

「福住地区福祉のまち推進センター」通称「福まち」とは

誰もが安心して暮らせるまちづくりのために、福住地区社会福祉協議会の下、地域の人々による支え合い活動を行う住民組織です。各町内から選出された福祉推進員が、民生児童委員とともに、おひとり暮らしの方などの安否確認見守り活動を行っているほか、地域の皆さんの健康づくり、子育て支援、交流サロンなど幅広く活動、研修会や講習会の開催、広報誌の発行等、福祉活動の啓発に努めています。福の住むまち福住の優しいまちづくりに協力しています。



第6号
 題字：佐々木 千代三郎
 福住地区社会福祉協議会 会長 石黒 信一
 発行責任者 福住地区 福祉のまち推進センター 長 林 啓昭

”福まち”って何をしているの？

協力機関

- ・豊平区社会福祉協議会 ☎815-2940
- ・豊平区第2地域包括支援センター ☎836-6110
- ・〃 介護予防センター東月寒・福住 ☎852-8830

写真は前年度。残念ながら、今年は新型コロナウイルス感染症予防のためにほとんどの事業が中止となりました。以前のように皆で集い合える日が早く来てほしいですね。

ノルディックウォーキング

感染対策に万全の注意を払いながら9月30日（水）ノルディックウォーキング講習会を実施。秋晴れのなか札幌ドーム周辺を足取りも軽やかにウォーキング。珍しくコンサドールの練習風景を見ることも出来ました。今年度最後の講習会でしたが、ストックの貸し出しは雪が降るまで継続します。福住まちづくりセンター窓口にお申し出ください。（無料・一週間単位）

認知症予防に「カキクケコ」の実践

- カ=噛む よく噛みましょう
- キ=聞く 難聴があればそれを改善し、人の話に耳を傾けましょう
- ク=口もと 口元を持ち上げ、笑顔でストレスを吹き飛ばしましょう
- ケ=血管 血管を健康に保てるよう、生活習慣病対策に努めましょう
- コ=交流 人との交流をたくさん持ちましょう

お知らせ 毎年恒例の「ふれあいお楽しみ会」は、新型コロナウイルス感染症防止の観点から、皆様の安全を考慮しやむなく中止といたしました。参加を楽しみにされていた皆様には誠に申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。尚、それに代わる事業と致しまして、携帯用緊急時対応カードを80歳以上の皆様にお届けする計画を現在進めています。詳細は町内回覧にて後日ご案内します。（絵柄はイメージ）



提案:菅原脳神経外科
 クリニック院長
 菅原 道仁医師

