

大砂土東地区 社会福祉協議会だより

第 4 号

〔発行〕 会長 榎本房雄
〔編集〕 広報部部长 西尾宣明
〒337-0053
さいたま市見沼区大和田町1-1387-1
電話・FAX 048-687-7935

平成十八年度 定期総会開催される

第二回大砂土東地区社会福祉協議会の総会が当事務所において、五月十六日に開催されました。

総会は、武藤 勇氏（堀崎自治会長）を議長に選出し、十七年度事業報告・決算報告、十八年度事業計画・予算案、並びに会則の一部改正案について審議、承認されました。

ご挨拶

大砂土東地区社会福祉協議会
会長 榎本 房雄

一昨年策定された大砂土東地区社会福祉協議会としての「地域福祉行動計画」に基づく活動が二年目を迎えます。このたび定期総会を開催し、今年度の事業計画を別表のよ

うに定めました。

地区社会福祉協議会としての活動の充実に向けて、未だ手探りの状態にあることは否めませんが、地区住民の「ふれあい」を大切にし、サロン活動に力を入れて行きたいと考えております。

なお、昨年実施した子育てサロンについては、市の事業として「子育てセンターおおわだ（仮称）」が当社会福祉協議会事務所と同じ場所に開設されましたので、本年度はそちらにお任せする考えです。子供から高齢者・障害者を含む地域住民の誰もが声を掛け合い、安心して暮らせる大砂土東地区を目指して活動いたします。今後とも、地区の皆様のご協力をお願い申し上げます。

平成 18年度事業計画

項目	事業内容
地域福祉行動計画に基づく地域福祉事業の推進	○ふれあいサロンの実施：4回予定 ○広報紙の発行：2回発行（全戸配布） ○会食サービスの充実 ボランティアグループ つくしの会（大砂土東公民館） ボランティアグループ アップルの会 （東大宮コミュニティセンター） 毎月1回（8月を除く） ○敬老福祉週間行事（敬老会）の 実施：9月 ○宅配食事サービスの協力 ○ふれあいフェア参加 ○赤十字募金：5月 ○さいたま市 社会福祉協議会賛助会費：7月～ ○赤い羽根共同募金：10月 ○街頭募金の実施：10月2日 （大和田駅および東大宮駅） ○歳末助け合い募金：11月
募金活動推進	○赤十字募金：5月 ○さいたま市 社会福祉協議会賛助会費：7月～ ○赤い羽根共同募金：10月 ○街頭募金の実施：10月2日 （大和田駅および東大宮駅） ○歳末助け合い募金：11月
ボランティア活動の推進	会食サービスボランティアについて 研修および意見交換を実施する



おたっしや劇に場内爆笑



総会風景



高齢者サロンの開催

事業部 数馬 史彦

住み慣れた地域でできるだけ自立した生活を営み、より豊かな生活を送ることができ、見沼区在宅介護支援センターのご協力を得て、三月十五日、大和田・島・堀崎地区の皆様を対象に「ふれあいサロン」を当地区社協広間で、三月二十三日、東大宮地区の皆様を対象に「いきいきサロン」を東大宮自治会館ホールで開催しました。

参加者はそれぞれ三十五名（男性三名、女性三十二名）、および二十六名（男性六名、女性二十名）でした。お茶とお菓子をいただきながら、一部では支援センターの「おたっしや隊」による「おたっしや劇」で健康管理や悪質販売業者対策などを勉強したあと、簡単な健康体操を行

い、二部では白内障・マヒ・関節拘縮の疑似体験や隠れ脳梗塞テストなど、二時間あまりを有意義に楽しんでいただきました。

参加者の皆様にアンケートに答えていただきました。以下にその要約を記します。今年度の参考にしたいと考えています。

アンケート調査結果

回答者六十一名
（一部重複回答あり）

質問一 サロンの継続を希望しますか？
① 希望する 五十三
② 希望しない ○

質問二 サロンに希望するものは何ですか？
① 友達づくり 三一
② 教養を深める 二九
③ 趣味の広場 二三

質問三 どのようなことだったら、参加してみたいですか？
① おしゃべり 一五
② 講演会 二九
③ 囲碁将棋 三
④ コンサート 二〇
⑤ 趣味的なもの 二〇
⑥ 世代間交流 十一
⑦ その他として、
「軽い運動や俳句」
「高齢者としての健康と生きがい」
「健康についてのお話」
「カラオケ、日曜大工」
「一人暮らしなので友達が見たい」
等のご意見がありました。

拘縮体験





つくしの会 会食風景



アップルの会 会食風景

大砂土東地区社会福祉協議会では、六十五歳以上の一人暮らしのお年寄りを対象に、ふれあい会食サークルをボランティアグループのご協力で実施しています。月一回、二つの会場で行われています。一つは「つくしの会」によるもので、毎月第三月曜日、大砂土東公民館が会場です。おのおお大和田、島、堀崎地区の方を対象にしています。もう一つは「アップルの会」によるもので、毎月第四火曜日、東大宮コミュニティセンターで行っています。東大宮一丁目七丁目の方を主な対象にしています。

