

さくら貝

ふだんのくらしのしあわせ

発行
平成 30 年 5 月 1 日
No.172 号
逗子市桜山 5-32-1
電話 046-873-8011
info@zushi-shakyo.com

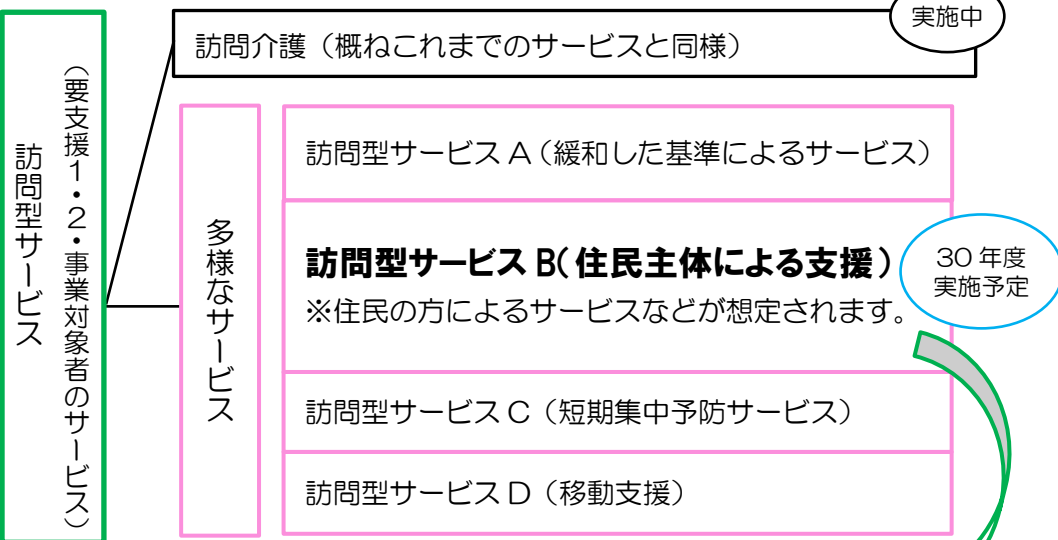


介護保険の仕組みが変わりました！

全国一律のサービスであった介護予防通所介護・介護予防訪問介護（要支援1・2の方へのサービス）が逗子市の実施する通所型サービス・訪問型サービスへ移行しました。

訪問型サービス（ホームヘルプサービス）では、既存のサービス事業者だけでなく、多様なサービスや様々な担い手の活躍が期待されます。

詳細は、逗子市役所高齢介護課までお問合せください。



高齢者生活支援担い手養成研修受講生募集

上記の住民主体による支援「訪問型サービスB」の担い手になるための研修を開催します！ご興味がある方、ぜひご参加ください。

日時 6月15日(金) 10~15時

会場 市民交流センター 第2会議室

内容 高齢者福祉に関する制度・高齢者の特徴・生活支援技術 等

費用 無料

定員 40名(先着順、未就学児の託児・手話通訳・要約筆記が必要な方はご相談ください)

申込 地域福祉推進係 ※逗子市からの委託事業で実施しています。

やってみよう！おうちでできる介護予防

今を生きるを大切に！自由な時間を楽しもう！

一日休みになったら、あなたは何をしますか？きっと、やりたいことが思い浮かぶことでしょう。では、一週間休めたら？一ヶ月、一年休めたら？あなたは何をしたいですか？

退職したり、大きなケガをしたりすると、社会とのかかわりが減り、その分、自由な時間が増えます。長すぎる自由な時間は、ときにつらいものとなり、脳の動きを弱めてしまうこともあります。

余暇時間を上手につかうことが、健康を保つうえでも、大きなポイントとなります。趣味や新たな挑戦など、自由な時間を楽しむことが、充実したセカンドライフへの第一歩です！



逗子SWC平山智也(逗子社協さくら貝サービス事業所)

今月の

ピックアップふくし

東谷戸サロン

平成 29 年 9 月から、小坪区会が主催する『東谷戸サロン』が新たにスタートしました。

介護予防の必要性を意識し、今後増える高齢化に対して自治会として関わり、地域住民に対して交流の場の提供が必要と考えました。東谷戸会館（小坪 6-7-11）をスタッフ自ら使用しやすいように改装し、麻雀台も手作りしました。

関心のある方・お近くの方はぜひ遊びに来てください。

- ①健康麻雀教室(週2回)
- ②囲碁の会(月4回)
- ③カルタの会(月2回)
- ④カラオケの会(月4回)

今後は体操も行う予定です。

*詳細日時等はお問合せください。(TEL0467-24-1645 松井)



～昨年度参加者の声～

- ・初めての経験でしたが、アツという間。いろいろ勉強になりました。
- ・短い時間で高齢者生活について学ぶことができました。
- ・これからの自分のためにも必要な課題でした。
- ・このような研修は初めてで、近所の方のちょっとした手伝いでも注意してやっていきたいと思いました。
- ・高齢者対応、介護をする時の心がけ等、今後に役立てたいと思います。

ちびっこママのためのリフレッシュ講座 エクササイズで陽活しよう

～心と身体のダイエット～

ゆっくりからだをほぐしながら音楽に合わせて骨盤・腸(お腹周り)・自律神経のバランスを整えるエクササイズです。デトックスとリラックスを感じていただけます。

日時 5月21日(月)

10:00~12:00(受付9:30~)

場所 逗子市体験学習施設【スマイル】スタジオ

講師 原田 恵子さん

(腸セラピスト・リトミック講師)

