

大崎上島町 社協だより

No.147

2015(平成27)年7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 会員会費のお願い

平素より、社会福祉協議会事業推進につきまして格別なご協力を賜り深く感謝申し上げます。

さて、今年度も「平成27年度会員会費」のお願いの時期となりました。

「島だからこそできる 家族のような互近助^{ごきんじょ}どうしの支え合い」を目指して、住民のみなさまと社協が一体となり、より充実した地域福祉活動に取り組んで参ります。

是非、主旨をご理解賜りご支援、ご協力をお願いいたします。

会員会費協力依頼額

一般会費(一口)	1,000円
賛助会費(一口)	3,000円以上



会員会費のお願いを
7月23日から8月
31日の間でさせて
いただきます。

平成26年度に皆さまから寄せられた社協会費(4,196,000円)で、次の事業を実施しました。

- ・ふれあいサロン(町内27か所で年間305回開催)に 1,356,000円
- ・よってみんなさい屋(大串と中野で「おしゃべりがごちそう」をモットーに年間131回開催・延利用者1,633名)の一部に 263,000円
- ・外出支援サービス(ひとりでは通院が難しい方の送迎を運転協力員さんが応援。年間3,168回実施)の事業の一部に 643,000円
- ・電動ベッド、車いす等の貸出(年間220回)や車いすを乗せる車の貸出(年間98回)の維持費の一部に 66,000円
- ・ふくしのまちづくりのつどい(11月1日に開催。参加者320名)の一部に 212,000円
- ・小地域福祉活動推進事業(地域づくり会議)に 148,000円
- ・お茶の間づくり事業の一部に 78,000円 ・ポラネット推進事業に 155,000円
- ・事務局運営費(広報活動費や車両維持費等)の一部に 1,275,000円



老人クラブ連合会だより

健康増進・介護予防事業

今年も熱くなりました・高齢者スポーツ大会

6月6日(土)東野屋内運動場で東野・木江地区老人クラブ(総勢230名)が、6月20日(土)大崎小学校体育館で大崎地区老人クラブ(総勢370名)が集まり、スポーツ大会を開催しました。

6月6日 東野・木江地区



東野・木江地区
優勝 餅崎長寿会
準優勝 白水長命会
第3位 古江長命会



6月20日 大崎地区



みんな頑張るぞー!





みんな集まれ・グラウンド・ゴルフ大会



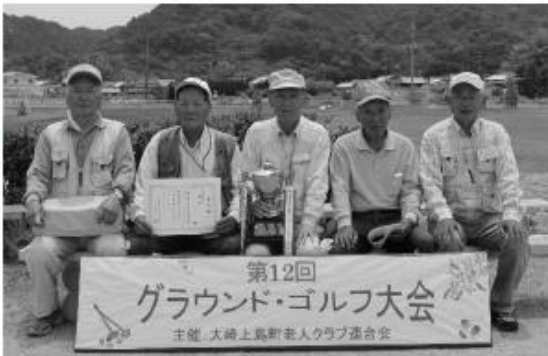
大崎地区

優勝 中子チーム (本郷・片浜)
 準優勝 北子チーム (向山)
 第3位 港子チーム (大西)



6月10日(水)シーパーク大車に154名の会員が集まりグラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

さて、日頃の練習の成果はでましたでしょうか?...



- 団体優勝 白水長命会MC
- 団体準優勝 原田長寿会C
- 団体第3位 向山老人クラブ
- 個人優勝 有田 清 (本郷長寿会)
- 個人準優勝 上杉 正 (白水長命会MC)
- 個人第3位 越戸和美 (片浜長寿会B)

行ってきました・野外研修旅行に!

6月30日、7月1日(一泊二日)会員32名が、九州(熊本・福岡)へ研修旅行に行ってきました。バス旅の車中、会員同士の親睦も深まりました。リフレッシュできた二日間となりました。



大宰府天満宮

写真提供 瀬井地区 正田公治氏

※ 老人クラブ事業のお知らせ ※

高齢者総合教室を各会場で開始します。

- 運動 8月4日(火) 木江保健福祉センター
- 運動 8月6日(木) 東野保健福祉センター
- 料理 9月3日(木) 木江保健福祉センター
- 料理 9月4日(金) 東野保健福祉センター

