

No.172号ふくし一里塚



学区の現状 5月1日現在
 65歳～74歳 人口 2,366人
 75歳以上 人口 2,121人
 高齢化率 16.57% (市全体 22.01%)

発行：守山学区社会福祉協議会

エコキャップ回収運動のご協力 ありがとうございます。



各自治会で集められたキャップを回収して、
 会館へ持って来ていただいています。おかげで
 たくさん集めることができます。

このキャップは、守山市社会福祉協議会を通
 して、エコキャップ推進協会へ届けられます。
 売却益が途上国の子も達へのワクチンにな
 ります。

- *専用の回収ボックスに入れてください。
- *キャップの洗浄をお願いします。
- *飲料水のペットボトルに限ります。
 (醤油などの調味料類は入れないでください)

各自治会の福祉協力員さんが、回収ボックス
 の管理をされています。

フレイルをご存じですか？



日本語に訳すと「虚弱」を意味します。
 年をとって心身の機能が低下し、要介護の
 前段階にある状態をフレイルと言います。
 やせてきたら要注意です。

◇フレイル予防のための食事のとり方

- ① 1日3食しっかりとる
- ② 1日2回以上、主食
 (ご飯・パン・めん類)・
 主菜(肉・魚・卵・大豆製品)・
 副菜(野菜・きのこ・海藻)を組み合わ
 せて食べる。



- ③ いろいろな食品をバランスよく食べる。
 ほか、適度な運動、趣味やボランティアな
 ど自分に合った活動を見つけて元気にお過ご
 してください。

夏休みお助け教室

1. 天気の話し



テーマ：ひみつの天気
 「なぜだろう??がいっぱい」
 不思議で楽しい実験を行います。
 <日時> 8月7日(土) 10時～11時30分
 <場所> 守山会館 大会議室
 <講師> 杉本 信也さん(気象予報士)
 <定員> 親子12組 <参加費> 無料
 空のペットボトル容器持参ください
 (できれば耐熱用)

2. フラネタリウムショー

～ポケットモンスター
 オーロラからのメッセージ～ (上映時間約40分)
 <日時> 8月21日(土) 9時集合
 <行先> 琵琶湖マリオットホテル
 <集合場所> 守山会館 バス2台で
 <定員> 親子18組 行きます。
 <参加費> 1組500円(当日お持ちください)
 ※座席数を設定、貸し切りです。



対象 守山学区にお住いの小学生と保護者1名
7月5日(月)から電話にて受け付けます。平日、午前9時から午後5時まで
 定員になり次第、受付終了とします。
 申込み・お問合せ 守山会館 TEL 583-5229
 ※感染防止のため、マスク着用をお願いします。当日体調の悪い方、37度5分
 以上の発熱がある方は参加を見合わせてください。
 ※今後の状況で、中止になる場合がございます。ご了承ください。

間隔を十分にとり、新型コロナウイルス感染対策を行って開催します。

この事業は共同募金の助成を受けて実施します。(守山学区社会福祉協議会児童福祉部会主催事業)