

可部南学区

# 社協だより

可部南小学校区  
世帯数 / 4,184 世帯  
人口 / 8,671 人  
65歳以上 / 2,297 人  
広島市住民基本登録台帳による  
(H30.12.31 現在)

発行：  可部南地区社会福祉協議会

☎/FAX : 812-2940

## 子育てサロンかべみなみ

### 子どもの健やかな育ちを見まもり、地域の人たちに支えられて 10年！

未就学児と保護者が気軽に集える場として、平成21年に開設しました。子どもを自由に遊ばせながら、親同士は子育ての情報交換ができます。

最近では地域の90歳を超える方も自発的に参加されており、子育ての知恵を教えてください、子どもたちからエネルギーをもらったりの『4世代の交流』も生まれています。

時にはパパが遊びに飛び入り参加して大奮闘!!の一幕も。  
ドキドキ わくわく 笑顔いっぱいのサロンです。



#### 参加のお母さんから

- ・アットホームな感じで参加しやすい
- ・見守りがよく、自由に安心して遊ばせられる
- ・会場がカーペット敷きで広く、のびのびと遊べる
- ・子どもがとても楽しみにしている
- ・見守りがあるので、親がリラックスできる
- ・近所の方との触れ合いができる
- ・地域のことが理解できるようになった



子どもたちは乗りものや高いところが大好き！

サロンを支えるスタッフの皆さん

# 地域で自分らしく暮らすために ボランティアバンク『ひまわり可部南』は 開設11年目を迎えました！

住民主体型生活支援訪問サービスは、地域団体などのボランティアが、ごみ出しや草むしりなどの簡単な生活支援が必要な人の居宅を訪問し、生活支援を行なうサービスです。一つの事例を紹介します。

◇Hさん 70代後半 男性 一人暮らし 脳梗塞後左半身まひ うつ病。  
地域包括支援センターを通じて、「居室の掃除もままならず、生きづらい」という方の相談がありました。特にトイレなどの水回りが気になるとのこと  
で、二人のボランティアで毎月訪問し、徹底的に磨きました。  
7～8回通う中で、「自分で出来そうな気がしてきました。これからは来てもらわなくても大丈夫です」という、前向きな気持ちへの変化があり、この掃除ボランティアは終了しました。  
少しの手助けがあれば、前に向かって歩めることを感じた事例です。



生活支援訪問サービス相談窓口  
◎ボランティアバンク『ひまわり可部南』  
事務局：可部福祉センター内 社協専用電話  
☎/FAX 812-2940（月、水、金）9:30～11:30



## フンポイント・ アドバイス--第1回



三入・可部地域包括支援センター  
社会福祉士 松岡香苗さん

地域で盛んに行なわれている百歳体操ですが、ちょっと気を付けることでもっと効果を実感できますよ。

### ◎正しい座り方



椅子の背もたれからは、  
背中を離して座る

〈写真は宮本健想さん〉

### ◎腕を横に上げる運動



※肩に痛みのある人は無理しない

※肩の高さ以上に上げなくていい

※真横に上げる（真っすぐ正面を向いて、腕を上げて自分の視界で手が見えない位が真横になる）





☆ 赤い羽根共同募金 ☆平成 30 年度 ご協力頂いた法人・団体の芳名 (順不同)

上原上自治会 様  
 上原中自治会 様  
 上原下自治会 様  
 上原前自治会 様  
 上原五輪田自治会 様  
 上原二区自治会 様  
 上原電電自治会 様  
 第一東亜ハイツ町内会 様  
 第二東亜ハイツ自治会 様  
 三菱団地自治会 様  
 下の浜町内会 様  
 中屋町内会 様  
 中島自治会 大元組 様  
 中島自治会 三軒屋組 様  
 中島自治会 下組 様  
 中島自治会 開原組 様  
 中島自治会 宮組 様  
 中島自治会 店組 様  
 中島自治会 林口組 様  
 中島市住管理組合 様

森岡神経内科 様  
 広島文教女子大学 様  
 可部南女性会 様  
 可部南地区社会福祉協議会  
 可部南地区民生委員・  
 児童委員協議会 様  
 可部福祉センター 様  
 (株)ミツヤ 様  
 (株)西日本生コンクリート工業 様  
 丸栄産業(株) 様  
 中本建設工業(株) 様  
 永田デンタルオフィス 様  
 (株)サークルエイド 様  
 串井木材(株) 様  
 しまづつ歯科医院 様  
 シニアホーム花みずき家族会 様  
 グループホーム Hanamizuki 様  
 ウインザーハウス 様  
 みつだ循環器科内科 様