・詳しくは単位老人クラブの会長まで・・・

障がい者スポーツ大会のお知らせ

第10回 大崎上島町障がい者スポーツ大会を次のとおり開催します。

日時 平成27年7月25日(土) 午後1時～

場所 ふれあいホール大崎(中電ホール)

主催 大崎上島町身体障害者福祉協議会
大崎上島障害児者 わかばの会

共催 広島県立障害者リハビリテーションセンター
スポーツ交流センター・おりづる



プログラム

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 開会式 | 6. 玉入れ競争 |
| 2. 準備体操 | 7. フライングディスク |
| 3. わなげゲーム | 8. ガンパルーン体操 |
| 4. ホールインワンゴルフ | 9. 閉会式 |
| 5. じゃんけんポンゲーム | |

◆紅組・白組・青組・黄組に別れて競技します。



スポーツ大会ボランティア募集

あなたもボランティアとしてスポーツ大会に参加してみませんか。

興味のある方は社会福祉協議会事務局(☎0846-62-1718)までご連絡ください。

福祉機器の貸し出しを行っています

大崎上島町社協では、福祉機器が一時的に必要な時に無料で貸出を行っています。

貸出対象者：在宅生活を営むのに福祉機器を必要とする方

貸出物品：介護用ベッド、車いす、歩行補助器、ポータブルトイレ、シャワーチェア、バスグリップ、ハンディスロープ、チャイルドシート、松葉杖等

貸出期間：3か月 ただし必要に応じて更新できます

ご利用になるには、申込書を提出していただきます。在庫の状況等により、お貸し出来ない場合がございますので、ご了承ください。

お問い合わせ：社会福祉協議会事務局 ☎0846-62-1718

いきいきと毎日を過ごすために！

さあ、運動不足を解消しましょう。

6月は、運動不足度チェックをご紹介しました。皆さんの結果はいかがでしたか？ちなみに、私の結果は5点の少し運動不足でした。

生活活動を活発にしたり、運動を行うことで、「糖尿病」「高血圧」「高脂血症」「肥満」「※ロコモティブシンドローム」「認知症」の危険性が低減されたり、改善されることがわかってきました。

運動不足だった方は、次のことを参考にしてみてくださいはいかがでしょうか。

ただし、血糖・血圧・脂質の値が基準値内の人の場合です。基準値から外れている場合は、かかりつけのお医者さんなどに相談して運動しましょう。

※ロコモティブシンドロームとは、骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなり、介護が必要となる危険性が高い状態。

《18歳未満の人》

- ① 今より10分多く歩きましょう。
- ② 息が弾み汗をかく程度の運動を、週2回30分以上行いましょう。

《18歳～64歳の人》

- ① 労働・家事・通勤・通学などによる歩行もしくは、歩行と同じくらいの強度のある活動を毎日・1日の合計で60分はしましょう。（歩数にすると約8,000歩）
- ② 息が弾み汗をかく程度の運動を、週1回60分行いましょう。

《65歳以上の人》

- ① 労働・家事・畑・庭の手入れ・歩行などで1日合計40分は体を動かしましょう。
- ② できるだけ筋力トレーニングやストレッチを①の中に取り入れてみましょう。

《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6月11日～平成27年7月10日お申し出分】

【香典返し】

- ・東野 松浦 幸夫 様 (故母 清子 様)
- ・沖浦 下田 栄 様 (故父 時則 様)
- ・東野 金保 清 様 (故母 花子 様)
- ・大串 藤解 真由美様 (故夫 公司 様)

【生前のお礼】

- ・中野 中田 行恵 様 (故母 コトエ様)
- ・木江 松下 多津三様 (故叔母 千代子様)

【一般寄付】

- ・沖浦 栄林山圓妙寺佛教婦人会 様 (ダーナ募金として)
- ・広島市 田房 富男 様
- ・中野 森田 茂雄 様
- ・大串 藤解 真由美様 (福祉車両借用のお礼)
- ・木江 上杉 貞子 様
- ・匿名 (4名様)

おしらせ



“家族会”は知恵の宝庫

介護者家族会

～8月定例会のご案内～

日時 平成27年8月21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 「日頃の介護の情報交換」

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

～8月定例会のご案内～

日時 平成27年8月28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 「見当識障害とは」

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 & ぐらしの相談会



日時 平成27年8月4日(火)
午後1時30分～2時30分(受付)

場所 大串老人福祉センター

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