

特集

緑園地区地域福祉保健計画研修会

『高齢者のアンチエイジング』

緑園地区地域福祉保健計画研修会が、7月28日(日)緑園地域交流センター会議室で開催され、「高齢者のアンチエイジング」をテーマに、70名を超える各団体の関係者が熱心に受講した。

講師は医療法人順神会理事長で、「ばんどろクリニック」院長の板東邦秋先生。

切り口は“健康寿命”、日本は世界の先進国中でもトップクラスの“平均寿命”を誇っているが、一生のうち日常生活で支援や介護を必要とせず自立して生活できる期間(健康寿命)とは10歳ほどの差があり、「健康寿命の延伸を目指し、日々の暮らしの中でも運動器の健康に気をつけることが大切だ」と話す。

<健康寿命・介護予防を阻害する3大因子> は、生活習慣病、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)*1、認知症で



板東先生

あるとし、それぞれ詳細な資料や具体例を上げて解説された。

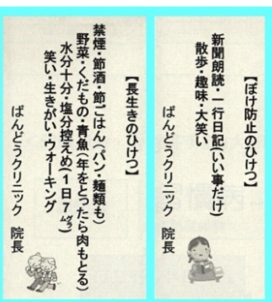
たとえば、下肢筋力をつける「スクワット」とバランス能力をつける「片脚立ち」、たった2つの運動(ロコトレ)でロコモの予防を!! など。

そして、自院で紹介していることとして【ぼけ防止のひけつ】・【長生きのひけつ】の2つをあげ、参加者の皆さんにも実行を呼びかけていた。(秘訣の内容は左図参照)



講演に聴き入る皆さん

*1:運動器の障害のために、要介護になっていた、要介護になる危険の高い状態をいう。



第20回 ひかりの園「夏祭り」

模擬店・バザー・ゲームコーナー・陶芸教室など 大賑わい!!

ひかりの園「夏祭り」、第20回となる今年は7月19日(土)に開催され、小雨模様の天候にもかかわらず大賑わいを見せた。

会場は園内(1階)のみにとどまらず、屋外のテント、地域交流センター(2階)の全会議室や多目的ホールを使用して、かき氷や焼きそばなどの模擬店・バザー・陶芸教室・ヒットターゲットや缶つりゲーム等々、数え切れないほどの催しが展開された。好きな絵や言葉などを描いたカップやお皿が園内の窯で焼かれ、1ヶ月後に手元に届くという絵付け体験コーナー、早くも昼頃には素材が品切れになってしまうほどであった。近隣の福祉施設も含む販売コーナーでは、利用者による自家製作品の展示販売も行われ、人気を博していた。

「ひかりの園」の直接関係者のほか、福祉クラブの部活で来たという近隣の中学生、体験学習する福祉専門学校生、そのほか多くのボランティアの方々との取り組みと、地域の皆さんの関心の高さがこの盛況に繋がっていると言えよう。

川澄施設長はこう語る。『昨年4月に施行された障害者総合支援法では、障がいの有無に関わらず共に生きる、共生社会が謳われています。「ひかりの園」の活動や障害福祉について知って頂き、障がいのある方の地域生活を支えてゆくため、これからも地域の皆様との交流を進めてまいりたいと考えております。今後ともよろしくお願いいたします。』



模擬店 かき氷・焼きそば...



催事ご案内



バザー



陶芸教室、奥は絵付け



釣れた!!



ターゲットは[5]



何個釣れるかな?



