

2024  
7月号

# へぐり 社協だより



## 令和 6 年度

### 第 1 回 かのき荘お食事会開催のようす

5月31日(金)、社会的孤立感の解消と老人福祉センターを広く知っていただくため、ひとり暮らしの高齢者、高齢者夫婦の方を対象に、食事会を開催しました。「ラジオ体操」や「口腔体操」をしたり、レクリエーションを行いました。

※各係の電話番号は、見開きページ下をご覧ください。



山田先生から説明を受けます

ふれあい交流センターは、「高齢者の福祉向上」および「健康増進の拠点」となるように、地域包括支援センター業務と連携を図り、各取り組みを行っています。  
5月29日(水)、「生きがい対策」「健康の保持増進」「介護予防」「高齢者の交流」を目的に、はつらつサロンの開催しました。今回は、スポーツウエルネス吹矢公認指導員の山田修先生をお迎えし、吹矢体験を行いました。

# 『スポーツ吹矢呼吸法で健康づくり』

ふれあい交流センター はつらつサロン



的に当てることに集中

講師の山田先生から『スポーツ吹矢』は誰でも、いつからでも気軽に始められます。的を射抜き、点数を競いますが、それよりも腹式呼吸をすることに

1.2mの筒を両手で水平にし、一旦頭上に持ち上げ、太ももの位置に下げて、口から長く息を吐く。再度息を吸い筒を口にくわえ、お腹から息を一気に吐き出し、4m先の的に目掛け矢を放ちます。



健康維持向上につながり、とても楽しかった

よって、健康が維持され、的を狙うことで集中力の向上につながり、精神面も鍛えられます」と話されました。  
スポーツ吹矢に興味のある方、始めたいと思われる方は、山田先生(☎090-13822-8658)までお問い合わせください。

次回の『はつらつサロンの案内は、最終ページに記載しております。

老人福祉センター『かしのき荘』

参加者募集

## からだとあたまの体操

かいかつ  
～ 快活ルーム ～

高齢者の方に生き生きとした毎日を送っていただけるよう、かしのき荘で「快活ルーム」を毎月1回開催しています。簡単な体操やレクリエーション・脳トレーニングなどを楽しみましょう。

日時：7月22日(月) 10時～11時  
場所：かしのき荘 新館会議室  
対象：町内在住の65歳以上の方  
内容：あいうべ体操 他  
申込み：7月11日(木)まで 先着25名 かしのき荘



あなたがいお気持ち ありがとうございます

## 善意銀行預託者

5月に預託をしていただいた方をご紹介します。

氏名	指定等
山本章	任意

(敬称略)

預託の受付は総務地域福祉係まで

～お寺でつながる～

# 蓮カフェ『蓮を愛でるイベント』蓮友の会

見頃の蓮を見に来てください♪

日時：7月5日(金)～6日(土)  
9時～12時 (雨天決行)

場所：金勝寺 (槻原)

参加費：無料

申込み：不要

どなたでも参加いただけます!!

♥両日先着20名様に  
プレゼントがあります♥

★折り紙で蓮作り体験ブースあり  
(無料)

◀販売メニュー▶

- ★カフェ (コーヒー・紅茶)
- ★焼き菓子・さおり織り小物 (7/5 10:00～のみ)
- ★蓮 (鉢付 / 配送可)
- ★炊きたて豆ごはん (7/6のみ)
- ★採れたて野菜 など

※無くなり次第終了

※駐車場は限りがございます。公共交通機関のご利用をお願い致します。

## ● 5月にお申込みいただいた会費会員の方をご紹介します ●

福田 芳美	松本 博行	中村 治子	端崎 富美	日浦 和世	岩崎美恵子
二宮 佳子	星山 栄子	米田世紀子	石井友里絵	小椋すみ子	匿名 5人
吉原恵美子	松江 芳子	黒木 時子	久保由希子	谷村 久子	(敬称略・
嵯峨 幸子	塩野 光代	中川貴美子	久保 陽子	小川 洋子	順不同)
小倉 晴子	藤本奈智子	奥田 好子	東 応成	野口 幸子	
森 輝子	高幣 豊子	小松 弘子	田島ひとみ	田中 咲花	

ありがとうございました。

～誰もが安心して自分らしく暮らせる福祉のまちづくりを目指して～

## 社会福祉協議会 会費会員へのご協力をお願いします!!

会費は、さまざまな地域福祉事業に活用します。ご協力いただきました社協会費は、小地域ネットワーク活動やボランティア活動の事業に活かされています。皆様の温かいご支援をお願い申し上げます。

会費会員は随時募集しています

- 特別会員：一口 5,000円  
(法人・企業・施設・事業所など)
- 一般会員：一口 1,000円

申込み・問合せ 総務地域福祉係

※老人福祉センター・地域包括支援センター  
においても受付いたします。

# 情報ひろば

各種イベントや福祉に関する情報コーナーです。  
お気軽にお問合せ・お申込みください！

社会福祉協議会ホームページも  
ご覧ください。  
<http://www.heguri-shakyo.or.jp/>



★ Facebook を開設しています★  
<http://www.facebook.com/hegurishakyo/>



## 地域包括支援センター ☎45-7012

### 認知症オレンジカフェ ～心晴～

日時：7月12日(金) 10時～11時30分

対象：認知症の方やその家族、地域住民の方

参加費：1000円

★申込み不要

★認知症の方やその家族、地域住民や専門職員が  
参加し、情報交換や相談ができる場所です。

### 認知症相談会

～不安や悩みをご相談ください～

日時：7月18日(木)

13時30分～15時30分

お一人40分程度【予約制】



☆開催場所はいずれも『ふれあい交流センター』です。

## 「はっらつサロン」を 開催します!

日時：7月30日(火) 10時～12時

対象：町内在住の65歳以上の方・高齢者の生活  
を支援する方

内容：～認知症サポーター養成講座～  
認知症について正しく理解し、認知症の  
方やその家族を温かく見守る「認知症サ  
ポーター」を養成するための講座です。  
寸劇もしますので、お気軽にご参加く  
ださい。

修了後は、認知症サポーターの証になり  
ます「オレンジカード」お渡しします。

講師：認知症サポーターキャラバンメイト

持ち物：筆記用具、飲み物

申込み：7月1日(月)～(先着20名まで)

## 総務地域福祉係 ☎45-5710

# 生活訓練のお知らせ

日常生活に必要な体験をしていただくた  
めの事業を行います。

### 日程 ★ (予定)

8月1日(木) 喫茶のスタッフ体験を  
しよう

8月24日(土) レストランで注文体験  
をしよう

11月30日(土) 防犯について学ぼう

12月21日(土) 西宮古墳(見学)につい  
て学ぼう

令和7年

1月25日(土) 防災センターでの体験  
をしよう

対象 平群町内に住所を有する方で、  
6～64歳の身体障害者手帳・  
療育手帳・精神保健福祉手帳を  
所有または、これに準ずる方

申込み 申込書と平群町地域生活支援事  
業の決定通知のコピーを添えて

**7月5日(金)までに**

お申込みください。

※詳細は申込後にお知らせします

生活訓練は平群町地域生活支援事業の知的障害者支援事業です。