

# 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

## 「わが街鈴が峰で元気に生きよう！」講座

### 三浦裕美ピアノコンサート

7月6日(土)に鈴が峰町出身のピアニスト三浦裕美さんのコンサートが開催されました。年に一度の再会、今年で21回目の再会です。スタッフを含め約90名の人が鈴が峰会館に集いました。

「愛の挨拶(エルガー)」のゆったりしたピアノ演奏から始まり、笑いを誘う楽しい曲紹介やトーク。後半は「たなばたさま」「リンゴの歌」「幸せなら手をたたこう」を参加者とともに熱唱しました。来年の再開を祈願して会を閉じました。

昼食はいつも目でも舌でも楽しませてくれる鈴の会の皆さんの料理。今回は七夕に相応しい献立。押し寿司・冷やしそうめん・わらびもちでした。

#### 脳と認知症のお話し

食後のコーヒータイムでは、荒木脳神経外科病院の渋川正顕先生の講話「認知症予防のために今からできること」でした。「認知症とは」で始まり、認知症の症状は、記憶の低下、時間・場所がわからない、判断力の低下、人柄の変化があり、「早期の発見」と周囲、家族の気づきが重要。「認知症と思ったら」適切な診断と「早期治療」が原則とのこと。予防として今からできることは、脳の状態を良好に保つためには食習慣(野菜、果物、魚の摂取)、運動習慣(週3日以上の有酸素運動)、対人接触(人とつき合う)、知的行動習慣(文章を書く・読む、ゲームをする)、睡眠習慣(適切な睡眠、30分未満の昼寝)が大切とのことでした。

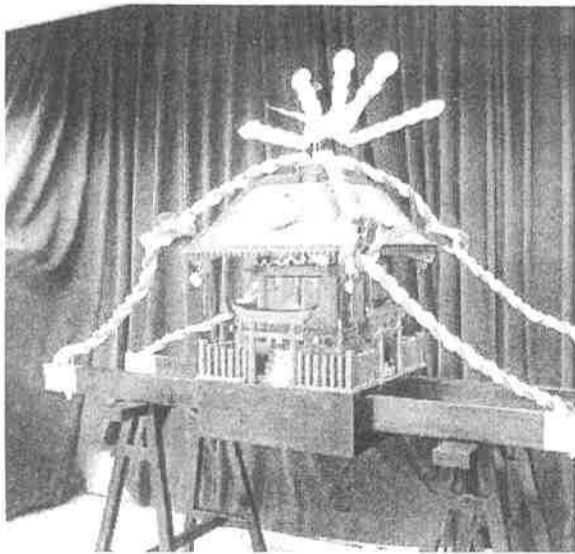
#### 安心できる治療へ

渋川先生の講話の後は、網岡内科医院の網岡徹先生の「西区在宅あんしんネットワーク」についてお話がありました。在宅の患者さんとのネットワークとしてノートの週一回診断やその他の事項をまとめることで連携を密にしていることや、西区在宅あんしんネットワークについてパソコンを使うことで西区だけでなく広島市全体でのネットワークになっていることの説明がありました。窓口はかかりつけの先生です。



## 子ども神輿を作りました

### 夏まつりでお披露目



鈴が峰空教室大学では、新天皇のご即位による新しい時代を記念して「子ども神輿」作りに挑戦し、およそ半年かけてこのほど完成させました。神輿作りは昨年秋の旅行先で拝観した神社のデザインや写真などを参考に着手。メンバーそれぞれが部品作りなどの作業を分担し試行錯誤を繰り返しながら作り上げたものです。学区の子どもたちが将来「ふるさと鈴が峰」を築立つとき、この「子ども神輿」を担いだ記憶を思い出して懐かしんで欲しいとの願いをこめています。この「子ども神輿」は今年の鈴が峰町「夏祭り」で披露できるよう準備しています。小学校の児童たちは「夏祭り」や秋の「子ども祭り」で、これを担いで会場を練り歩き、地域に元気と活気を呼び込んで頂きたいと思います。

製作：鈴が峰空教室大学

協賛：鈴が峰地区社会福祉協議会

### 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。

<b>折り紙教室</b> 毎月第1火曜日 10:00~12:00 担当者 吉川 場所 鈴が峰会館	<b>囲碁・将棋サロン</b> 毎週火・木・土 13:00~16:00 代表者 吉本 場所 鈴が峰会館	<b>大きな声で歌う会</b> 毎月第1月曜日 10:30~12:00 担当者 加藤 場所 鈴が峰会館	<b>麻雀教室</b> 毎週 月曜日 13:00~16:00 担当者 高島 場所 鈴が峰会館	<b>いきいき体操</b> 毎月第2・4金曜日 10:30~11:30 担当者 岡本・宮本 場所 鈴が峰会館	
<b>みどりの会</b> 毎月第2土曜日 16:00~17:00 会館前の公園清掃	<b>子育て広場</b> 毎月第3月曜日 9:30~11:30 代表者 小口 場所 鈴が峰会館	<b>カラオケ愛好会(年輪会)</b> 毎月第1木・第3金曜日 10:00~12:00 代表者 扇元 場所 鈴が峰会館	<b>ピンポン教室</b> 毎月第2・4火曜日 10:00~12:00 担当者 山岡 場所 児童館	<b>どんぐりウォーク</b> 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

