速野の福祉

＝発行＝
速野学区
社会福祉
協議会

ひと

木浜自治会
田中新太郎 さん（90 歳）
題字・記事とも

加齢と共に生きる

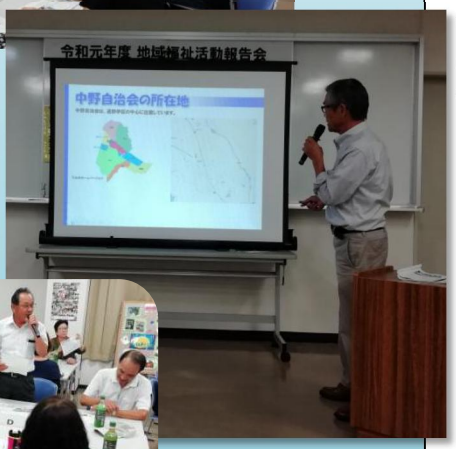
90 歳ともなると、平素おしゃべりをしていたお友達も何時の間にか亡くなり、何をするのも億劫になり、毎日テレビだけでは退屈するばかり。

身体を動かす事に注意を払い、守山ラックへ水中歩行をするよう勧められ 7～8 年続けました。車の運転も止め、市のバス一か月 2 千円の定期を購入し続けて参りましたが、冬期になるとバス停にてバス待ちが寒く大変になり、そんな状態の中で、ある日ちょっとした油断から足を痛め、大事をとってバスで通うことを止めました。

そうなると、日一日と身体が弱っていくのが、自分でも手に取るようにわかってきて、関節が痛くなり、衣服の脱ぎ着まで人の手を借りねばならず、元気で長生きを願いながら、不足を口にするようになり、家族に申し訳なく存じている、今日このごろです。

地域福祉活動報告会

とき　7月27日(土)13時30分
ところ　速野会館
参加者　40名



速野学区の地域福祉活動報告会があり、今年度は中野自治会が活動報告をしました。参加者が 5 グループに分かれて、「各地域での福祉活動と課題について」語り合いました。各グループからの報告があり、互いに交流しあうことができました。

更なる進化のため種々な方面で発展していくことに期待していきたいと思います。

みんなのリビング

速野会館和室で毎週火曜日に開催しています！
午前９時から午後４時の間（出入り自由）オープン。申し込み不要です。
お茶を飲んだり、おしゃべりや将棋などをしています。お気軽にお越しください。

福祉活動紹介

健　康　推　進　員

健康推進員のスローガンは**「私達の健康は私達の手で」**

学区では（今年度 29 人）健康づくりを推進する為に食生活改善部会、運動部会、虫歯予防部会、離乳食部会、たばこ部会、食育推進部会、こども部会でそれぞれ活動しています。

地域では、食事や運動の講習から生きがいづくりや子育て支援まで、地域全体の健康を守る為、自治会や公民館、学校、園などで活動しています。

今年度は特に守山市ごみ減量推進課の意向で、エコ調理に力を入れ「食品ロス」の削減に協力し「エコレシピ集」も作成しました。

9 月 14 日には「おうみんち」で「1 日 350ｇの野菜を食べよう」とアピールします。

代表　山田　美鶴

☆野菜たっぷり朝食スープ　副菜

■ 材料・分量(2 人分)

・キャベツ	60ｇ(葉大 1 枚)
・ブロッコリー	60ｇ(1/3 個)
・生しいたけ	10ｇ(1 個)
・人参	60ｇ(1/2 本)
・ウインナー	80ｇ(5 本)
・固形コンソメ	1 個
・塩	少々
・コショウ	少々

■ 作り方

① キャベツの芯は薄い拍子切りに、ブロッコリーの芯は外側の固い部分を取り除きキャベツと同様に切る。
② 人参は皮ごと乱切り、キャベツ、生しいたけは食べやすい大きさに切る。
③ ブロッコリーは小房に分け、ウインナーは斜め半分に切る。
④ 水 400 ccに固形コンソメ、①、②、ウインナーを入れて、火が通るまで煮る。最後に小房に分けたブロッコリーを加え、塩、コショウで味を整える。

エ　ル　ダ　ー　婦　人　会

エルダーの活動として

今年は 2 月 14 日、総会をかねてのミニ研修として『防災ブレスレット』を皆さんに作っていただきました。

このブレスレットは丈夫な３ｍのアウトドアコードで作るカラフルなものです。万一の時に、ほどけば応急手当や荷物の固定、目隠しマット、洗濯のひも、25 kgの物を吊るしても大丈夫です。

その上留め金はホイッスルにもなるという利用価値があります。完成するのも 30～60 分でしたが、皆さん楽しく和気あいあいと、時間をかけて無事完成しました。

今後も皆さんと共にたのしく活動して行こうと思っています。

代表　今井　君子

おすそわけでつながる速野の開催予定(速野会館)

