発行日　令和6年8月31日

★ 福まちだより ★

ふれあい東月寒

【第39号】

発 行　東月寒地区
福祉のまち推進センター

発行部数　7,300部

札幌市豊平区月寒東3条17丁目
東月寒まちづくりセンター内
Tel/Fax（011）853−2913

今年も暑い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

コロナも５類に移行したとは言え、治療薬は高価な割に効き目は限定的でインフルと同じとはいかず、後遺症に長期間苦しむ方も多いと聞いております。

５月17日に福まち全体会議・研修会を開催。昨年同様、密と換気に気を配り、推進員の多くの方がマスク着用での参加でしたが、広い会場で一堂に会することが出来大変嬉しく思いました。

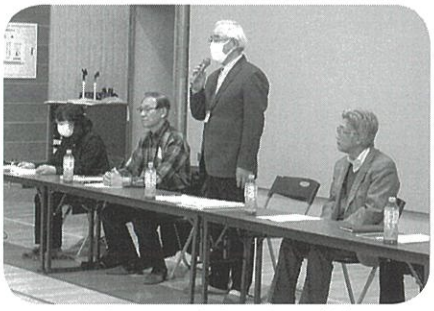
第一部は、令和５年度の事業・決算報告、令和６年度事業計画・予算についての説明・終了後、今年も第二部として福祉推進員活動研修会を行いました。

「大切な介護予防・健康づくり」について、介護予防センター東月寒・福住の介護福祉士・山本ゆかり様に、「様々な介護サービス」について、豊平区第２地域包括支援センターの主任介護支援専門員・西舘圭紀様に、それぞれ詳しくお話をいただきました。ありがとうございました。

又、行政、区社協、町連、町内会、他関係諸機関・団体様にも日頃よりご理解ご協力をいただいております事、改めてお礼申し上げます。

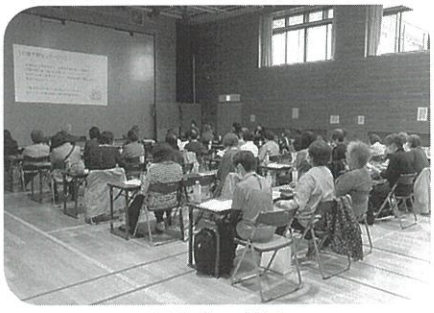
これからも健康に留意され、熱中症には十分気を付けてお過ごしください。

東月寒地区社会福祉協議会会長
福祉のまち推進センター運営委員長
佐々木　俊明

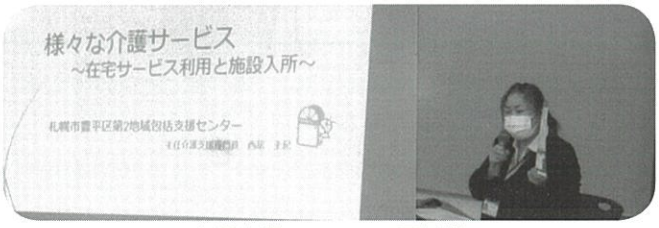


事務局・町連有田会長（右）

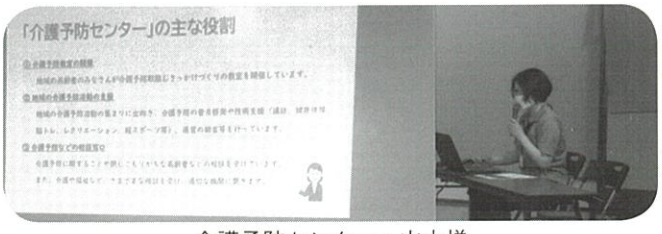
運営委員の皆様



研修会の様子



包括支援センター・西舘様



介護予防センター・山本様

バス旅行（バス利用による閉じこもり予防活動）

福まちに登録されているひとり暮らしの高齢者の方を対象にした、閉じこもり予防活動。ここ数年コロナ禍の影響のため、従前より行われていた外出の機会になかなか恵まれませんでした。

今年度ようやく、しらかば台病院様のご支援により、職員の送迎バスを利用させていただき企画・実施することができました。また、実施当日は、介護予防センター東月寒・福住様にご協力いただきました。厚くお礼申し上げます。

行き先は各ブロック共通で、恵庭市道の駅「道と川の駅 花ロードえにわ」。散策、懇談に充実した時間が過ごせました。

事務局長　中野　禎子

【実施状況】

ブロック	実　施　日	参加人数			
		対象者	推進員	介護予防	合　計
第一	６月10日（月）	12	12	2	26
第二	５月15日（水）	12	15	2	29
第三	５月29日（水）	12	14	2	28
第四	６月26日（水）	5	9	2	16
	合　計	41	50	8	99

桜の下で

【参加者の声】

・久しぶりのバスでの外出で楽しかったです。
・新鮮な空気のもと、様々な花の中に野菜やハーブ類が植えられていて見ごたえのある公園でした。
・同乗していただいた介護予防センターの方に感謝しています。
・お土産や野菜売り場での買い物、食事をしながらのおしゃべり、楽しく過ごしました。
・参加された方と昼食をとりながら、ゆっくりとお話ができました。

全員集合!!

