小松 雄二 様 (故母 富喜恵様)
- ・中野 井上 秋江 様 (故父 文男 様)
- ・中野 谷本 芳司 様 (故妻 文子 様)

【生前のお礼】

- ・木江 松浦 康彦 様 (故母 ヤチエ様)
- ・横浜市 藤原 松雄 様 (故母 米子 様)

【一般寄付】

- ・木江 松浦 康彦 様 (外出支援のお礼)
- ・中野 松岡 武夫 様 (社協だより郵送のお礼)
- ・東野 望月美智子 様 (外出支援のお礼)
- ・明石 故 魚本美奈子 様
- ・中野 谷本 芳司 様 (ベッド借用のお礼)
- ・匿名 (6名様)



お知らせ

老人クラブ連合会 高齢者総合教室

- 日時** 平成28年1月22日(金)
午後1時30分～2時30分
- 場所** 東野保健福祉センター
機能訓練室
- 内容** 「いきいき百歳体操」
- 対象者** 老人クラブ会員

介護者家族会

～1月定例会のご案内～

- 日時** 平成28年1月8日(金)
午前10時～11時30分
- 場所** 大崎老人福祉センター
1階「すまいる一む」
- 内容** 「お楽しみ会(ゲーム)」
- 対象者** 在宅で介護をされている方

認知症の人と家族の会

～1月定例会のご案内～

- 日時** 平成28年1月22日(金)
午前9時30分～11時30分
- 場所** 大崎上島開発総合センター 研修室1
- 内容** 「認知症の予防」について
- 対象者** 認知症状がある方、在宅で介護をされている方

ふくし相談会

& 暮らしの相談会



- 日時** 平成28年1月12日(火)
午後1時30分～2時30分(受付)
- 場所** 大崎上島開発総合センター 研修室1
- 内容** 介護保険の利用・内容や生活費など福祉に関係する相談
- 対象者** 大崎上島町にお住まいの方

お詫びと訂正

第4回ふくしのまちづくりのつどいのパンフレット及び、社協だよりNo.151(11月号)「ふくしのまちづくりのつどい」ページの高額寄付者のお名前に次の誤りがありました。

誤 大崎 田中行恵 様 → 正 大崎 中田行恵 様
誤 木江 脇田輝彦 様 → 正 木江 脇田照彦 様

お詫び申し上げます、訂正させていただきます。

