

社協だより

vol. **56**
2007
SPRING

◎代 表 (052) 758-2011
◎ボランティアセンター (052) 758-2012
◎高齢者福祉センター (052) 758-2013
◎なごやかヘルプ事業・デイスーパー・居宅介護支援事業 (052) 758-2014
◎F A X (052) 758-2015
◎E-mail moriyamaVC@nagoya-shakyo.or.jp
◎ホームページ http://www.moriyama-shakyo.jp



社会福祉法人
名古屋市守山区社会福祉協議会
(名古屋市守山区共同募金委員会)

〒463-0048
名古屋市守山区小幡南一丁目24番10号

元気を取り組み 元氣ましよう

今回は、守山区で行われている介護予防の取り組みをご紹介します。最近ちょっと不安だと思われる方や介護予防に興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。いきいきと暮らしていけるように、介護予防に取り組んでみましょう。



守山保健所では、介護予防を目的とした「元気でいこまいクラブ」を開催しています。今回は、「からだと心をリフレッシュ」をテーマにした回を取材に伺いました。

参加者は受付で、血圧と健康チェックをおこないます。「今日はバスで一緒になったね」などとみなさん、回を重ねているためか、大変和やかな雰囲気です。

「からだと心をリフレッシュ」ということで、お手玉を使った手先の運動や、フラダンスの要素を取り入れた体操などユニークな運動等を行いました。少し疲れてきた終盤では、照れながらもみなさん隣同士で背中をさすりあいお互いをマッサージ。一人暮らしではできないし、人の手のぬくもりが気持ちいいと新しい発見をされていました。元気でいこまいクラブ以外にも、介護予防などを目的とした講座などがたくさん行われています。ぜひ一度、お問い合わせください。



最近、介護予防という言葉を目にします。介護予防とは、高齢者の方が、寝たきりなどの介護が必要な状況になることを防ぐために、心身機能の低下を予防する取り組みのことをいいます。

<h3>わくわくクラブ</h3> <p>対象者 65歳以上で介護保険の認定を受けていない方のうち、基本チェックリストの結果により地域包括支援センターで介護予防事業への参加が必要だと判定された方。なお、成人基本健康診査(市民健康診査など)の受診をお願いいたします。</p> <p>内容 レクリエーション・手工芸・体操・料理・生け花などを行っています。</p> <p>会場・日程 【会場】守山福祉会館 【日程】火・木曜 10:00~15:00</p> <p>問い合わせ先 お住まいの地域を担当する地域包括支援センター(※)</p>	<h3>はつらつ長寿推進事業</h3> <p>対象者 65歳以上の方。(事前に申し込みが必要です)</p> <p>内容 レクリエーション・手芸・クイズ・体操・合唱などを行っています。</p> <p>会場 区内8ヶ所(裏面にも記事がありますのでご参照ください。)</p> <p>問い合わせ先 守山区社会福祉協議会 (電話 758-2011)</p>	<h3>わいわいサロン</h3> <p>対象者 年齢に関係なく、どなたでも参加していただけます。(申し込み不要)</p> <p>内容 健康体操・頭の体操・レクリエーション・歌・交流会などを行っています。</p> <p>会場・日程 【会場】守山区社会福祉協議会 【日程】第2金曜 10:00~12:00</p> <p>問い合わせ先 守山区社会福祉協議会 (電話 758-2011)</p>
---	---	---

<h3>元気でいこまいクラブ</h3> <p>対象者 65歳以上で介護保険の認定を受けていない方のうち、基本チェックリストの結果により地域包括支援センターで介護予防事業への参加が必要だと判定された方。なお、成人基本健康診査(市民健康診査など)の受診をお願いいたします。</p> <p>内容 「食と健康」「お口の健康」「心の健康」のコースがあり、レクリエーション・運動・調理実習・医師のお話・交流会など、それぞれのコースの目的に応じたプログラムを組み合わせて行っています。</p> <p>会場 守山保健所(志段味分室で開催されるコースもあります)</p> <p>問い合わせ先 お住まいの地域を担当する地域包括支援センター(※)</p>	<h3>なごみクラブ</h3> <p>対象者 65歳以上の方。(事前に申し込みが必要です)</p> <p>内容 健康体操・レクリエーション・音楽・血圧の測定などを行っています。</p> <p>会場 アーバンラフレ小幡集会所、天子田コミュニティセンター、大森コミュニティセンター、大森北集会所、大森向住宅集会所、小幡北コミュニティセンター、香流荘集会所、吉根住宅集会所、本地荘第一集会所</p> <p>問い合わせ先 守山保健所 保健看護担当 (電話 796-4265)</p>
--	---