花車の前で

美味しいカレーを囲んで

野菜直売所にて

ふれあいキッズ

―子育て支援交流事業部・楽しく活動しています―

令和６年度のふれあいキッズは毎月１回（７月は２回）、東月寒地区センター１階和室で（昨年12月より福まち室から和室に変更）、10時～11時30分に開催しています。対象となる方は、就学前の親子さんです。活動は、季節の行事も取り入れ、地域子育てスタッフと区の職員が親子さん達と毎回楽しく遊んだり、お話をしています。気軽に遊びに来てください。

子育て支援事業部長　中村　美奈子

〈活動の様子〉

・５月９日（木）：みんな大きくなったね♡ふれあいキッズの春の背比べ

16組34人の親子さんが集まりました。色画用紙の上に可愛い手や足の指をいっぱい広げて、ピンクやグリーンのインクで形を取りました。手・足を押さえたり、洗ったりする子育てスタッフは大忙しで大変でしたが、お母さん達には子供の成長の良い記録になると好評でした。

スタッフ打合せ会議

足形取りの様子

・７月11日（木）：七夕・お星さまに願いを♡短冊にいっぱい書いてね！

７組15人の親子さんが来てくれました。お星さまにみんなの願いが届きますように！

〈これからの活動予定〉

開催日	内　容
９月12日	通常の活動
10月10日	〃
11月14日	秋の背比べ（手形、足形）
12月12日	クリスマス（バルーンで遊ぼう）
１月 ９日	通常の活動
２月13日	節分
３月13日	ひな祭り写真館

※ふれあいキッズ予定表は地区センター・児童館・まちづくりセンターに置いてあります。

※活動予定は変更、中止となる場合もあります。

第四回 東月寒地区
福まち川柳コンテスト

秀作

とし老いて　それでもがんばる　ミニテニス	（チエ）
日めくりが　私の心の　よりどころ	（独居老人）
何食べた　ふいに聞かれて　目が点に	（ノンちゃん）
虫歯なし　友は米寿の　優良爺	（やまちゃん）
老う毎の「アレ」AI（エエ愛）で　通じ合う	（悟凡）
老犬が　走れない足　いとをしい	（ヨウコちゃん）
今が一番　楽しく生きるぞ　老い生活	（えがおさん）
合点したごと　カタカナの　ニュースみる	（隆子）
モルック楽し　腰痛忘れ　歓声あがる	（せいちゃん）
しあわせ…と　ひ孫の動画　観て眠る	（バーバーバ）
コロナ禍対応で悩み　今　川柳創作で悩む	（悩多い者）

佳作

龍の年　初日から　暴れだす	（鮪の昌）
どの局も　お～！翔平と　大騒ぎ	（マリチャン）
見守り訪問「あんだ誰！」から　名を呼ばれ	（ニュンコ久）
小さい手　スマホ検索　一歳児	（チロリン）
コロナ蹴り　インフルかわせば　つぎハシカ	（小次郎）
これからは　ユーチュー婆　ファイブ爺	（Mr.ひょうたん）
熱っぽい　さてはコロナか　インフルか	（爺爺ライダー）
もう嫌だ　節約ばかり　物価高	（モリちゃん）
春めいて　雪割り翌日　猛吹雪	（おじさん）
朝晩と　妻の機嫌も　寒暖差	（ベェー）
大臣を　戯言する　麻生節	（オーさん）
物価高　チラシ見る目の　真剣さ	（にゃんばぁ）
週一の　メモで確認　店まわり	（母は90歳）
転んでも　ただでは起きれぬ　年になる	（マメ）
雪道を　孫と一緒に　ホッコリと	（バァーチャン）
パーティの裏で　踊らされ　福沢公	（ぼけ茄子）
物価高　室温下げて　熱上がり	（隆則）
熊こぼす　俺にもあるよ　居住権	（たけちゃん）

―― 主催：東月寒地区福祉のまち推進センター（６年３月） ――

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

高齢者のご相談は地域包括支援センターへ。介護や福祉サービスの相談、悪質商法や財産管理などの権利を守る対応も行っています。地域の皆様が、いつまでも住み慣れた地域で安心して生活する為に主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師等の資格を持つ専門職員が様々なご相談をお受けしています。
地域包括支援センターは公的な相談機関です。情報・秘密は厳守し対応致します。安心してご相談ください。

豊平区第２地域包括支援センター
豊平区西岡４条３丁目７－５
０１１－８３６－６１１０

介護予防センターは介護予防・健康づくりの窓口です

「介護予防」とは、介護が必要な状態にならないように予防することです。新型コロナウイルスの影響で閉じこもりや運動不足になる方が増えました。そのまま放置せず、介護予防に努めましょう。
当介護予防センターでは、東月寒地区にお住まいの高齢者の皆様が住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごせるように、次のようなことを行っています。
・介護予防教室（通称：すこやか倶楽部）の開催
・町内会や老人クラブなどの高齢者の集まりに出向き体操や脳トレの実施、講師の派遣
・自宅で出来る介護予防の紹介
介護予防や健康づくりに関することは、お気軽にお問い合わせください。

豊平区介護予防センター東月寒・福住
月寒東３条１８丁目２０－４８
０１１－８５２－８８３０