

いまやま通信

VOL.96

発行 2018年7月
社会福祉法人 今山会
ネットワーク委員会
(発行責任者)
朝野 愛子

田尻のマリーゴールド



鮮やかな黄色がかわいいマリーゴールドです。

キク科に分類される一年草です。春から秋にかけて花を咲かせる開花期間の長い花で、黄色のほかにはオレンジもあります。

初心者でも比較的育てやすい花です。香りや根の周辺の菌の効果で一部の害虫を追い払うことができるそうです。

花壇の花に加えれば害虫を追い払い、農薬を減らすことができるありがたい存在になりそうですね。

地域公開講座

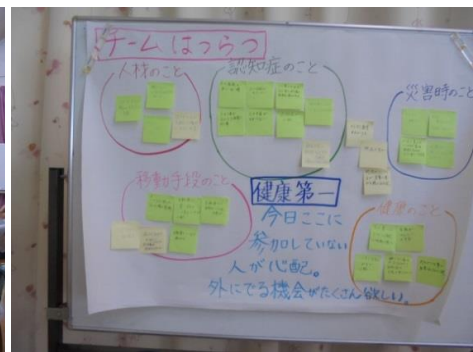
平成30年 6月24日（日）於：寿生苑

「もっと住みやすい地域をつくろう」をテーマにして、地域の持つ課題や強みについて福岡市社会福祉協議会の馬男木先生をお招きして公開講座を開催しました。その中で行ったグループワークでは参加された皆さんから「もっと近くに体操教室があったら」「お話ができる場所があったら」「もっと隣近所のつながりがあったら」と、たくさんのご意見が出ました。先日の関西での震度6の地震を受け、地域での防災についてのご意見も多く聞かれました。

住みやすい地域を作るためには安心して生活できることが大切です。しかし、昔より近所との交流が少なくなっていると感じられておられる方は多いようです。

日常生活やいざという時でも安心して生活できる地域づくりを目指し、皆さん真剣な眼差しで先生の話に耳を傾けておられました。

一人では解決方法はなかなか見つからないかもしれません。しかし今回のように様々な角度から課題を見つめ、お互いに意見を出し合うことで新たなアイデアが生まれ、地域づくりの第一歩となるかもしれません。



泉東ふれあいサロンわくわく

平成30年 6月7日（木）於：泉東集会所



今月は、まずストレッチなどを行った後に棒を使った体操を行いました。棒は新聞紙を丸めてビニールテープを巻いて作った手作りです。適度な柔らかさで皆さん「肩叩きに丁度良い」と気持ち良さそうに肩を叩かれていました。棒を使うことで普段使わない筋肉を使い、楽しく体操することができましたよ。

棒体操の後は、頭の体操で「脳トレ川柳」を行いました。韻を踏む言葉が空欄になっている穴埋めクイズです。皆さん、正解がわかると「ああ〜」と言われると同時にもしろい川柳に笑いがおきます。皆さん一生懸命考えられ、とても楽しい時間となりました。

サロン田鶴活動報告

平成30年 6月6日 (水) 於：美の里



6月のサロンでは、始まる前に血圧チェックコーナーが設けられ、健康相談が実施されました。日頃の健康についての心配事も相談できると安心できますね。

そして今回は西区保健福祉センター様から講師をお招きし、健康体操も行われました。どんな動きをしたらどの筋肉が鍛えられるか実演付きで説明があり、とてもわかりやすかったです。皆さんこの体操で、立つ・歩くなどの日常生活に必要な筋肉の知識を学ばれていました。気軽にできる体操から健康を維持していきたいですね。



元岡玄洋句会

今月の一句

若き日の ころの疵や 桜桃忌

～ 西崎 ムツ子様作～

小説家太宰治は昭和23年6月13日に玉川上水で入水自殺しました。享年39才でした。「斜陽」、「人間失格」は戦後文学の代表作とされ、多くの人に読まれています。「桜桃忌」を思い起こすたびに、胸が痛む思いがします。

高齢者教室

平成30年 6月26日 (火) 於：元岡公民館

「足・腰を鍛えて 健康になろう！」



今月は新しくなった元岡公民館での最初の教室となりました。
みずさき整骨院・整体院 水崎克己先生による、実技を交えての講座でした。

100名近くの参加者で会場は大盛況。普段あまり使っていない筋肉のチェックや筋力維持に必要な食事例をあげられていました。自宅でもできる運動のコツを学ばれ、「家でもやってみる」という嬉しい声が聞かれました。

超高齢化を支える西区サミット

平成30年 6月26日（火） 於：西市民センター



～“オール西区”で取り組む地域包括ケアシステム～超高齢化を支える西区サミットが盛大に開催されました。九州大学大学院人間環境学研究院 共生社会学講座教授 高野和良氏による「連携と新たな社会資源による地域包括ケアシステムの姿」の講演に始まり、愛宕浜校区の「ロコモ予防サロン 愛宕浜」、吉岐南校区の「ふら～っとカフェ吉岐南」「てつだいで隊」、周船寺校区の「防火合同訪問・要援護者避難訓練」について実践報告がありました。その後も意見交換が行われ、取り組んでいく際の周知方法や今後の取り組みについてなど、それぞれの校区の工夫や地域づくりへの想いを聞くことができ、とても勉強になりました。

今後も地域活動がさらに充実し、もっと住みやすいまちになるよう、今山会も貢献していきたいと改めて感じました。

西浦さかな祭り

平成30年 6月17日（日） 於：西浦漁港



今年も西浦さかな祭りでは、とれたての魚や野菜の販売、鯛めし・お味噌汁などのお店があり、多くの人で賑わっていました。競りの体験もでき、威勢の良い声に会場は活気に溢れ、朝早い時間でしたが、お得な商品があっという間に売れていました。お天気が良く潮風も気持ち良かったので、元気に一日をスタートすることができました。



編集後記

7月に入り本格的に暑い日が続く事が多くなってきました。強い日差しで夏バテする方もいらっしゃると思います。ウナギやレバーは夏バテ防止に効果があるそうです。滋養のあるものを摂って暑い夏を元気に楽しくお過ごしてください。



今山会

検索



特別養護老人ホーム 寿生苑(じゅせいえん)
寿生苑ショートステイ
寿生苑デイサービスセンター
寿生苑ヘルパーステーション
寿生苑介護支援事業所(ケアプラン作成)
生活支援ハウス寿生苑

〒819-0383 福岡市西区大字田尻2705-1
(JR九大学研都市駅より歩いて約15分)
電話 092(806)8822
FAX 092(806)9001
URL:<http://www.imayamakai.or.jp/>
e-mail:info@imayamakai.or.jp

特別養護老人ホーム 美の里(福岡市地域密着型)
ショートステイ美の里(みのり)
デイサービス美の里

〒819-0383 福岡市西区大字田尻2535
電話 092(807)3366
FAX 092(807)3365

特別養護老人ホーム みなかぜ(糸島市地域密着型)
ショートステイみなかぜ

〒819-1137 糸島市南風台7-1-10
(JR筑前前原駅より歩いて約20分)
電話 092(331)2270
FAX 092(331)2277