対象 未就園児の保護者

内容 腸活エクササイズ

持ち物 室内シューズ・飲み物・タオル

(動きやすい服装でお越しください)

定員 15名(先着順) 参加費 無料

申込 5月1日から先着順(土日祝日除く)

問合せ 地域福祉推進係

イベント・講座・催し

問合せ ☎873-8011

おれんじカフェすし（認知症カフェ）

日時：5月18日(金) 14～16時
場所：福祉会館 会議室 100円
対象：認知症の人とご家族、認知症予防に関心のある方

じょうほうCAFE

日時：5月28日(月) 10～12時
場所：福祉会館 無料
対象：スマホ・タブレット・パソコンに興味のある方

逗子おもちゃの図書館

日時：5月1・8日(火)・26日(土)
10～12時
場所：福祉会館 無料
対象：子どもと保護者

みんなでダンス

日時：5月2日(水)・26日(土)
11～12時
場所：逗子アリーナ 無料
対象：障がいのある方、軽い運動ができる方

みんなでソング

日時：5月16日(水) 11～12時
場所：逗子アリーナ 無料
対象：障がいのある方、歌に興味のある方

みんなでスポーツ

日時：5月5・19日(土) 11～13時
場所：逗子アリーナ 無料
対象：障がいのある方、軽い運動ができる方

健康づくりプログラム合気体操

日時：毎週木曜 15～16時※3日除く
場所：福祉会館 無料
対象：軽度の運動ができる方

認知症予防運動コグニサイズ

日時：毎週火曜 15～16時
場所：福祉会館 無料
対象：軽度の運動ができる方

福祉会館の Welcome Tea Party

日時：5月26日(土) 14～16時
場所：福祉会館 300円
対象：どなたでも

健康うたごえ教室

日時：5月18日(金)・30日(水)
10～12時
場所：福祉会館 500円
対象：音楽に興味をお持ちの方どなたでも

弁護士相談（予約制）

日時：5月25日(金) 14～16時
場所：福祉会館 無料
対象：日常生活に不安を持つ、障がいのある方や高齢の方

成年後見相談（予約制）

日時：5月23日(水) 14～16時
場所：福祉会館 無料
対象：成年後見制度について知りたい方

お知らせ

●逗子社協ご寄附の窓口「あゆむ銀行」あたたかい善意のご寄託誠にありがとうございます

3月1日～3月31日現在（順不同・敬称略）
○寄託金 4件 28,982円
万葉集を楽しむ会、匿名3件
○寄託品 2件
東日本旅客鉄道(株)逗子駅（ペットボトルキャップ）、匿名（紙オムツ）

●団体賛助会員ご加入誠にありがとうございます

3月1日～3月31日現在（順不同・敬称略）
＜団体賛助会員＞
（尙）山上輪業

今月の福祉ニュース(p_-)

先月号に引き続き、今月号でも前年度に行われた「第41回神奈川県福祉作文コンクール」の入賞作品をご紹介します。

県内の小・中学校合わせて275校から9,621編の応募があり、地区審査から県一次審査、県最終審査会で選考され、最優秀賞16編、優秀賞20編、準優秀賞20編、合計56編が表彰されました。逗子市立逗子小学校 山崎康平さんの「ボランティアのお手伝い」が優秀賞をいただきました。康平さんが描いているような「みんながたのしく過ごせる世界」になるために、一人一人ができる事はどんなことなのか、読み終わって考えてみたくなる、そんな作品です。

「ボランティアのお手伝い」 逗子市立逗子小学校 山崎 康平さん

ぼくはこの前ママのボランティアのお手伝いで福祉会館へ行きました。引きこもりのけいけんしゃのお兄さんのお話を聞く会でした。ぼくは来てくれたおきゃくさんにおもちゃやおかしを出しました。みんなよろこんでくれました。

おにいさんは、「小学校や中学校でおともだちに言われた一言がげんいんで学校に通えなくなった」とおはなししてくれました。ぼくはびっくりしました。ぼくは毎日小学校でおともだちとおしゃべりをします。ぼくがふつうにはなしたことももしかするとお友達をきずつけていたかもしれないとしばいになりました。これからは友だちと話す時にはもっと気をつけようと思いました。

お兄さんは「今は少しづつだけど外に出られるようになってきた」と言っていました。

ぼくはうれしくなりました。お兄さんのお話はとてもおもしろかったので、もっと聞きたいなと思いました。お兄さんのような引きこもりの人はたくさんいるそうです。ぼくは外に出るのが大好きなので、引きこもりの人たちにも外に出てほしいなと思いました。

ぼくのいとは生まれつき口からたべものが食べられません。胃にスイッチのようなボタンがついていて、そこからえいようもらっています。口から食べないのであじは分からないそうです。おいしいものの味がわからないのはかわいそうだなと思います。でもぼくはいとこが大好きです。やさしくてたくさんあそんでくれます。

ママは「せかい中にはいろいろな人がいるのよ。みんなが気持ちよく、えがおで過ごせる世の中になるといいね。」と言います。ぼくは本当にそうならいいなと思います。

引きこもりのお兄ちゃんも、食べ物や口から食べられない人も、車いすの人も、病気の人も、目の見えない人や耳の聞こえない人も、みんなが楽しく暮らせるような世界になってほしいです。ぼくはママのボランティアのお手伝いにまた行きたいです。ぼくがはこんだおもちゃやお菓子をみんながよろこんでくれてとてもうれしかったです。大人になったらこまわっている人を助けるおしごとをしたいと思います。そしてみんなのえがおがみたいです。

