

社協
なかがやま

第 165 号

2024 (令和6年) 年10月1日
 発行 : 中山地区社会福祉協議会
 広島市東区中山南1-5-39
 TEL/FAX : 082-280-1791
 E-mail nakayama_syakyo@ybb.ne.jp
 発行部数 2400部 年4回発行

約1700人が来場
 8月3日開催



サマーフェスタ中山

久しぶりの盆踊り
 みんなで踊ると
 楽しいね



地域団体や
 移動販売車の

屋台も大好評!

子どもたちの元気あふれるステージに

会場も盛り上がり



声援ありがとうございました。



40発の花火が
 夏の夜空を
 彩りました



ご寄付を頂きありがとうございました。

神田山長生園 ことぶき苑様をはじめ、町内会、町民の皆さまより多額のご寄付をいただき、ありがとうございました。

株式会社 仏光社
 オゼアホール
 〒732-0024
 広島市東区中山南一丁目17-12
 TEL 082-280-2000
 FAX 082-289-3000

遊ぶ!学ぶ!

子どもフェスティバル

8月3日(土)午前中、子どもたちの夏祭り「子どもフェスティバル」を開催しました。

今年度は大人のスタッフだけでなく、子ども会の子どもたちにもスタッフとして景品の受け渡しなどのお手伝いをお願いし、積極的に声をかけ頑張る姿が見られました。

また、二葉中学校の制作部が作ったロボット作品を展示し、生徒さんに動かし方を習いながら体験した子どもたちは、とても興味深そうにゲームを楽しんでいました。

その他のコーナーでも学生の方にお手伝いいただき、とても賑やかなイベントとなりました。

今後も中山学区の子どもたちの学年を超えた交流の場として、楽しみにしています。

(子ども会)



みんなで見守る

安全パトロール

7月26日(金)中山小学校に集合し、3班に分かれて町内のパトロールに向かいました。

夏の陽も長く19時でも随分と明るい中、中山アンダーパスの中は薄暗く感じ、自転車のライトがまぶしく感じました。普段は車で通り抜ける景色も、歩いてみることで子どもたちの視点を考え、それぞれ気付かない注意点に気付くきっかけになりました。

道路工事はまだ未完成で、来年のパトロールではまた違った景色になり、注意すべき点も変わってくると思います。

ぜひ、ご自身の目で変わりゆく中山を体験してみてください。

(青少協)



生活習慣病

予防について学ぼう

8月21日(水)に東区役所地域支えあい課保健師の伊藤様を迎え、アシスタントに日赤看護大学の学生3名を含む総勢33名の講習会でした。



生活習慣病という言葉は知りながら具体的な予防対策をしていない事が多く、改めて日頃からの生活改善がいかに必要かを学びました。

「元氣じゃけんひろしま21」の目標説明を含めて講義がすすみ、健康寿命延伸について考え直してみる良い機会をいただきました。

(公衛協)

記憶力を若々しく保つ生活習慣

食生活



- ・バランスのいい食事を3食きちんと食べましょう。
- ・果物や野菜などに含まれるカリウムは高血圧を予防し、いも類・海藻類に含まれる食物繊維は脂質の吸収を抑え肥満予防になります。

睡眠



- ・睡眠中に老廃物の除去や脳のメンテナンスが行われています。
- ・睡眠不足になると記憶力も低下します。十分な睡眠時間で脳の疲れをとりましょう。

運動



- ・運動による脳の血流増加が記憶力にいい影響を与える報告もあります。
- ・散歩やラジオ体操など、気軽に続けられる運動から始めましょう。

どなたでも参加OK

高齢者学級

『人生後半戦が面白い』

～みんなで愉しむいきいき人生～

開催日: 10月9日(水)

時間: 9時30分～11時30分

場所: 中山福祉センター

講師: シニアライフアドバイザー 波多野 俊明さん

『懐かしの

レコードコンサート』

開催日: 11月13日(水)

時間: 9時30分～11時30分

場所: 中山福祉センター

講師: レコード愛好家 黒田 昭さん

各講座のお問い合わせは

二葉公民館窓口、またはお電話で

電話: (082) 262-4430

喜楽会

文化祭

日時: 11月3日(日)

10時～14時30分

場所: 中山福祉センター

ステージ発表

展示

家庭ではじめる

防災訓練

9月15日(日)に防災月間ということで「親子で学ぶ防災パン講座」を開催し、災害時に役立つポリ袋を使ったパン作りと段ボールベッドの組み立てに挑戦しました。紙コップでの計量方法や備蓄品のポイント、段ボールの組み合わせ方で十分な強度になる事を体験し、参加した皆さんの顔がどんどん真剣になっていきました。

また、家族で役割を決めることは子どもたちにも責任感を学ぶ大切な時間です。何もない時こそ、家族で楽しみながら考えてみませんか。

(子ども会)