※お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

天字田、大森、大森北、小幡、志段味西、志段味東、苗代、本地丘、森孝西、森孝東の学区にお住まいの方は 守山区東部地域包括支援センター 電話 758-2013	小幡北、白沢、瀬古、鳥羽見、西城、竹軒家、二城、守山の学区にお住まいの方は 守山区西部地域包括支援センター 電話 758-5560
--	--

地域福祉探訪記

※情報ボランティアの大川孝次さんに取材していただきました。

「もりやま子育て隊養成講座」

現代社会においては、子どもを生んで健やかに育てるとい事が極めて難しいのではないのでしょうか？

今の若いお母様方は、核家族の為に子育てや子ども同士の友達づくりに悩んでおられることが多いそうです。そんな悩みを少しでも解消しようと、「もりやま子育て隊養成講座」が開催されました。守山区内の「子育てサロン」や「子育てサークル」などのスタッフや講師として活動できる担い手を養成するのが目的です。

今回は、第3回目の「子どもの発達とは 現代の母と子の心理とは」という講座を見学しました。

講師の先生は、守山で「きぬ助産院」を運営している家城絹代先生です。お話は極めてわかりやすく、日頃赤ちゃんと接している先生だけに、その優しさがにじみ出て、男性である私も気軽に聞かせてもらう事が出来ました。

昔はほとんどの家庭で三世代が共に生活していました。ところが今は、なかなか身近に相談できる人がおらず、またたとえ相談することができても、おばあちゃん時代の教え方が必ずしも今の時代にそぐわないこともあると、笑話を交えながら優しくお話をいただきました。

「赤ちゃん誕生の尊さ」「命の尊さ」など、ともすれば命が軽んじられる現代にとって人間が一番大切な「生命の尊さ」について、他ではなかなか聞くことの出来ない貴重なお話を聞かせてもらう事が出来ました。30人ほどの受講者も真剣に話を聞いておられ、やがて子育て中のお母さん方の強い味方となって活躍する姿が目に見えようという素晴らしい講座でした。



木の子ひろばの 気軽に遊びに行けるのがうれしい

児童館、行かれた事はありますか？守山区のちょうど真ん中、区役所の隣にあり、小さい子どもも参加できるプログラムがいっぱいです。広い守山区ではいける方が限られていましたが、昨年移動児童館が開催されています。ちょっと気分を変えて、リフレッシュに行きましょう。

★ともだちをつくろう
手遊びやフォークダンスをしています。申し込みは不要。金曜日 AM10:30~(変更あり)

★お話ひろば
本の読み聞かせを行っています。申し込みは不要。水曜日 AM11:00~(変更あり)

★親子ふれあい体操、つくってあそぼう、幼児クラブなど
事前の申し込みが必要です。「広報なごや」などでご確認ください。また、月1回程度、子育て相談なども行っています。おもちゃもたくさんありますので、親子で遊びにきてください。

★移動児童館
守山区の各地で行っています。事前の申し込みは不要。開催は不定ですので事前に「広報なごや」などでご確認ください。今後回数・開催場所を増やしていく予定です。



みんなで仲良く



お話し会

守山児童館 ■守山区小幡1-3-15 (守山区役所・保健所すぐ東) ■tel. (052) 796-1501 ■交通アクセス / 名鉄瀬戸線小幡駅下車徒歩5分、市バス守山区役所下車徒歩2分 ■駐車場 / なし ■休館日 / 月曜日・祝日 (春・夏・冬休みは日曜) ・年末年始 ■入館料など / 無料(プログラムによっては参加費が必要な場合もあり)

こんにちは、木の子ひろばです
「もりやま子育てマップ」の企画・製作・頒布を行っています。現在、守山区内の主な書店で頒布中です。一度お手にとってください。お近くで見つからない場合はお問合せください。
Tel.090(6582)7597 kinokohiroba@yahoo.co.jp

