

# 9月

桔梗が丘地区福祉便り

令和4年 9月号 (第245号)

## 陽だまり

桔梗が丘自治連合協議会

桔梗が丘地区民生委員児童委員協議会



### サロンだより

8月24日 **6番町ろくまるフレンドサロン**は「健康」をテーマに開催しました。骨密度の測定、ビデオをみながら健康よくばり体操、脳トレーニングを行いました。脳トレの答えを一生懸命考えてくれていましたが、少し難しかったようでした。

子育て支援室の方より、フレイル予防、高齢者の食事についての話があり、「65歳を過ぎたら、太ることより痩せないようにすることが大事」ということでした。



8月27日 **7番町1区・8番町1区**合同にて、3年ぶりの夏祭りを開催しました。コロナ対策を十分にし、子供みこし奉納・伊賀琉真太鼓・スイカ割り・花火大会・福引きなどと共に、模擬店・業者のキッチンカー販売をしました。高齢者には飲み物優待券を配布し、幼児・子どもから大人・高齢者まで総勢約400名が参加して夏のひと時を楽しみました。



“ 支えあう 住みよい社会 地域から ”

涼しい風が吹き始めたように感じますが予報では、9月いっぱい残暑が厳しいようです。コロナの感染も依然として高止まり状態が続いています。この便りが皆さんのお手元に届く頃には、秋本番、落ち着いた状況になっています。欲しいものです。

さて、今年は19日が敬老の日ということで桔梗が丘自治連合協議会では、70歳の196名、88歳の83名にお祝いの品をお届けしました。70歳の方々はまだまだお元気です。高齢者の仲間入りに少々戸惑いを感じておられるようです。高齢者の概念を5歳位後倒しにしてもいいのではないかと、そんな風に感じました。

### まちの保健室だより

#### ヘルプカードってご存知ですか？

外見では健康そうに見えても援助や配慮を必要としている障がいのある方、病気の方や妊娠中の方など外出先や日常生活、災害時など困った時に周囲に示し支援や理解を求めやすくするカードです。



カードを持っている方がパニック発作や急な体調不良に見舞われたときは、カードの中に記載している内容を確認し、適切な配慮をおこなったり、緊急連絡先に連絡するなどの対応をします。



まちの保健室 (桔梗が丘南市民センター内にあります)

TEL 65-1299

桔梗が丘市民センター TEL65-1206

地区民生委員児童委員

TEL