



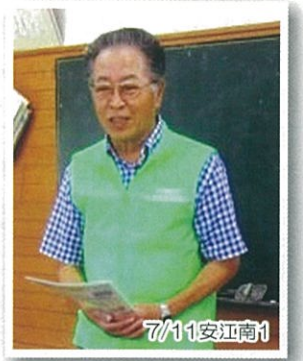
くすの木

第18号

中洲地区社協が10年目を迎えました！

【梶谷会長からのメッセージ】

初冬の候、寒さが身にしみる季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。平素より中洲地区社会福祉協議会の各種事業に、ご協力頂き感謝しています。平成30年度の事業計画は全て実施する事が出来ました。令和元年度の各種事業計画も、委員の皆様のご承認を頂き順次取り組んでいます。本年度、特に力を入れて取り組んでいる2つのテーマについて、紹介いたします。1つ目は「認知症サポーター養成講座」(講師：老松・中洲高齢者支援センター)です。中洲学区では、65歳以上の方が昨年度で3,997人となり、5人に1人が65歳以上です。将来85歳以上の方の2人に1人が認知症を発症すると言われていいます。そこで出来るだけ多くの方に認知症についての知識・対処方法等を学んで頂き、安心して暮らせる学区を目指すよう活動しています。現在7町内が講座を受講されています。2つ目は「中洲地区防災講演会」の実施です。演題『中洲学区の自主防災の必要性について』(講師：香川大学 磯打千雅子博士) 2011年の東日本大震災以降、西日本豪雨災害、現在膨大な被害が発生している関東・東北地方の大雨洪水の報道を目の当たりにすると、自主防災組織の重要性と避難訓練の積み重ねがいかに大切か。今までの常識が通用しない実態であり、防災講演会受講を機会に、今一度地震・大雨等、災害の種類別の避難場所を見直したり、自助・共助の動作が身につく様、取り組んだりする必要性を痛感致しました。



【中洲学区小地域ケア会議より】

中洲学区小地域ケア会議では、学区の様々な課題の解決を目指し、話し合いを行っています。昨今、認知症の患者数は増加しており、65歳以上では5人に1人、85歳以上では2人に1人になると言われています。決して他人事ではないのです。昨年度から地域で認知症の方を支える取り組みとして、**認知症サポーター養成講座**の開催を進めています。

認知症サポーターに興味がある方、近所に気になる高齢者の方がいる方、何かあれば**老松・中洲高齢者支援センター**(086-427-1191)までご連絡ください。

【平成30年度総会を開催しました】

令和元年5月31日(金)19時～
 於／中洲憩の家
 参加者 37名(倉敷市社協 中桐副会長、
 老松・中洲高齢者支援センター 1名を含む)



【メニュー事業一覧】

- | | | |
|------------|------------------------|-------------------------|
| 1. 高齢者料理教室 | ① 6月 8日(土) 9:30～12:30 | 倉敷西公民館 25名参加 |
| | ② 9月14日(土) 9:30～12:30 | 倉敷西公民館 23名参加 |
| 2. ふれあい会食会 | ① 6月13日(木)11:30～12:50 | 並木町二丁目公民館 42名参加(並木町・栄町) |
| | ② 7月11日(木)11:30～ | 安江南公民館 25名参加 |
| | ③ 7月11日(木)11:30～13:00 | 安江宮東公民館 31名参加 |
| | ④ 9月12日(木)11:30～13:00 | 安江公民館 25名参加 |
| | ⑤ 9月12日(木)11:30～13:00 | 水江公民館 36名参加 |
| | ⑥ 10月10日(木)11:30～13:00 | 八王寺公民館 29名参加 |
| | ⑦ 10月10日(木)11:30～13:00 | 古水江公民館 38名参加 |



6/8 高齢者料理3 ▲

1. 高齢者料理教室 ①②

【内容】1.もち麦ご飯 2.ロール牛肉の煮込み 3.シーフードサラダ 4.しめじと小松菜のみそ汁 5.新緑の抹茶プリン 【感想】肉巻にピクルス、パプリカは初めてだったが、おいしかった。いつも妻任せの為、久しぶりに包丁を使って、おいしい料理が出来た。グループの皆さんと楽しく短時間で料理でき又 大変おいしかった。

9/14 高齢者料理16 ▶



4. ふれあい会食会

①「並木町二丁目公民館」にて (並木町・中島栄町)

【内容】老松・中洲高齢者支援センターの西園ケアマナーの熱中症予防についての講義の後、楽しい食事会に移りました。

【感想】今回は隣町同士のふれあい会食会になった為、雑談に花が咲き、とても和やかな時間を過ごすことが出来ました。栄養改善協議会の皆さん、おいしい料理、ありがとうございました。



6/13 並木・栄町2



7/11 安江宮東

②「安江南公民館」にて

【内容】栄養委員さんがお弁当料理をつくってください、高齢者支援センターのご指導を受けながらの町内ふれあい会食会

【感想】日頃、町内でも顔を会わすことがだんだん少なくなってきています。お弁当をいただきながらわきあいあいと時間を過ごせて感謝しています。



7/11 安江南町29



9/12 安江1

③「安江宮東公民館」にて

【内容】ふれあい会食会

【感想】普段余り交友の少ない方も参加して談笑できたのは、とても良かったです。五穀米のチラシ寿司、とてもおいしかったです。



9/12 水江3

④「安江公民館」にて

【内容】高齢者支援センター小橋様 見守りの新鮮情報、詐欺、あおり運転、交通安全ニュースなど・・・

【感想】参加者の皆様とお話がはずんで帰るのが遅くなってしまいました。



10/10 八王寺6

⑤「水江公民館」にて

【内容】老松・中洲高齢者支援センターより詐欺についての4種類の話と交通安全の話。栄養改善より食事について説明受け、おいしくいただきました。

【感想】色々情報をいただいて毎日笑顔ですごしたいです。分かりよいお話で楽しく聞かせていただきました。生活情報を直接いただいて、詐欺問題、交通事故により一層留意したいです。うす味で美味しい食事をいただき、我家でも日々の食事に気をつけたいです。



10/10 古水江2

⑥「八王寺公民館」にて

【内容】高齢者支援センターからフレイル予防の運動のお話を伺いました。災害への備え、災害時の対応のお話でも大変参考になりました。

【感想】町内の皆さんと楽しくおいしい一時が過ごせました。お寿司、天ぷら、お吸物、デザート、おいしかった。



10/10 八王寺8

⑦「古水江公民館」にて

【内容】ふれあい会食会

【感想】一品一品の素材が上手に活かされていて安心しておいしく食べた。町内の皆さんと、久しぶりにコミュニケーションが出来、満足した。友達との出会いふれあいを大切にすることが、会食会で出来てよかった！