

まごころ

第65号 中央地区社協だより

発行 中央地区社会福祉協議会
 事務局 鎌ヶ谷市富岡1-1-3
 きらり鎌ヶ谷市民会館3F
 電話 (047) 442-5145
 FAX (047) 442-5145
 編集 広報啓発委員会

茶話会 バス遠足 「アンデルセン公園」

5月16日(木) ふれあい交流委員会



“皆さん、お揃いですので出発します” 委員の合図でバスが発車しました。

車窓を眺めながらアンデルセン公園に到着、先ず記念写真をパチリ。

鮮やかな季節の花のハンギングバスケットやバラを鑑賞、色とりどりのキンギョソウの迷路もありました。

参加者は2班に分かれて、ゆっくり散策を楽しんだ後、持参したお弁当や、レストランでランチをいただきました。そして、太陽の橋を渡り、牧場アイスを別腹と言いながら美味しくいただいていた。お元気な方、杖が必要な方、お友達と腕を組み歩く人、日常とは違った心地よいバス遠足でした。



『要介護状態になったときに備えて』

中央地区 ふれあいのつどい

7月13日 中央公民館 集会室 自連協・中央地区社協共催

介護保険を受けるには、国の基準がとてきびしくなりました。

例えば、5mまたは4畳半の部屋を半周程度歩ければ歩行可能と判断される、また着替えに時間がかかって一人であれば、介護の必要がないという評価になります。

介護保険サービスの検討は、地域包括支援センターや市の高齢者支援課に相談する。介護保険でのヘルパーは制約が多いので、有償ボランティアや家政婦を利用する方法もある。

介護が始まると、ストレスなどでつらくなりがちなので、家族会として、地域包括支援センター(年3回)と、社会福祉協議会の在宅介護者のつどい(月1回)が開催されています。

個別相談には、県、市、地域包括支援センター、オレンジカフェ(市内3か所)などを利用して、相談できる人、話を聞いてくれる人を見つけ、孤独にならないよう、回りの人たちの手を借りながら支援に役立てていけるようにと、矢戸所長(西部地域包括支援センター)のお話はとても参考になりました。



矢戸所長

要介護1~5	常時、何かしらの介護がないと生活が困難
要支援1・2	適宜、何かしらの支援があれば生活可能
非該当	介護・支援の必要がなく生活できる



地域活動のお知らせ

富岡自治会

折り紙教室 毎月第2月曜 10時~12時
囲碁の日、麻雀の会、体操も開催しています。



恒例の
夏休みラジオ体操

ラジオ体操 7月23日(水) ~ 31日(金)
朝 6:25 ~ 6:40
主催: 富岡自治会



南初富連合自治会 第1福寿会

グランドゴルフ 毎週水曜日 福太郎アリーナ
で開催。アリーナの使用時は中止となります。



駅前自治会 第1~第3笑話会

グランドゴルフ 月曜、木曜は中沢スポーツ
広場、土曜は中部小で開催しています。



北初富第一自治会 バラの会

毎月第2木曜日 ゲーム、講演会など幅広い
活動をしています。
会場は、北初富第一自治会館です。



これからの開催予定

☆中央楽々体操クラブ

場所／中央公民館（集会室）
 時間／9時半～11時半
 11月15日（金）
 1月24日（金）
 2月28日（金）
 内容／健康のお話、血圧測定、
 講師による体操、スト
 レッチなど



申し込み・問い合わせ

鎌ヶ谷市役所 健康増進課
 中央地区担当保健師
 ☎047-445-1405

☆健康長寿体操教室

場所／中央公民館（集会室）
 時間／9時半～11時半
 12月12日（木）
 3月13日（木）
 内容／講師による体操、スト
 レッチなど



申し込み・問い合わせ

中央地区社会福祉協議会
 ☎047-442-5145

☆茶話会

場所／中央公民館（集会室）
 時間／10時～11時半
 2か月に1回
 対象／70歳以上・登録制
 内容／新年会・保健師の話、
 体操・ゲーム



申し込み・問い合わせ

中央地区社会福祉協議会
 ☎047-442-5145

令和6年度中央地区社会福祉協議会総会



総会は4月25日1時30分から中央公民館集会室に於いて開催されました。

☆ふれあいサロン

場所／中央公民館（学習室1）
 時間／10時～11時半
 10月24日（木）
 11月28日（木）
 12月26日（木）
 1月23日（木）
 2月27日（木）
 料金／100円（どなたでも）
 内容／脳トレ、小物づくり、
 川柳、折り紙、ぬり絵



申し込み・問い合わせ

中央地区社会福祉協議会
 ☎047-442-5145

* 編集後記 *

まごころ65号から、カラー印刷でお届け出来るようになりました。
 自治会の行事や中央地区社協の催しなど紙面
 が明るくなりました。興味ある催しを見つけて、
 皆さんも参加してみませんか。

酷暑が続いています。どうぞ感染対策にも
 気を付けてお過ごしください。