災害から学ぶまちづくり

9月4日(水)に安佐南区八木にある「広島市豪雨災害伝承館」を見学に行きました。

2014年に起きた災害時の土石流を再現したCG映像、被災者の体験から災害後の苦労もたくさん伺いました。

災害はいつ、どこでわが身に降りかかるかわかりません。ひとりでは対応できない事がたくさんあります。日頃のお付き合いや声掛け、顔のわかる地域を大事にしたいと思いました。

(民児協)



ののやま眼科

診療 9:00～13:00 14:30～17:30
火曜日 9:00～12:00 午後手術
休診日 木・土 午後 日曜・祝祭日
中山西2丁目4-6
電話: 082-562-2668



三原皮膚科アレルギー科

中山東2丁目2番1-2号
☎ 082-289-5050

内科 訪問診療 13:00～15:00

小島クリニック

フォレオ広島東店
☎ 289-0364

池田整形外科

リハビリテーションクリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00～13:00 ● ● ● ● ● ● ●
15:00～19:00 ● ● ● ● ● ● ●
患者さんの心と体に寄り添う治療を
アットホームで温かいクリニックをモットーに
〒732-0014 広島県広島市東区戸坂大上4-29-13
TEL: 082-516-1185 URL: ikedaclinic.website

寿老園

○養護老人ホーム○特別養護老人ホーム
○ショートステイ○デイサービス
〒732-0048 広島市東区山根町38-23

あけぼの寿老園

○特別養護老人ホーム ○デイサービス
○カープ付き高齢者向け住宅 ○居宅介護支援事業所
○ショートステイ ○ヘルパーステーション
〒732-0045 広島市東区曙1丁目1-28

LPガスのご用命は
吉田物産株式会社

〒732-0024 広島市東区中山南1丁目9-13
Tel: 082-289-2089 (代)
Fax: 082-280-0037

主な行事予定

- 10月 4日(金) 中山子育てのつどい
- 5日(土) 連合町内会会議
- 9日(水) 高齢者学級
- 10日(木) まちづくり実行委員会
- 15日(火) やすらぎカフェ
- 26日(土) 中山小学校運動会
- 26日(土) 中山社協常任理事会
- 11月 3日(日) 喜楽会・第16回文化祭
- 4日(月) 社協理事会議
- 10日(日) 子ども会・東区スポーツ教室
- 13日(水) 高齢者学級
- 16日(土) 社協なかやま広報委員会
- 19日(火) やすらぎカフェ
- 24日(日) 体協・町内グラウンドゴルフ大会
- 12月 5日(火) 連合町内会会議
- 6日(金) 中山子育てのつどい
- 8日(日) 公衛協・年末一斉清掃
- 11日(水) 高齢者学級
- 12日(木) まちづくり実行委員会
- 17日(火) やすらぎカフェ
- 21日(土) 中山社協常任理事会

第二土曜日 おやじの会・夜間パトロール
 第二・第四金曜日 訪問配食
 第二日曜日 喜楽会・町内一斉清掃

* 行事参加に当たってのお願い *

・体調がすぐれない場合は、無理をせず休養を取りましょう。

中山女性会文化祭 中止のお知らせ

中山集会所耐震工事のため
 今年度は中止とさせていただきます。
 中山女性会

～ 寄付お礼 ～

多額の寄付を頂き有難うございました。

大野 スミエ(故大野 文夫)様 上組町内会
 奥村 邦子(故奥村 武弘)様 西平原町内会

まちづくり実行委員会

みんなの

「声」と「笑顔」で作るまちづくり
 あなたも参加してみませんか？

子ども

子ども向けのイベント企画・運営
 ・子どもフェスティバル
 ・とんどまつり など

高齢者サロンや講習会の運営

・認知症予防カフェ
 「やすらぎカフェ」を開催

高齢者

環境美化

町内の花壇整備
 ・毎月第3金曜日 8:00～
 その他、当番制で水やりなど

地域での防犯対策についての
 講演会や体験会を企画・運営

防犯

防災

防災士の方を中心に
 ・ハザードマップ作り
 ・防災講座 などを実施

【お問い合わせ】

中山社協事務所 028-280-1791



交通安全運動推進隊

隊員募集中

通学路の交通事故防止の為に活動しています。

- ・月に2～3回の見守り活動
- ・活動時間は30～40分
- ・制服一式を支給
- ・年齢・性別は問いません。

挨拶から始まるボランティア

私たちと一緒に活動してみませんか？

<問い合わせ先>

090-3173-4484 担当:岩崎 由美子

高齢者の
在宅生活を支えたい

特定非営利活動法人
お年寄りの家ことぶき
 中山東1-4-28
 Tel.082-280-0514

サイクルショップ
B&B ショップ
 広島市東区中山東1丁目3-30
 TEL 280-0927

やすらぎと安心をあなたに

社会福祉法人 藤田長生会
神田山長生園 ことぶき苑
 広島市東区中山東1丁目5-37-5
 Tel (082) 508-6675