

# 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

## 敬老お祝いのつどい 開催

9月16日(月)敬老の日、「敬老お祝いのつどい」を広島サンプラザで開催しました。今回で35回目の開催です。

会場の入場までの間、1階ホールでパイプオルガンの演奏と歌のおもてなしです。

社協会長の開催の挨拶の後、上谷舞さんの歌、三上恵理子さんの伴奏でお祝いの歌、ヴェルディの「乾杯の歌」、来賓挨拶、乾杯の後しばらくの会食歓談。

お祝いステージⅠでは、上谷舞さん、三上恵理子さんによる蘇州夜曲に始まり、懐かしい歌の合唱でした。お達者コーナーでは、自治会グループによるカラオケと、マネーゲームで盛り上がりました。

お祝いステージⅡは「鈴が峰年少少女合唱団」による「鈴が峰音頭」です。ラジオ体操も飛び出し、皆様の元気な姿で盛り上がりました。

鈴が峰小学校の子ども達からの作文の朗読は東住宅自治会の高原恵子さんとビューハイツ自治会の加藤道子さんです。心のこもった丁寧な朗読でした。

長寿者のご挨拶は、ビューハイツ自治会の田中繁さんです。「他人に頼らず、自分のことは出来るだけ自分で。そのためには健康でいることが大切。」と、これからの生き方を語ってくれました。

最後に恒例の万歳三唱で締めくくりました。

お長寿さんの皆様の参加は71名でした。

開催にあたりご協力いただきました鈴が峰小学校・折り紙教室・鈴の会・母親クラブの皆様に厚くお礼申し上げます



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

ふれあいサロン「わがまち鈴が峰で元気に生きよう！」講座

10月5日(土)「わがまち鈴が峰で元気に生きよう！」講座～笑って学んで楽しく暮らす～を開催しました。初めはラフターヨガティーチャー田淵佳恵氏による笑う体操とヨガの呼吸法を組み合わせた笑いヨガの講義を交えながら、笑いの横隔膜への刺激、呼吸の方法、言葉がけや想像し五感を感じながらのヨガを笑い(ラフター)ながらの充実した時間でした。

おもてなしの昼食の後は、大森昌子氏による折り紙「お福分け鶴」です。手本を示しながらの折り紙は苦戦しながらも見事に完成です。最後は、(株)玉屋代表取締役役児玉賢司氏による「最近の葬儀事情あれこれ」の講話です。お葬式の意義は、肉体の喪失の理解、精神的な別離、人間の最期を知ることであり、家族葬が増えていること、直葬(火葬のみの葬儀)も増えてきていること、新しい葬儀として散骨などがあり、葬儀に関わるトピックスを含めたお話しをいただいた。暗くなりそうな話題を最後まで楽しく聞くことができました。



第2回おひさまネット協力員交流会

9月28日(土)「第2回おひさまネット協力員交流会」を開催しました。平成29年に立ち上がった高齢者の見守り活動『おひさまネット』は、現在24名の登録と、51名の協力員がいます。今回は、37名(協力員14名、民生委員6名、鈴が峰社協7名、自治会長2名、福祉活動推進員3名、西区健康長寿課、西区社協、井口包括)の参加がありました。おひさまネットの活動報告後、グループで話し合いを行い、「おひさまネットを知らない人が多い」「普段通りの声かけが大切」「サロン等に出ていない人をどう見守るか」「買い物に困っている」「車の運転が心配」など、活動を通して感じる様々な意見が出ました。今回の意見をもとにおひさまネットがより地域に合った活動となるように取り組んでいきたいと思えます。お忙しい中ご参加頂いた皆様、ありがとうございました。～おひさまネットの活動に関心がある方・登録希望の方は各自治会長、民生委員、鈴が峰社協、井口包括にご連絡ください。

井口台・井口地域包括支援センター 稲葉

認知症サポーター養成講座

～本人と介護者の穏やかな暮らしのために～

テーマ：みんなで認知症を学ぼう

- ・高齢者の物忘れと認知症の違いは？
- ・認知症ってどうしてなるの？
- ・認知症の方とどう接したらいいの？

日時：11月2日(土)13:30～15:00

場所：鈴が峰会館

講師：広島市認知症アドバイザー

デイサービスセンター三滝園

生活相談員 小泉 慶子氏



問合先：井口台・井口地域包括支援センター

☎82-501-6681 ※申込は不要です

主催：鈴が峰地区社会福祉協議会

おひさまネット運営委員会

事務局:井口台・井口地域包括支援センター

体協だより

9月15日に行われた第22回広島市ソフトバレーリーグ夏季大会混合モデルの部6部において3戦全勝しました。次回は5部にランクアップします。

鈴が峰スポーツ推進委員 升本



作 尾上 育子さん

西区家族介護教室

～いきいき活動ポイント事業です～

テーマ：見て触れてみよう！福祉用具

日時：11月14日(木)10:00～12:00

場所：特別養護老人ホーム ともの家 1階 地域交流スペース

広島市西区鈴が峰町41番18号

講師：日本基準寝具エコール

福祉用具専門相談員 外村 岳 氏

参加費：無料

【主催】公益社団法人 広島市老人福祉施設連盟

【後援】鈴が峰地区社会福祉協議会 ※駐車場がありませんので、公共交通機関でお越しください



お申込み・お問い合わせは  
TEL:082-270-0145

移動販売車【マックスバリュ号】試験運用スタート

日時：毎週水曜日14:30～15:30(1時間程度)10月30日(水)が初日です。試験運用期間は3か月

場所：ベルプラザ商店街駐車場

※店舗と同価格で販売

※イオンカード、各種クレジット、WAONカード利用可、ポイントも加算されます

※台風、豪雨(緊急警報レベル4)や大雪の場合は販売中止する場合があります

ご活用下さい！！

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：11月6日(水)

13:00～16:00

対象者：どなたでも

場所：鈴が峰会館2階



とまーれ代表:佐々木 佐久子

問合せ先:鈴が峰会館(金曜日午前中)

☎209-0331

オレンジカフェすずがみね



毎月第3土曜日 13:00～16:00

第27回10月19日(土)

「高齢者の排泄障害について」

～便秘・弁失禁で悩む人のために～

講師 呉市医師会病院 代用肛門外科部長

藤森 正彦 先生

参加費 お一人様100円  
会場 力田病院1階ロビー  
277-2101(田中)

認知症に関する相談もお受けしています

どんぐりウォーク

秋も深まり、いい季節になりました。平和公園の木々もそれぞれに色付いてきます。平和公園の端から比治山に登ります。

日時：10月24日(木)10:00

集合場所：広電西広島駅

目的地：比治山公園

持参品：帽子、飲み物、タオル、  
雨具