

すずがみね

[発行] 鈴が峰地区社会福祉協議会
広報紙編集委員会
TEL & FAX 209-0331
Email suzugamine-shakyo@nifty.com

夏から秋へ

重なる季節

9月に入ってから、昼間は30度を超す暑さの中まだ蝉の声も聴かれますが、夜になると虫の音が響き朝方は肌寒いくらいです。空を見上げると夏のもこもこした低い雲の上に、薄い雲。空の“深さ”が感じられます。せっかく四季のある日本の、自然に囲まれた鈴が峰で暮らしているのだから、五感を働かせて夏から秋へと移り変わる季節を探してみようと思います。



いきいき活動ポイント事業

9月1日スタート

地域の支え手となる活動(ボランティア活動)



健康診査等の受診



自らの健康づくり、介護予防に取り組む活動



この事業は、高齢者の社会参加を促進するため、広島市内に住所を有する70歳以上(9月1日現在)の高齢者が行うボランティア活動や健康づくりのための活動などの実績に基づきポイントを付与し、集めたポイント数に応じて、奨励金を支給する事業です。

4ポイント

特定のボランティア活動

水色

2ポイント

一般的なボランティア活動

桃色

2ポイント

健康診査・がん検診等

緑色

1ポイント

健康づくり・介護予防活動

肌色

ページの色をご確認ください。活動内容に応じて、スタンプを押すページが異なります。

◎社協の各種サロンに参加される方は、スタンプ手帳を持って来て下さい

◎元気よくお出かけして、ポイントゲット

わがまち鈴が峰で元気に生きよう!講座

落語

~こころの中から健康に~

お喋り: 落語家 善亭 ぶ生 氏

笑う門には福来る!
ストレスも認知症も吹き飛ばせ!!



♪ コーヒータイム ♪

~素敵なカップで美味しいコーヒー
童謡メドレーを楽しもう
ピアノ演奏: 武田真理さん



日時: 10月21日 対象: どなたでも
11:00~14:00 会費: 300円

場所: 鈴が峰会館

主催: 鈴が峰地区社会福祉協議会
鈴が峰学区公衆衛生協議会
井口台・井口地域包括支援センター



ふれあいサロンのお誘い (きっと何かに出会えるはずです)

鈴が峰社会福祉協議会では住み慣れた地域でいきいきとした生活、楽しい時を過ごすため趣味やスポーツを通して仲間づくりの場としてふれあいサロンを行っています。みなさんお気軽にご参加ください。

折り紙教室 毎月第1火曜日 10:00~12:00 担当者 浜田 場所 鈴が峰会館	囲碁・将棋サロン 毎週火・木・土・日 13:00~16:00 代表者 松井 場所 鈴が峰会館	大きな声で歌う会 毎月第1月曜日 10:30~12:00 担当者 中島 場所 鈴が峰会館	麻雀教室 毎週 月曜日 13:00~16:00 担当者 藤井 場所 鈴が峰会館	いきいき体操 毎月第2・4金曜日 10:30~11:30 担当者 岡本 場所 鈴が峰会館	
みどりの会 毎月第2土曜日 16:00~17:00代 表者 水嶋 会館前の公園清掃	子育て広場 毎月第3月曜日 9:30~11:30 代表者 小口 場所 鈴が峰会館	たけな愛好会(年輪会) 毎月第3金曜日 10:00~12:00 代表者 扇元 場所 鈴が峰会館	ピンポン教室 毎月第2・4火曜日 10:00~12:00 担当者 梶ヶ野 場所 児童館	どんぐりウォーク 毎月第4木曜日 代表者 兼重 場所時間はその都度	

*お問い合わせ先 鈴が峰会館(金曜日午前中) 電話 209-0331
社会福祉協議会 梅崎千鶴子 電話 277-9220

“大線香花火大会”で彩った夏

8月19日(土)、第14回鈴が峰大線香花火大会を小学校グラウンドで行いました。打ち上げ花火やナイヤガラ、手持花火に線香花火と、色とりどりの光と音、花火のにおいの中、鈴が峰っ子、お父さん、お母さん、お孫さんと手をつないだ方など200人以上が“ふるさと鈴が峰”の夏を彩りました。国際的な緊張や国内各地での災害など不安なニュースも続いています。そういう時こそ、この地域が人と人とのつながり“絆(きずな)”を大切にする地域に、いつまでもやさしい“ふるさと鈴が峰”になれるような活動をしていきたいと思っています。(すずがみねボランティアワークス)



