虹のかけはし

高坂丘陵地区福祉だより

ふだんのくらしのしあわせ

第52号　令和5年2月1日
社会福祉協議会高坂丘陵支部

トピックス

P1、2　福祉情報展～ふれあいの集い～
P3、4　あいさつ運動表彰作品紹介
P5　イベント報告（ふれあい亭、啓発講座）
P6　イベント報告（うどん教室、そば道場）、民生委員・児童委員紹介

福祉情報展～ふれあいの集い～

【当日参加協力いただいた団体】
東松山市(高齢介護課、子育て支援課)、わかばの丘地域包括支援センター、総合福祉エリア、福祉の街、薬樹薬局、東松山在宅診療所、KENデンタルクリニック、フレッシュミルクうまはし、介護を語り・支え合う集い

受付で体温測定と記帳をしていただきました

会場となった2階コミュニティーホールの来場風景

福祉情報展のご報告とお礼

令和4年10月16日(日)に行われた「福祉情報展」は、丘陵地区に関わりのある各団体の協力を得て、和気あいあいの『ふれあいの集い』となりました。元気に地域で「安心」して暮らせるように、健康・介護・子育てなど、いろいろな福祉情報の発信やアドバイスをして頂きました。また来場者の方からの相談にも丁寧に対応していただきました。
お楽しみ「くじ引き」のコーナーでは、「あーとの国」のクッキー、「サン・フレッシュ・メイト」の刺繍の布巾、「あんだんて」の木工品等、自立支援施設の手作り製品でほっこり。また、東松山白山台郵便局にもご支援をいただきました。当日ご参加下さった皆様、ご協力いただいた皆様に感謝致します。

高齢介護課は在宅医療・介護連携推進等の情報を提供していただきました

子育て支援課は子育てコンシェルジュなどの情報を発信していただきました

イベント報告

社協高坂丘陵支部・高坂丘陵麺々クラブ共催

ファミリーうどん教室

楽しかった夏休みも終わり近くの8月21日（日）に、「ファミリーうどん教室」を開催しました。
親子やご夫婦での参加でアットホームな雰囲気の中、楽しくうどん作りを体験しました。小さなお子さんもうどん粉を練ったり伸ばしたり、真剣に取り組んでいました。作ったうどんは持ち帰って美味しく味わっていただけたと思います。

捏（こ）ねる作業

講師のわかりやすい説明

目の前での実演

うどん玉を何度も足踏み

慎重に麺切り作業

社協高坂丘陵支部・高坂丘陵麺々クラブ共催

手打ちそば道場

「手打ちそば道場」を（11月27日と12月18日）に開催しました。
　このイベントはそれぞれのご家庭で「年越しそば」を打てることを目指しています。しかしそば打ちは１回の講習でその技術を習得することは難しいので２日間コースで行いました。2回目は講師の手打ちそばを試食し、皆さん楽しかったとの感想でした。

七歳の祝い

おめでとうございます！

高坂丘陵地区にお住まいの、来年度小学校に入学される子どもさんたちにジャンプ傘を配布いたしました。
置き傘として使ってくださいね♪

シャッピー＆ピース仙人

地域の民生委員・児童委員紹介

生活の心配ごと、困りごとをご相談ください

芳賀ヤス子	桜山台２番地２～７５ ３番地
調整中	桜山台２番地７６～１２８ ６番地～１６番地
野口直子	桜山台１７番地～３３番地
井上美栄子	白山台１番地～１４番地 松風台１番地～２番地
長南千恵美	白山台１５番地～２８番地 松風台３番地
柳本豊治	旗立台４番地～２１番地 ２３番地、２６番地
風間律子	旗立台３０番地、３２番地
関根玲子	松風台４番地
六井新治	松風台１０番地、１５番地
坂本幸子	松風台８番地、 １２番地～１４番地
(主任児童委員) 稲垣清子	高坂丘陵地区全域

各委員の連絡先は東松山市役所社会福祉課☎21-1408にお問い合わせください。

イベント報告

落語寄席ふれあい亭

昨年１１月２５日に高坂丘陵市民活動センターにて、落語寄席ふれあい亭を開催しました。３年越しの開催となり、柳家一琴師匠、柳家小はださん、入船亭扇ぱいさんにお越しいただきました。

演目は「真田小僧」「長短」「黄金の大黒」「高砂や」「三人無筆」、その後余興として一琴師匠に紙切りを披露いただきました。できあがった作品は、来場者に抽選でお土産としてお渡しさせていただきました。

東松山市きらめき出前講座

高齢者のためのフレイル予防

啓発講座
元気な毎日を目指して！

（「フレイル」とは加齢に伴い筋力や心身の活力が低下した状態のことです）

昨年9月29日に高坂丘陵市民活動センターで「高齢者のためのフレイル予防」講座を開催し、23名の参加がありました。

総合福祉エリアから管理栄養士、歯科衛生士、作業療法士の皆さんをお迎えし、まずはじめに「フレイル」についての説明をしていただきました。そのあと各自の身体状況を知るために握力、足指力、前屈、滑舌などについて、器具を使って測定していただきました。

参加された皆さんは年齢ごとの標準値と見比べて一喜一憂しつつ、日頃からの継続的な運動の大切さを知る良い機会になりました。

はじめに「フレイル」の講義がありました

介護予防のためには「運動機能」、「栄養状態」、「口腔機能」の改善・向上が大切です

長座位体前屈測定

足指力測定

握力測定

滑舌チェック

３０秒立ち上がり回数測定

★情報満載★

福祉情報展～ふれあいの集い～

わかばの丘地域包括支援センターは丘陵地区の高齢者の心強い相談窓口

総合福祉エリアでのフレイルチェックとパネル
フレイル＝加齢に伴い筋力や心身の活力が低下した状態

福祉エリアスタッフの方による足指力の測定

電動ベッド

福祉の街のスタッフによる様々な福祉用具・介護用品を展示

いろいろな種類の歩行器がありました

薬樹薬局の薬剤師さん、管理栄養士さんによる相談対応

KENデンタルクリニックスタッフ訪問歯科用の機材（一部）

東松山在宅診療コーナーでは映像による事業説明

フレッシュミルクうまはしのスタッフの方々による骨密度測定

介護を語り・支え合う集いのコーナーでは介護食などの展示

身近な民生委員との会話がはずみました

くじ引きコーナー、いろいろな日用品セットが当たりました

お子さん用の楽しいくじ引きもありました