


可部南学区

社協だより

可部南小学校区
世帯数 / 4,111 世帯
人口 / 8,405 人
65歳以上 / 2,363 人
広島市住民基本登録台帳による
(R4.6.30現在)

発行：  可部南地区社会福祉協議会

☎/FAX : 812-2940

“虹色カフェ” オープン!

主催：可部南地区社会福祉協議会 まちの保健室かべみなみ

～ 認知症予防・健康長寿を目指して ～



可部南集会所(可部東二丁目)



オープンの挨拶をする高田会長

9月3日(土)10時より、耐震工事が終了したばかりの可部南集会所を会場に、第一回虹色カフェが開催された。

参加者20名(事前の申し込み11名、当日参加9名)。

カフェでは、薬剤師柳田夫妻による絶妙な掛け合いの「認知症予防ミニミニ講座」を皮切りに、365日のマーチに合わせた「介護予防体操」、「青い山脈」の「歌唱」などがあり、参加した人からは「楽しかった。また参加したい」「こんな会に初めて参加させてもらった」「コロナ禍、歌、おしゃべりが気になりました」などの声が聞かれた。

今後は、月一回・毎月第一土曜日10時(受付9時30分)の予定で開催する。薬剤師、地域包括支援センター職員、看護師による医療・介護相談コーナーを設ける。参加自由。



健康講座に聞き入る参加者



『ミニミニ健康講座』の柳田夫妻



チャット一服「ティー? or コーヒー?」



カフェ代表の伊藤さんの司会でスタート



わが地域の ふれあい いきいきサロンめぐり

第4回 サロン de さくら (第二東亜ハイツ)

今年一回目の開催となった第二東亜ハイツ“サロン de さくら”を訪問取材しました。(2022.6.26)
今回は“落語鑑賞会”として地元広島の落語家が登場。会場は皆さんの笑いに包まれ楽しいひと時をすごしました。



代表世話人 松井 修さんから挨拶
「認知症の予防には『よく笑う』ことが大事とあります。皆さん今日は大いに笑いましょう」



サロンの名前の由来となる
第二公園の満開のさくら



会場・第二東亜ハイツ集会所
いきいきサロン開催日の
目印は黄色ののぼり



落語家秋風亭てい朝さんが熱演



拍手と笑顔いっぱいの会場

☆参加した人の声

- ・久しぶりに地域の方の顔が見られて嬉しかった。
- ・皆で唄を歌ったり食べることが出来るように、早くなってもらいたいですね。

Q. 長く続けられているのは、どんな思いからでしょうか？

A. 地域の人達との関わりや交流を持ちたいからです。

Q. どんな活動をしていますか？

A. 以前はコーラスやギター演奏、踊りなど披露していましたが、ここ2～3年は出来ていません。

Q. 参加者はどれくらいですか？ 年代は？

A. 今回は54人の参加申し込みがありました。60代から80代の方々です。夫婦で参加する方もありました。

Q. モットーとかアピールすることがあれば教えてください

A. 参加すれば楽しいことがありますよ～！



サロンの運営を支えている福祉委員の皆さん

じぶんの町を良くするしくみ。

“赤い羽根” 共同募金にご協力を！

1世帯あたり400円が目標



共同募金は社会福祉法に基づき、厚生労働省から運動期間を定められた全国運動です。今年も10月1日から全国一斉に実施されます。

ご協力いただいた募金は、児童や高齢者、障がい者（児）を支援するさまざまな地域福祉の推進に役立られています。

近年多発しています災害時のボランティアセンター運営費用など被災地支援にも充てられており、私たちの暮らしを守るためには欠かすことのできない運動となっています。

各町内会・自治会を通じて募金をおこないますので、ご理解ご協力をお願いします。



つながりを絶やさない地域づくりに！



災害ボランティアセンターの運営に！

お薬の相談室だより

第8回

～認知症を引き寄せる危険な3つの生活習慣とは～

日頃の生活習慣を見直すだけで、認知症を予防・改善できる可能性があります。

今回紹介する生活習慣は①歯の手入れです。



2019年にはアルツハイマー病患者の脳のシミから、歯周病菌であるジンジバリス菌の痕跡が確認された。歯周病患者の歯茎から血流を通じて脳に菌が侵入し、慢性的な炎症を引き起こしていたものと推測される。ちなみにマウスの実験だと、歯周病菌を感染させたマウスの脳内では、アミロイドβが10倍溜まっているというデータもあります。