・12 月 18 日(水)　　・3月 12 日(木)

ご家庭で食べきれない農作物、衣類・日用雑貨（未使用品）を速野会館に持ち寄っていただき、学区や各自治会開催のすこやかサロン参加者におすそわけしています。

福祉協力員連絡会の活動紹介

館外研修

6 月 27 日(木)

湖に浮かぶ島では日本で唯一、人々が普通に生活している島、沖島をチャーター船第二善通丸で訪ねました。

沖島コミュニティセンター職員の本多さんの案内で、現在の生活の様子（主な生計は漁業、人口約 250 名）や、島の活性化目的で新しくできたお店など見学しながら、沖島小学校と隣接するディサービス施設「老喜の里」まで歩きました。島内の様子も見ながら鮎漁の漁船や消防艇を見学し説明を受けました。

コミュニティセンターに戻って、現在の新たな取り組み、ファンクラブ「もんて(帰ってきての意)」などを通しての沖島町離島振興推進協議会の活動、女性職員の活動など紹介していただきました。「島の事を考えてくれる人と共に未来を考える」を目標に色々なイベントを考え、実行されていて、まちづくりの手本となる有意義な研修でした。

速野学区社会福祉協議会の活動パネル

『学区社協活動啓発パネル作成』 6 月 7 日(金) 11:00～　**速野会館大会議室にて**

令和最初の学区社協の活動啓発パネルを、民生委員・児童委員、福祉協力員計 25 名が集まって作成しました。

4 部会やおすそわけプロジェクトの活動を写真で追いながら、レイアウトを決める人、文字を書く人、写真をラミネートする人などの役割に分かれて、およそ 1 時間半で完成しました。

作り始めた当初は作業にも不慣れでしたが、手際も良くなり、写真の配置にも工夫が見られるようになりました。

6 月より各自治会を巡回しています。この啓発パネルが、学区社協の活動に関心を寄せていただけるきっかけ作りになるように願っています。

「北川ニュータウンパネル展示の様子」

北川ニュータウンでは子育てサロンや自治会協議委員会、今年度より「北川のリビング」と名付けた居場所作りの開かれる第 2 集会所に啓発パネルを掲示していました。

“こんな活動知らなかった” “開催時期や場所など説明文があればより分かりやすいのでは” などの意見が寄せられました。（10 月は学区民のつどいで掲示）

速野学区社会福祉協議会の活動パネルができました

今年度も各自治会館（ひと月ごとに）で掲示しますのでぜひご覧ください！

速野情報箱

今浜自治会　自主防災訓練

7月14日（日）

和歌山県沖合数十キロ震源地で巨大地震発生…との想定

緊急対策本部が設置され、炊き出し要請により、今回は昨年10月公園内に設置されたかまどベンチも使用、釜ご飯を炊き上げました。

避難場所に集合し、疑似体験、防災教室、消火訓練など北消防署員の指導のもとに実施されました。いつ起きるかわからない災害に備え、自分や周りの人の命を守るため、「その時どうするのか」を真剣に考える機会となりました。

けが人を担架で搬送

寸秒を争う操法です　隊員の連携プレイは見事

始めちょろちょろ中ぱっぱ、赤子泣くとも蓋取るな・・・慣れない作業で心配でした

日頃は公園休憩ベンチ

美崎自治会　すこやかサロン

7月14日（日）

参加者18名とスタッフ20名で回想法ボランティア“いきいき”さん6名（代表下田義春氏）による催しが開催されました。

ネズミ取りやニワトリの水やり器などいろいろと用意して下さった昔の器具を触りながら話が盛り上がりました。

懐かしい童謡なども楽しませてもらいました。

その後、昼食をいただき、楽しいひとときとなりました。

守山市北部地区 地域包括支援センター便り

北公民館での事業のご案内

●オレンジカフェ　ほっこり庵　絆●

地域の方が気軽に集える場所として毎月開催しています。介護の悩み、生活の困りごと等何でも話せる場です。どなたでもお気軽にご参加ください！

●今後の予定

①9/30(月)
②10/28(月)
③11/18(月)
④12/23(月)
⑤1/27(月)
⑥2/17(月)
⑦3/16(月)

10:00～11:30

★申込不要です

●家族介護者教室●

介護をされている方・介護に関心がある方を対象に介護保険制度や認知症等の介護技術の習得を目的とした介護者教室を開催します。どなたでもお気軽にご参加下さい！

●10月開催●

①10/3（木）
②10/10（木）
③10/17（木）
④10/24（木）
⑤10/31（木）

13:30～15:30

★お申込みは北部包括まで

守山市北部地区地域包括支援センター
TEL　077（516）4160