作品展示販売



食堂も満員

高齢者が地域で安全で安心して暮らせるために

「高齢者支援のあり方、考え方」

民生・保活・友愛・地区社協 合同交流会開催



8月24日(日)緑園地域交流センターにて、民生児童委員、保健活動推進員、友愛活動推進員、緑園地区社会福祉協議会の合同交流会が開催された。

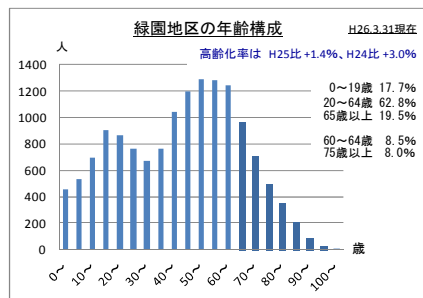
当地区の高齢化率は横浜市や泉区全体に比べまだ低いとは言え、今後それが一挙に進む傾向にある。当地はモデル地区として泉区から「75歳以上の一人暮らし高齢者」の名簿提供を受け、昨年から地区民生委員がその見守りを実施しているが、関係各団体が地域福祉活動を進めるに当っては高齢者の見守り・健康管理など

に関する現状や問題点につき、それぞれの立場から意見・情報を出し合い活動に活かすことが有効と目され交流会を開催することにしたもので、前年度に引き続き、今回で3回目の開催となる。

討議テーマは「高齢者支援のあり方、考え方」で、泉区役所、泉区社会福祉協議会、新橋ケアプラザからも参加していただき、総勢36名による活発な意見交換・討議が行われた。

主催者挨拶で後藤地区社協の会長は「高齢化の進む中、それぞれの団体が協力して取り組むことが重要である」と述べ、約1.5時間に及ぶ討議では支援する側・受ける側それぞれの貴重な意見・情報に突っ込んだやりとりが交わされ、高齢者支援のあり方では「民生委員が中心となり情報収集を行い各団体との情報共有化を図り、高齢者の孤立化防止に取り組んでいく」ことに意見が集約された。

締めには、民生児童委員協議会の牛見会長が、「今後ともこの交流会を重ね、各団体が行っている健康相談・健康体操、老人クラブ活動、各種講演会活動等を通して高齢者支援に取り組んでいきたい」と抱負を語り、会議を終えた。



子供ソーラン

「緑園福祉ふれあい祭り」

下記のとおり緑園福祉ふれあい祭りを開催します。皆様お揃いで秋の一日をお楽しみください。

日時: 10月26日(日)、10:00～ 場所: 緑園西小学校 主催: 緑園地区社会福祉協議会

内容・その他詳細は、別途、自治会経由でご案内いたします。



緑園社会福祉協議会 <http://www.ryokuen.gr.jp/external/shakyo/>

関連記事は地区社協のホームページをご覧ください。

緑園社協 検索

社協関係行事

毎月予定/曜日	行 事	場 所	時間	主催団体等	備 考
第2木、第4金曜日	高齢者対象サロン	緑園地域交流センター	13:30	緑園サロン	
第1・第3木曜日	親と子のいばしよ	緑園地域交流センター	10:00	ぐりん	申込み不要
月・水・木・金曜日	親と子の居場所	ジスタス2F(郵便局上)	10:00	ピッコロひろば	申込み不要
第2火曜日	大人の居場所(ふらっと)	緑園地域交流センター	10:00	民児協	申込み不要
第2・第3水曜日、第4金曜日	健康体操教室	緑園地域交流センター	第2水/10:00、第3水/15:00 第4金/15:00	主催:RSC	毎月/日程回覧
第2土曜日	ヨガ教室	緑園西小学校	10:00	RSC	毎月/日程回覧
第3日曜日	南北緑友会	緑園クラブハウス	11:00	緑友会	シニアクラブ
第2土曜日	緑園地区社協定例会	緑園地域交流センター	18:00	緑園地区社協	理事役員会
10月26日(日)	緑園福祉ふれあい祭り	緑園西小学校	10:00	緑園地区社協	自治会経由案内
11月2日(日)	室内ゲーム大会(麻雀)	緑園地域交流センター	12:00	緑園地区社協	別途募集
11月19日(水)	一人暮らし 高齢者のお食事会	緑園地域交流センター	12:00	緑園地区社協	関係者



「賛助会費」は地区社協の福祉の応援団「賛助会費」で貴方も緑園地区社協のサポーター！

賛助会費は地区社協の重要な活動資金として使用されます。皆様のご支援が地域の福祉の力となっています。
毎年自治会を通して、ご理解・ご協力をいただいています。

(緑園地区社会福祉協議会)