

麻溝地区 高齢者 かわら版

第12号

発行日 平成27年6月
協力機関 麻溝地区自治会連合会
麻溝地区社会福祉協議会
麻溝地区民生委員児童委員協議会
麻溝地区老人クラブ連合会
発行元 麻溝高齢者支援センター
印刷 タイヨー印刷株式会社

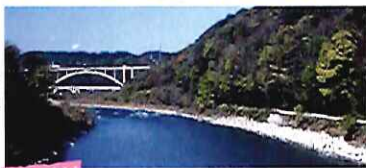
自治会から

相模川クリーン作戦 参加しませんか??

今年度1回目となります相模川クリーン作戦を以下のとおり実施を予定しております。皆様お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

【日時】平成27年6月7日(日) 午前9時～

麻溝地区では、昭和橋周辺が会場になっています。



地区社協から

ふれあい・いきいきサロン 11カ所になりました。

平成27年度より ふれあい・いきいきサロンが1カ所増え地区内11カ所になりました。

詳細については、自治会の回覧等をご覧ください。

問合せ 麻溝まちづくりセンター ☎042-778-1006

ご存知ですか?

健康と元気を作る予防教室 地域介護予防事業

地域の高齢者がいつまでも生き生きと自立した生活が送れるよう、介護予防の知識を広めることを目的として定期的に教室を開催しています。4月21日に、ラジオ体操で有名な長野先生にご協力を頂き、運動の教室を開催しました。

おとしは、北里大学医療衛生学部の上出先生の「ロコモティブシンドローム講座」を開催しました。開催後に、地区内で自主グループの活動の花が咲き始めています。今年度も6月26日(金)に地域版足腰体力テストを上出先生に依頼して開催していきます。



老人クラブから

グラウンドゴルフって楽しいですよ!

丹頂会(上・下)古山地区

会長 田中正二さん、本田孝さん 会員数119名

積極的に体を動かす活動のひとつ《グラウンドゴルフ同好会》をご紹介します。

H26年4月からはじまった活動が12月に同好会へと成長。活発な活動の様子を取材させていただきました。当日のグラウンドコンディションは多少のデコボコはあるものの良好。準備運動に始まり、「やってみなくちゃわからない」と勧められるまま支援センターの職員も飛び入り参加です。ホールインワン賞・独自に大会も開催し、商品は地区内産直特産品!

活動日 週3回10:00～12:00

活動場所 古山スポーツ広場

ほとんどの皆さんが備品からマイスティックに買換えプレーをはつらつと楽しまれていらっしゃいました。



問合せ 相模原市老人クラブ連合会事務局 ☎042-769-9231

民生・児童委員から

世界にひとつだけの花

わが国の民生委員制度は、大正時代に国民の救済を目的に生まれ、済世顧問制度や方面委員制度などの変遷を経て成立しました。

いま全国で23万人の民生委員が社会の奉仕者として活動している子育て支援や児童の健全育成、ひとり暮らし高齢者の安否確認や孤立防止・高齢者世帯への訪問・生活困窮や生活上の悩みなど幅広く住民の立場に立って相談に応じ、専門の関係部署につなぎの役割をしています。相模原市では915人、麻溝地区では18人がそれぞれ担当区域をもって活動しています。

全国くまなく配置されている民間の奉仕者によるこのような制度は、世界に類がなく先人が残したわが国の自慢のできる花と言えます。

無理しないで、我慢しないで、
声を出して相談してみてください



問合せ 地区民児協事務局(麻溝まちづくりセンター内) ☎042-778-1006

頑張っている高齢者

～ここに楽しみと喜びを分かち合う仲間がいる～

祝 卒寿の同窓会



「○○ちゃん」「○○！」とずっと続いてきた呼びかけ方…等々。語りだせば切りがなく、「元気の秘訣」がたくさん飛び出し笑顔が絶えない時間を過ごされてらっしゃいました。

今回の頑張っている高齢者は「分かち合う仲間」として【麻溝の集まり場】をご紹介します

春風香る4月の屋下がり、麻溝のお寿司屋さんでは90歳を記念した同窓会が開かれていました。麻溝小学校を昭和13年3月に卒業した11名のかつての『麻っこ』たちが宴席を囲みます。以前かわら版7号でお世話になった小山さんにお声をかけていただきお伺いしました。

「我々は特別偉くなった人もいないが、悪い奴もいない。そんな中くらいの普通の人が人生を重ねて、元気に今日を迎えている。気が付けば90歳と周りから言われるようになった…」と話される幹事をされた小山さんの乾杯で始まりです。

懐かしい音楽の先生の話や恋話し、遊びに行った町の話、変わりゆく街並みの話…「○○



麻溝 ゲートボールチーム すばる

メンバー募集

地区、年齢問わず

カッキーン!!

『カッキーン!!』という胸のすくボールの芯を捉えた音!

メンバーの皆さんは「狙い通りのショットを打てた時の爽快感と達成感がとてもいい」

「みんなのために頑張れる」と話されます。

習い、覚え始めると次々に目標が湧いてきて意欲と共に元気が溢れてくるそうです。お天気さえよければ出かけて行って一生懸命になれるものがある、喜びを分かち合えるそんな「すばる」です。健康な心と体で毎日過ごす生活を始めてみませんか?

- 活動場所 下原公会堂 横広場
- 活動日時 月・水・木・金 9:00～12:00



認知症かふえ

認知症について
みんなで考える・情報ステーション



認知症をテーマにして話したり、情報を得たり、笑い飛ばしてみたり深刻にならず、でも真剣に向き合って思いの時間を共有しています

毎月最終水曜日 13:30～15:30

麻溝高齢者支援センター内(三和麻溝店B館3F)

取材・編集の
終わりに

かわら版12号いかがだったでしょうか?今回から紙面の内容を少し変えて、参加したくなる集まりや教室、元気になれるような記事をまとめてみました。皆さんの輝く時間をお伝えできたいでしょうか。楽しく元気な集まりがあれば是非お声掛けください。ご紹介させていただきたいと思います。◎高齢者支援センターが現在の場所に移転して1年半が経ちます。より身近な相談場所として、お気軽にお立ち寄りください。