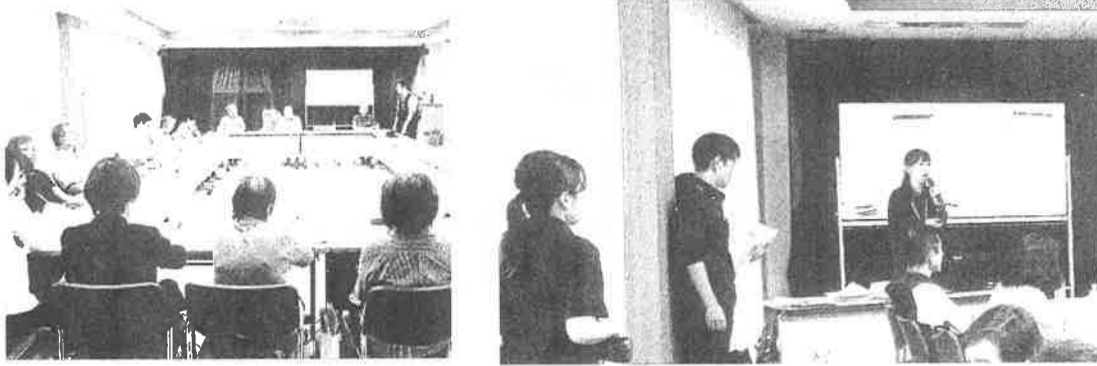
皆が安心な街づくり～総会報告～

6月15日(土)防犯組合連合会総会、自主防災会連合会総会、福祉活動推進委員・自治会長・民生委員合同研修会が開かれました。

防犯組合連合会総会では、井口交番の巡査・本元さんから、鈴が峰地区の犯罪の発生件数が少ないこと、自転車への悪戯や特殊詐欺への注意事項の説明がありました。今後も登校時の挨拶活動や町内パトロールへの協力をお願いがありました。

自主防災会連合会総会では、地域の災害時での危険度、避難時の必要事項、各自治会への防災訓練の実施、広島市防災士養成等の説明があり、防災に対する日頃の備えの大切さを確認しました。最後に豪雨時に備えた自主避難マップの作成の要請がありました。

福祉活動推進委員・自治会長・民生委員合同研修会では、井口台・井口地域包括支援センターから、認知症、高齢者見守り活動「おひさまネット」、いきいき百歳体操について説明があり、その後グループによる参加者のセッションが設けられました。多くの意見を聞くことができ、短い時間で充実した研修でした。



子供会だより カーブ観戦

6月23日(日)に恒例のカーブ観戦企画を実施しました。地域保護者を合わせ、総勢90名で声援を送るも残念ながらオリックスに3-9の敗戦となりましたが、好天に恵まれて楽しい1日となりました。



子ども会 広瀬貴宣

ラジオ体操のお知らせ

いきいき活動ポイント事業です

時間：朝 6時30分から

場所：ゴリラ公園

実施日：①7月22日(月)～7月26日(金)

②7月29日(月)～8月2日(金)

③8月19日(月)～8月23日(金)

☆雨の日はお休みです

☆第2住宅 はやぶさ子ども会と一緒にラジオ体操に：参加しよう！



健康づくりに参加しましょう！  
1ポイント付与されます。

ふれあいサロン ラジオ体操ゴリラ会

体協だより

令和元年6月16日(日)小雨が降り、開催が危ぶまれましたがその後晴天になり、11チームの参加により町民スポーツ大会が開催されました。ペタンクの優勝は第二住宅、2位 第三住宅C 3位 ガーデンハウス、第四住宅でした。

ソフトバレーの優勝 は峰台、2位 第三住宅、3位 ビューハイツ、4位 東住宅。雨入り前の暑い天候の中お疲れ様でした。

体協 広兼、升本

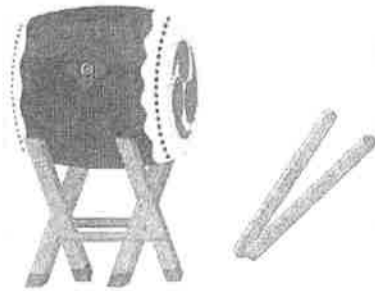


作 尾上 育子さん

鈴が峰町夏まつり 太鼓たたき隊員募集

8月3日開催の鈴が峰町夏まつりで、太鼓をたたいてくれる小学生4、5年生男女5名を募集しています。練習は夏休みに行います。太鼓をたたいて、夏休みの楽しい思い出をつくりましょう。

連絡 高橋 080-2945-8413



プルタブの回収にご協力をお願いします

鈴が峰小学校4年生の子どもたちが、アルミ缶のプルタブを集めて、車イスを贈る運動を自主的に行っています。1台贈るのに必要な160万個(重さ約80kg)を目標に頑張っています。ビールなどを飲まれた後、アルミ缶のプルタブを取ってためて、小学校へお持ちいただくよう、ご協力をお願いします。



青少年健全育成連絡協議会

がん体験者・ご家族のつどい

楽しいおしゃべり会です

一人で悩んでいないで気軽に参加・相談する場です

日時：7月24日(水)

13:00～16:00

対象者：どなたでも

場所：鈴が峰会館2階



とま-れ代表:佐々木 佐久子

問合せ先:鈴が峰会館(金曜日午前中)

☎209-0331

オレンジジュースがみね 認知症カフェ



毎月第3土曜日 13:00～16:00

第24回 7月20日(土)

みんなで勉強しよう！！

～認知症や薬のこと～

講師 山田佳世

薬剤師(力田病院薬局長)

参加費 お一人様100円

会場 力田病院1階ロビー

どんぐりウォーク

”みんなでできる、笑って元気！” ---健康教室

梅雨明けで暑い毎日です。外歩きは大変ですね。そこで、7月、8月は毎年室内行事です。今年は「笑いヨガ」で笑いとお腹呼吸を組み合わせた健康体操をします。動きやすい服装で参加してください。

日時：7月25日(木) 10:00

場所：鈴が峰会館

講師：くらしのオハナ

代表取締役 岡田正信氏

持参品：飲み物、タオル、筆記用具