りの人たちと会話を交しながらの会食に、お年寄りの方たち、大満足の様子です。一例として、東大宮の会場では六月には見沼区保健センターの保健師さんをお招きして、食事の前に血圧測定、健康相談が行われました。また、「夏の健康管理」と題して、保健師さんから食中毒防止等のお話をいただきました。続いて、大宮東警察署交通課長さんから、平成十八年度中の高齢者と子供の交通事故の実例にもとづく交通安全講話がありました。どちらの会場でも軽妙・洒落なボランティアさんの司会に乗って、若い頃覚えた歌など口ずさみながら、童心に返ってはしゃぐ、ほほえましい風景を見ることが出来ます。ふれあい会食への参加を希望される方は、お近くの民生委員または当社会福祉協議会事務所（電話 六八七七一七九三五）までご連絡下さい。ボランティアも募集しております。乞うご一報。

公民館で 介護予防事業開始

平成十八年四月から介護保険制度が改正され、従来からの介護を必要とされる方への「介護給付」に加え、新たに「介護予防事業」として、いつまでも介護を必要としないようにするための予防事業が加わることになりました。『介護予防事業』には、①元気な高齢者の方（一般高齢者）を対象とする事業と、②介護サービスを受けるほどではないが、少し虚弱な方を対象とする事業があります。一般高齢者対象の事業は公民館において実施され、講座系の高齢者学級と運動系の高齢者健康体操教室の二つがあります。大砂土東公民館では、概ね六十歳以上の方を対象として、七月十四日から九月十五日の十時から十二時まで、毎週金曜日に高齢者学級「シニア学級」健康づくり・生活向上・生きがい発見を開催しています。（別表のとおり）また、来年一月十一日から三月十五日の午後一時から三時まで、毎週木曜日に『笑顔でほのぼの健康体操』を開催いたします。健康・肩こり・転倒予防のための体操です。詳しくは十二月公民館報をご覧ください。大砂土東公民館へお申し込み下さい。

シニア学級、健康づくり・生活向上・生きがい発見
～楽しく集い、楽しく学ぶ「ふれあい広場」～

回	日程(金曜)	テーマ
1	7月14日	介護保険制度の話
2	7月21日	理想的な健康管理を求めて
3	7月28日	考え直したい食生活
4	8月4日	心の健康
5	8月11日	自分の体の健康維持について
6	8月18日	健康についてのまとめ
7	8月24日(木曜)	自分史を作る①講義
8	9月1日	自分史を作る②実作指導
9	9月8日	自分史を作る③実作指導
10	9月15日	自分史を作る④実作指導

□対象/定員 高齢者(概ね六十歳以上) 三十名(先着順)

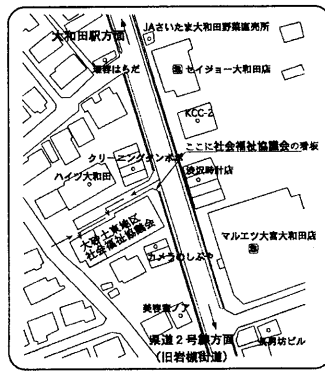
□時間 十時から十二時

笑顔でほのぼの健康体操
～転倒・肩こり・腰痛防止体操～

回	日程(木曜)	テーマ
1	1月11日	フィンガー・にこにこ体操・つなひき体操
2	1月18日	フィンガー・にこにこ体操・かぞえうた体操
3	1月25日	フィンガー・にこにこ体操・ひらがな体操
4	2月1日	フィンガー・にこにこ体操・いきいき体操
5	2月8日	フィンガー・にこにこ体操・椅子体操
6	2月15日	フィンガー・にこにこ体操・歌体操
7	2月22日	フィンガー・にこにこ体操・嚙下(えんげ)体操
8	3月1日	フィンガー・にこにこ体操・ニギニギ体操
9	3月8日	フィンガー・にこにこ体操・ころぼん体操
10	3月15日	フィンガー・にこにこ体操・操体法

□対象/定員 高齢者(概ね六十歳以上) 二十名

□時間 午後一時から三時



大砂土東地区 社会福祉協議会の案内図
当社会福祉協議会へおいでのの方は左の地図をご参照下さい。
(電話 六八七七一七九三五)

ガリレオ爺さんのニ科学



地震のマグニチュード (Mと書くことにします)とは、地震によって解放された地殻のひずみエネルギーの大きさをその対数を取って表したものです。
地震の場合、Mが一だけ違うと、エネルギーは約三〇倍も違います。M七の地震のエネルギーはM六の地震三〇回分に相当するわけです。M八、つまりMが二違うとエネルギーは三〇を二回かけた大きさで、M六の地震のほぼ一千回分になります。
ところが、エネルギーが三〇倍なら震度(揺れの大きさ)も三〇倍になるわけではありません。大雑把に言えば地震のエネルギーは壊れた地殻の面積に比例します。ですから、Mが大きいということでは強く揺れる地域の面積が広くなるということになります。最大の震度はそれほど変わらず、被害の範囲が広くなると考えればよいでしょう。また、震源が深い場合や遠い場合はエネルギーが広い範囲に分散するので、震度は小さくなります。震源が浅い、いわゆる直下型地震では大きな震度の範囲は狭いけれども、局地的に大きな被害を及ぼしたりします。兵庫県南部地震や中越地震がそうでした。

♡寄付のお礼♡
以下の方から貴重なご寄付を頂きました。当社会福祉協議会の運営のために有効に使わせていただきます。ありがとうございます。
大砂土東公民館のつどい実行委員会様より
一〇二、四七六円
民生委員の柳沼君代様より
コーヒーカーップ、グラスなど
民生委員の奈良部様より
タオル
八光建設様より
タオル