(1) できるだけ口の中を清潔に保つ (2) 自分の歯をできるだけ残す

「認知症にならない最高の習慣」認知症協会代表理事：山根一彦博士著 参照

*認知機能低下の副作用がある薬剤があります。心配な方はご相談下さい。

いきいきサロン研修会を開催

- 各サロンとも活動、運営に知恵 -

2022年度の研修会が7月2日(土)可部福祉センターで開催され、いきいきサロンの代表者とそのお手伝いをされている方の集まりでした。

各サロンからは現況のコロナ禍でいろいろと活動が制限される中、参加人数を分けて体操をするなど知恵を絞って、ふれあいの場の提供を続けておられる事例が多く発表されました。また今年度の運営経費の分配も行われました。

☆☆☆ 愛の灯 ☆☆☆

(令和4年6月11日から令和4年9月10日まで)

☆香典返しに替えて 可部南二丁目 橋本 博志 様
可部南二丁目 岡田 政明 様

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。

☆一般の寄付 明賀 千鶴子 様 可部東二丁目
山西 幸子 様 可部東二丁目

大人ふれあいパーク

第三回開催予定!

みんな来てみんさい!

3年ぶりに開催するけえ 楽しみにしとってネ!

日時:11月28日(月)10:00~

場所:可部福祉センター

笑いとばそ〜・・・地元広島の落語家さん登場!

ピンポン、手芸、健康麻雀 など自由に選べます。

参加したら何かいいことがあるかもヨ!?

・いきいき活動ポイント手帳持参を!



10月~12月 可部福祉センターでの活動予定

10月	1 土	百歳体操	10 月	福祉相談	17 月	福祉相談	24 月	福祉相談
	3 水	福祉相談	12 水	福祉相談	19 水	福祉相談	26 水	福祉相談
	5 水	福祉相談	14 金	福祉相談	21 金	福祉相談	28 金	福祉相談
	7 金	福祉相談	15 土	お薬の相談	22 土	百歳体操	29 土	お薬の相談
	8 土	百歳体操	16 日		23 日		30 日	百歳体操
11月	2 水	福祉相談	7 月	福祉相談	14 月	福祉相談	21 月	福祉相談
	4 金	福祉相談	9 水	福祉相談	16 水	福祉相談	23 水	福祉相談
	5 土	百歳体操	11 金	福祉相談	18 金	福祉相談	25 金	福祉相談
		// 地域包括出張相談	12 土	お薬の相談	19 土	百歳体操	26 土	お薬の相談
			13 日		20 日		27 日	百歳体操
			14 月	百歳体操	21 月		28 月	福祉相談
12月	2 金	福祉相談	5 月	福祉相談	12 月	福祉相談	19 月	福祉相談
	3 土	百歳体操	7 水	福祉相談	14 水	福祉相談	21 水	福祉相談
			9 金	福祉相談	16 金	福祉相談	23 金	福祉相談
			10 土	お薬の相談	17 土	百歳体操	24 土	お薬の相談
			11 日	百歳体操	18 日		25 日	百歳体操

福祉相談: 9:30~11:30

百歳体操: 10:00~11:30

お薬の相談(要予約): 10:00~11:00

地域包括出張相談: 次回は1月7日(土)11:00~12:00

※子育てサロンかべみなみ は活動を見合わせています。もうしばらくお待ちください。