


可部南学区

# 社協だより

可部南小学校区  
世帯数 / 4,205 世帯  
人口 / 8,629 人  
65 歳以上 / 2,325 人  
広島市住民基本登録台帳による  
(R元.9.30 現在)

発行：  可部南地区社会福祉協議会

☎/FAX : 812-2940

## 謹賀新年 2020年

学区住民の皆様には、社協の活動にご理解ご協力をいただきありがとうございます

### 地域共生社会を目指して 暮らしの安心、安全をサポート！



社協運営役員とボランティアの皆さん



#### 子育てサロン かべみなみ

子どもたちを自由に遊ばせながら、親同士も子育ての情報交換ができます

#### いきいきサロン研修会

いきいきサロンの支援者の集まりを、年1回開催しています

**ボランティアバンク『ひまわり』**  
ちょっとした手助けがあれば、在宅で自立した生活を送ることができるよう、生活支援を行っています

**まちの保健室可部南健康サロン**  
健康講座や要介護にならないためのいきいき百歳体操を行なっています

**お薬の相談室** ★  
複数のお薬の内服の見直し、飲み合わせのチェック、検査データの見方など個人相談をしています

**生活困りごと** ★  
**なんでも相談**  
地域包括支援センターからの出張相談を行なっています

**赤い羽根共同募金**  
募金額の、半分はいきいきサロンなどの活動費として、半分は災害時の復旧支援などに使われます



**救急医療情報キット**  
救急車を呼んだ時の安全と安心を守ることに役立ちます



**一人暮らし高齢者お花見会**  
文教桜祭りに一人暮らし高齢者を招待してもらい、在校生との交流の場を設けています

**大人ふれあいパーク**  
笑って笑って心も体も元気になれる講座をはじめ、かんたん手芸、カラオケ、おしゃべり喫茶など地域交流の場を設けています



## 第2回

# 大人ふれあいパーク にぎやかに開催

見て、しゃべって、作って、唄って、楽しんだ一日！

10月21日（月）10時から15時まで、可部福祉センターを会場に開催されました。天気にも恵まれ140人余の参加がありました。

認知症予防指導士の原ちさとさんが、昨年に続き再登場して講演。手芸、カラオケ、おしゃべり、DVD鑑賞、ピンポンなどで楽しいひと時をすごしました。



講師・原ちさとさんと参加者の掛け合いで会場は笑顔いっぱい！



寛一・お宮の「金色夜叉」を上演。  
お宮は誰？誰？



手芸コーナーでは作品作りに夢中！



デコパージュ作りに  
初挑戦！



にぎやかに。真剣に。



締めは空じなしの抽選会！

## ～高齢者に多い薬の副作用～ 6種類以上でリスク上昇！

### 第二回理事会で薬剤師・柳田祐子さんが講演

高齢者は他世代に比べ、医療機関から処方される薬の数や種類が増える傾向がある。こうした多剤服用の副作用で、ふらつきやもの忘れ等の症状に至るケースもあるなど、高齢者の薬物療法について注意点などを分かりやすく講演。

また、「お薬の相談室開設」について告知。不安がある人は遠慮なく相談に来てほしいと呼びかけた。(要予約 本紙4面参照)

11月17日(日)開催され、町内会・自治会、民生委員・児童委員、各種団体の代表の方々が参加されました。



講演中の柳田さん



### フンポイント・アドバイス--第4回

#### ◎太ももの裏のストレッチ

- ・椅子から20～30cm程度間隔を空けて立ち、両手で背もたれを持つ
  - ・両脚の間隔は肩幅程度。ゆっくりと体を前方に傾ける
  - ・傾けた際、背もたれ位置に肩がくるようにする
- ※ゆっくり痛みの無い所まで背もたれに胸を近づける



### 永年にわたり社協の活動に貢献された方々の紹介

#### 令和元年度「広島県社会福祉大会」

10月21日(月)ガーデンパレスにて開催され、『地域社会の福祉増進に寄与された功労者』として、県社会福祉協議会会長表彰されました。



中山幸子さん

#### 令和元年度「広島市社会福祉大会」

11月29日(金)市総合福祉センターにて開催され、『社会福祉協議会関係功労者』として、市社会福祉協議会会長表彰されました。



染井千恵さん



三浦忠晴さん

#### 令和元年度「安佐北区社会福祉大会」

11月26日(火)区総合福祉センターにて開催され、『地域福祉功労者』として、区社会福祉協議会会長表彰されました。



有末妙子さん



葛西明美さん



## 掲示板

### ☆☆☆ 愛の灯 ☆☆☆

(令和元年年 9 月 1 日から令和元年 11 月 30 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。

#### ☆香典返しに替えて

ご提供ありませんでした。

#### ☆物品提供

可部南一丁目 有末 憲司 様

ご寄付を頂ける方は、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。

新設

## お薬の相談室 担当:薬剤師 柳田紳一郎さん、柳田祐子さん

- ◇場所：可部福祉センター(可部南 2 丁目)
- ◇時間：10：00～11：00 (下記予約制)
- ◇参加：無料
- ◇開催日：毎月第 2・第 4 金曜日
- ◇予約受付：月・水・金 9：30～11：30

- ◇相談当日持参していただくもの
  - ・救急医療情報キット
  - ・お薬(家にある全て) ・お薬手帳
  - ・検査値データ(血液検査、心電図など)
- ※詳細は予約受付後、はがき等で案内します

### 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：毎週土曜日
- ※いきいき活動ポイント事業の対象

### 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：毎月第 1 金曜日
- ※但し 1 月、5 月、11 月は第 2 金曜日

## 生活困りごとなんでも相談 《地域包括支援センター出張相談》

- ◇場所：可部福祉センター(可部南 2 丁目)
- ◇時間：11：00～12：00
- ◇参加：無料
- ◇開催日：令和 2 年 1 月 4 日(土)  
令和 2 年 3 月 7 日(土)

- ◇場所：中島市営住宅集会所；下の浜集会所
- ◇時間：13：00～13：50；14：00～14：50
- ◇参加：無料
- ◇開催日：令和 2 年 2 月 19 日(水)
- ※体操なども行います
- ※いきいき活動ポイント事業の対象

**根の谷川** 2020 年が明けた。近年多発する自然災害に対し「今年こそは平穏な一年であってほしい」と願うばかりである▼年頭にあたり、トップページに社協の取り組んでいる事業の概要を紹介した。10 年以上にわたり活動している事業から、最近取り組み始めた事業もある。ただ、どの事業も『住み慣れたこの地で自分らしく暮らし続けられる福祉のまち』を目指しての活動である。これまで先輩方が築いてこられた歴史を踏まえ、その活動を継承、発展させていくことが今を生きる我々の役目であるとする。今後益々のご愛読と、多くのご意見をいただければ幸いである。(哲)