やの皮ふ科 様  
 アイビー薬局 様  
 松尾ゴム(株) 様  
 長久堂 野村病院 様  
 中岡内科 様  
 永田外科 様  
 スパーク中島店 様  
 可部ガス販売(株) 様  
 やました歯科 様  
 (株)タマル自動車 様  
 協和鋳業(株) 様  
 (有)カオル交通 様  
 可部南静養園 様  
 高陽電機(株) 様  
 ふる一つ屋 様  
 ノムラストアー 様  
 沖野商会(有) 様  
 だいく接骨鍼灸院 様  
 デイサービス孫の手 様

「救急医療情報キット」の書き替え更新を推進中  
 ～高齢社会での安全・安心を守るために～

救急車を呼んだ時の安全と安心を守る取り組みとして、平成22年から「救急医療情報キット」の配布を行っております。

◇既にキットをお持ちの方――救急安心カードが古くなっていませんか？

医療情報の記載内容に変更のあった場合は、その都度ご自分で修正していただく必要があります。変更事項のある方には、新しい用紙をお配りします。

ご自身での記入が難しい場合は、代筆も承ります。

◇新たに配布を希望される方――実費にてお配りします。

まだ所持していなくて、配布を希望される方にも対応していきます。

配布対象：年齢に関係なく、健康に不安を抱える方  
 料金：200円(実費)



専用容器に入れるもの

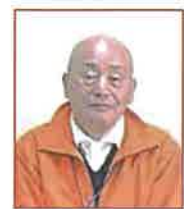
- ① 救急安心カード
- ② お薬の説明書

30年度「安佐北区社会福祉協議会会長表彰」

2月12日(火)区総合福祉センターにて、次の方々が『地域社会の福祉増進に寄与された功労者』として表彰されました。



染井千恵さん



三浦忠晴さん

☆☆☆ 愛の灯 ☆☆☆ (期間:平成 30 年 12 月 1 日から平成 31 年 2 月 28 日まで)

お寄せいただいた善意は地域福祉のため、有効に活用させていただきます。

ご寄付をして頂ける方は、社協会長または、お近くの社協役員までご連絡をお願いします。

☆香典返しに替えて

ご提供ありませんでした

☆物品提供

ご提供ありませんでした

### いきいき百歳体操

#### 《かみかみ、しゃきしゃき百歳体操》

- ◇場所：可部福祉センター(可部南 2 丁目)
- ◇時間：10 時～11 時 30 分
- ◇参加：無料
- ◇開催日 (4 月～6 月)  
4 月 6 日(土)、13 日(土)、20 日(土)、27 日(土)  
5 月 11 日(土)、18 日(土)、25 日(土)  
6 月 1 日(土)、8 日(土)、15 日(土)、22 日(土)、  
29 日(土)

掲  
示  
板

### 子育てサロン かべみなみ

親同士で子育ての情報交換ができます！

- ◇場所：可部福祉センター(可部南 2 丁目)
- ◇時間：10 時～11 時 30 分
- ◇参加：無料
- ◇開催日 (4 月～6 月)  
4 月 5 日(金)  
5 月 10 日(金)  
6 月 7 日(金)

## お宅の『住宅用火災警報器』は大丈夫？

電池の寿命の目安は約 10 年。 定期的な作動確認と適切な交換を！

住宅用火災警報器は、火災を感知するために常に作動しており、一般的には電池で動いています。定期的に作動確認を行ない、適切に交換するよう習慣づけましょう。

「警報機を設置すれば、火災発生時の死亡リスクや損失の拡大リスクが大幅に減少」との効果が報告されています。



**根の谷川** 「1日の計は朝にあり、1年の計は元旦にあり」という。新たな目標を掲げ、本年を出発した人も多いだろう。早1年の4分の1が過ぎた。年頭に立てた目標の進捗はどうだろうか。4月から新年度が始まるが、今年度もまだ4分の3が残っている。挑戦に“手遅れ”なしである。この4月からを再度の起点とする良い機会ととらえ、どんな小さな一歩でも踏み出せば目標に近づくことを忘れまい▼本号では、『子育てサロンかべみなみ』と『ボランティアバンク“ひまわり可部南”』の活動の一端を紹介した。いずれも当社協が10年以上前から取り組んでいる事業だ。今後とも、地域の皆さんに広く認知していただく努力の継続と共に先輩方の意思を継いで、『支えあいの地域』を目指した活動を展開していきたい。(哲)