

寺尾第二地区

# 社会福祉協議会だより

No. 23

発行 平成26年12月

寺尾第二地区社会福祉協議会

会長 宮野 昌夫

福祉保健講座第二講

# 老いも若きも健康づくり



10月7日(火)、寺尾センター体育室で、福祉保健講座第二講“老いも若きも健康づくり”が開催され、第一部は『健康づくりについて』と題して、鶴見区福祉保健センター高齢者支援担当の保健師植田 菜美さんに講演と鶴見区で考案された“ひざひざわっくん体操”の指導をしていただきました。

第二部では、昨年同様、田辺 輝夫さんのご指導で入念な準備体操をし、平田 綾子さんのご指導により、フォークダンスを楽しみました。平田さんにはこれまで、4度にわたり、ボランティアでフォークダンスの指導をしていただき、ありがとうございました。



保健師 植田さん

### 参加された方の声

- ・体を動かしてきもちよかったです
- ・もっとダンスをする時間が長ければよかったですね
- ・楽しかった!!



お茶を飲む機会が多い方が健康に過ごされることが統計でわかっていますが、それは、お茶の成分だけでなく、その機会を通してのふれあいが大きく影響があるので



平田さん



田辺さん





# 秋の生き活きお食事会

生き活きお食事会は、ひとり暮らしのご高齢の方を中心に地域の方をお招きし、心づくしの手料理を召し上がっていただきながら交流をする会です。寺尾第二地区を3グループに分け、年2回、計6回実施しています。

開催日のひと月以上も前から、季節に合った献立を話し合うなど準備を始めます。前日は、限られた予算の中からより良いものをと、買い物にも心を砕きます。目でも舌でも十分に季節を満喫していただけるように盛り付けも工夫しています。お弁当ひとつの中で、時には一日に必要な30品目の食品がすべて摂れることもあります。そして、一番の味付けは、楽しい会話と素敵な笑顔、来られた方同士やスタッフとの交流です。

今回は、Aグループ（馬場町自治会・馬場第一町内会・荒立自治会）の様子をお伝えします。



宮野会長 友野会長 秋本会長 斉藤会長

献立  
 サバの南蛮漬け  
 かぼちゃとレーズンの  
 マヨネーズヨーグルト和え  
 小松菜とアサリの煮びたし  
 けんちん汁  
 舞茸のチーズ揚げ  
 蕪と胡瓜の漬物  
 寒天寄せ  
 ゆかりご飯



田中看護師



荒立自治会 スタッフ



荒立自治会



馬場町自治会



馬場第一町内会

## 障害者理解のための研修会

目の見えない方、目の見えにくい方にとって、盲導犬は、いろいろな可能性を広げる大切なパートナーです。今年度の障害者への理解を深める研修施設見学は、静岡県富士宮市にある「日本盲導犬総合センター 盲導犬の里 “富士ハーネス”」に行きました。

引退犬や子犬の部屋を見学し、盲導犬の役割や訓練の様子を学びました。つい先日、仕事中の盲導犬に対する心ない傷害事件があったばかりですが、盲導犬は、目の見えない方、見えにくい方にとってかけがえのないパートナーです。

仕事中の盲導犬を見かけた時は、以下のようなご配慮をお願いします。

ハーネスを着けている時は、

“お工作中”です。

1. 触らないでください
2. 声をかけないでください
3. 食べ物を与えないでください
4. 顔をのぞき込まないでください



PR犬“フィオーレ”と一緒に記念撮影



人気の講座で

前回の試食、“納豆トースト”が大好評!!  
次回の試食もご期待下さい!!  
詳しくは、掲示板のポスターでお知らせします

次回 予告

詳細はポスターをご覧ください

### 福祉保健講座第三講「今から始める食習慣—食で育む親子の絆IV—」

日時  
場所

平成27年 2月 19日(木) 10:00~11:30

寺尾地域ケアプラザ



大人になっても食習慣は健康を維持し、充実した生活を営む上で大変重要な要素です。そして、その食習慣は幼少期からつくられるといっても過言ではありません。

お子様に大切な食事についてのお話を管理栄養士さんにかが、子どもさんと一緒に作ることができる簡単なメニューや、新しいおふくろの味となりうるメニューを教えていただき、親子の絆を考えます。



## 助成している委員会の活動を紹介

寺尾第二地区社会福祉協議会では、スポーツ推進委員会・青少年育成委員会・子ども育成会・連合老人会・民生委員児童委員協議会の5つの委員会に助成しています。今回は、その中のスポーツ推進委員会主催の“父母と子のドッジボール大会”を覗いてみました。



## 地区社会福祉協議会ってなあに？

地域住民に最も身近な社協として、「自分の地域は自分たちで良くしていこう」と、組織された任意の団体です。構成員は、自治会・町内会、民生委員児童委員、社会福祉施設、地域の小学校・中学校などと、地域の方々です。

鶴見区には、18の地区社会福祉協議会があります。

ここ寺尾第二地区社会福祉協議会では、福祉保健講座を年に3回、高齢者関係事業としては「生き生きお食事会」、子育て支援事業として2か所の「親子の居場所」の運営、交流事業では「ことぶき交流会」など、地域の福祉活動を推進しています。

また、大運動会や各委員会への助成などを行っています。

みなさまのご参加 ご協力を今後ともよろしく申し上げます

## 地区社会福祉協議会の財源はどこから？

市社協・区社協からの補助金（共同募金世帯還元金・事業助成金）や、区社協賛助会費の還元金が主な財源です。

また、寺尾第二地区社協では、独自の財源として、2年に一度福祉バザーを開催しています。



試してみてください

この寺尾第二地区の社会福祉協議会だよりを鶴見区社会福祉協議会のホームページでご覧になれます。回覧ではゆっくりご覧になれないこともあると思いますが、お手持ちのスマートフォンやご家庭のパソコンで、ゆっくり見ていただけますので、是非、ご覧ください。



検索手順

横浜鶴見区社会福祉協議会ホームページ

地区社協紹介

寺尾第二地区

広報紙ダウンロード