子ども会だより

お泊り会



夏休み後半の8月19・20日学区子ども会では、小学校をお借りして、毎年恒例のお泊り会を実施しました。総勢70名の子ども達が、工作づくりやスイカ割り、ビンゴ大会を楽しみました。



オレンジカフェすずがみね

(認知症カフェ)



毎月第3土曜日 13:30~16:00

第3回 9月16日...音楽鑑賞

第4回 10月21日

参加費 お一人様100円

会場 力田病院1階ロビー

082-277-2101(田中)

『オレンジカフェすずがみね』とは

- * 誰かとおしゃべりがしたい
- * 医師や専門家に認知症の事を相談したい
- * 介護の事を教えてほしい

気軽にコーヒーを飲みながら参加してみませんか

医療法人社団 玉章会 力田病院

後援 鈴が峰地区社会福祉協議

鈴が峰会館だより

極真空手教室・夏合宿へ参加

7月28日(金)~30日(日)まで広島県神石高原町にある光信寺というお寺で夏合宿を行いました。広島県内から約200名参加し、鈴が峰会館で稽古する小学生も3名参加しました。2泊3日で親御さんの元から旅立った少年達は、一緒に汗をかき、食事をとり、お風呂に入り、空手の技術はもちろん、沢山の仲間達と共に大きく成長して帰って来ました。

鈴が峰の子ども達の今後の頑張りに期待です。



空手の稽古を通して、精神的肉体的に強くなり礼儀も身につきます

日時：毎週木曜日 19:00~20:30

対象：3歳から大人まで参加可能です

場所 鈴が峰会館

代表者

道上

鈴が峰こども英会話サークル



10月6日(金)スタート!
ネイティブの先生による楽しい
こども英会話サークルが始まります
英語と仲良くなるチャンスです
是非、ご参加ください

日時：毎週金曜日(月4回)

年長児~小学3年生 16:00~16:45

小学4年生~6年生 16:55~17:45

場所：鈴が峰会館

月謝：5,000円(資料コピー代が必要な場合あり)

申込：メールでお申し込みください

suzukidsenglish@outlook.jp

①氏名(学年) ②生年月日 ③住所

④保護者氏名 ⑤連絡先を添えて

ヨガの会

マイナス10歳めざす女性へ

姿勢健康美エクササイズ教室

★姿勢改善でカラダのトラブル解消

★しなやかな筋肉で健康なカラダ作り

★顔もスッキリ、若返える

*水曜日 10:00~11:15

*ヨガマット・タオル・飲み物

*1回 1500円

*60歳まで

体験料 500円

お問い合わせ 090-789

Mail: shokostylishperson@gmail.com

姿勢健康美☆プロデューサー河村祥子



どんぐりウォーク

秋真っ盛り爽やかな季節になりました。西国街道廿日市を回ります。日頃あまり足を向けない、JR駅の北側「洞雲寺」からスタートします。

日時：9月28日(木) 10:00

集合場所：JR新井口駅

目的地：廿日市市(西国街道)(現地解散)

携行品：飲み物、帽子、タオル、雨具

~夏まつりが終わって~

今年も夏まつりがにぎやかに終わりました。毎年、複数のおとし物の届けがあります。拾った物をちゃんと届けてくれる!当たり前のことかもしれませんが、やっぱり鈴が峰町の人は大人も子どももとても善い人達です。心が暖かくなり笑顔が生まれます。どうもありがとうございました。

鈴が峰夏まつり実行委員会

秋の七草をご存知ですか

春の七草にくらべ、少し知名度が低いかもしれませんね!?春の七草は食べられる“草”なのに、対して秋の七草は花を愛でて楽しむ“草”のようです。万葉集に登場する山上憶良が詠んだ歌に由来するともいわれているようです。

秋の野に 咲きたる花を指折り

かき数ふれば 七種の花

尾花(すすき)

撫子

藤袴

萩

葛

女郎花

桔梗



作 尾上 育子さん

