



しあわせ
福祉広げて



共に学び共に生きる

[編集・発行] 三箇校区福祉委員会 〒574-0077 大東市三箇4丁目1番5号 (電話) 072-873-8878

平成28年2月の行事予定

第8回(2月)まちかど喫茶

《日時》 2月25日(木) 午前11時～午後3時

《場所》 三箇自治会館

《サロンの内容》

★お茶、コーヒーなどを飲みながらの「語らいや交流」

★お楽しみコーナー (12時30分～午後2時)

『ちぎり絵講座』

★各自持ってくるもの

- ①はさみ、②のり(家にある人) ③鉛筆1本
- ④ポケットティッシュ・ぬれティッシュ

※個人の所有物には、「名前」を記入してください。

《お知らせ》

★お弁当は用意していませんので、必要な方は各々持参してください。

(おにぎり程度の軽食は用意しています。)

★お茶、コーヒー、茶菓子は、福祉委員会で準備しています。

❖車いすをご利用されている方など、介護タクシーが必要な場合は、
当委員会で手配しますので、下記の連絡先又は担当の民生委員に連絡してください。

多くの方の参加をお待ちしています！ お誘い合せご参加ください！

[連絡先] 873-8878 (三箇自治会館) 三箇校区福祉委員会事務局

元気でまっせ体操

《開催日》 2月 3日(水)
 2月10日(水)
 2月17日(水)
 2月24日(水)

[三箇自治会館]
 午前10時～11時30分

[新和町自治会館]
 午後1時～2時30分
 (※都合で中止になる場合があります。)

第4回子育てサロン

[日時] 平成28年2月24日(水)
 午前10時～11時30分
 [場所] 三箇自治会館2階
 [対象] 0歳児から就学前の子どもと保護者



[内容] ひなまつり
 [費用] 無料
 [問い合わせ] 大東市社会福祉協議会
 (電話 072-874-1082)

子育てサロンに参加して お友達の輪を広げませんか！



平成28年3月の行事予定

校区福祉委員会まつり

兼 [第9回(3月)まちかど喫茶]

《日時》 3月23日(水) 午後1時～4時
 《場所》 三箇自治会館
 《対象》 60歳以上の方
 《内容》 手品、演奏会、講演会、健康相談 他



※詳細は、福祉だより(3月号)でお知らせします。

こんにちは

中部包括です！！

2月は立春を迎え、暦の上では春になります。節分は、大寒の一番最後の日、つまり冬が終わる日ということになります。今年は、今のところ暖冬の様子ですが、体調管理はいかがですか？暖かい日と寒い日が極端になると、かえって、体調管理が難しいかもしれません。

そこで、今回は急激な温度の変化によっておこるヒートショックについてお話します。冬の寒い時期に暖かい部屋から急に外に出てぞくぞくとした経験はありませんか。体は急激な温度変化に血圧を変化させたり、脈拍を早くすることで対応します。そのため、脳卒中や心筋梗塞につながる恐れがあるのです。

廊下やトイレ、脱衣所に暖房器具を置いたり、入浴の際は、ふたを開けてお湯を沸かしたり、お湯を洗い場にまいてから脱衣するなどの工夫をしましょう。そして、冬場は水分補給を忘れがちになるため、入浴や就寝の前後は水分摂取を心がけましょう。



★ご自身だけに限らず、高齢者の方のご相談があれば、お気軽にお電話ください。

大東市中部地域包括支援センター 072-889-7110

(寄稿 大東市中部地域包括支援センター 志村いづみ)



安心・いきいき相談支援センター「和光苑住道」

暖冬と言われている今年ですが、冷たい風が辛い日もあります。

みなさま体調など崩さず過ごしておられますか。

昨年12月は子育てサロンがあり、今年に入ってから子どもたちとふれあう時があり、楽しくほほえましい時間を過ごしました。

世代の違う方々との交流によって得るものの大きさ・大切さを感じました。

他の地域の集まりでは、口笛演奏を聴くときがありました。

口笛は誰でも出来る楽器で、災害時に自分の存在を知らせるときにも役立つそうです。

口すぼめが顔を小顔にする効果もあるそうです…!(^^)!



*毎日の生活の中で、何かお困りのことがあれば、ご連絡ください。

「和光苑住道」 ☎072-806-2880

(寄稿 コミュニティソーシャルワーカー(CSW) 齊藤めぐみ)

大東市社会福祉協議会からお知らせ

高齢者見守り事業



笑顔訪問



さわやか笑顔訪問とは・・・

ヤクルトレディーが乳酸菌飲料（ヤクル）1本を週2回手渡しでお届けし、一人暮らしの高齢者の安否を確認することを目的とするもので、異変があれば緊急連絡先へ通知します。

※ 配達日は毎週 **火曜日と金曜日**です

無料

【利用できる人】 次のすべての項目に該当される方が対象となります

- ① 75歳以上（平成28年4月1日現在）のひとり暮らしの方
- ② 安否確認が可能な介護施設や高齢者施設・高齢者専用住宅などへ入居していないこと。
- ③ 介護保険のサービス（訪問、通所）などを利用していないこと。
- ④ 大東市が実施している給食サービスを利用していないこと。

🌸 お申込み期間・・・

平成28年2月 1日(月) から
平成28年2月29日(月) までの **1ヶ月間**

🌸 ヤクルトのお届けは・・・

平成28年 **4月1日(金)** からとなります。

お申込み
お問合せ

大東市社会福祉協議会
新町13-13 総合福祉センター内

☎ 072-874-1082