

たすけあい名古屋

通信第144号

シルバー川柳

高齢化の急激な進展に追いつくため、介護保険制度の改定が行われます。今年の4月には団塊世代の後期高齢化を控え、制度の維持に向けた改定です。

皆が元気で介護保険のお世話にならずに済むのであれば、頭を悩ませる必要もないのですが、誰でも加齢とともにいろいろなことが起こるものです。そうはならないため健康の維持に努めていくことがますます必要になって来ます。

「公益社団法人 全国有料老人ホーム協会」が毎年シルバー川柳を募集し、入選作を公表していますので、そのいくつかを紹介したいと思います。いずれも身につまされる内容で、可笑しくもあり考え込んでしまうものもあります。

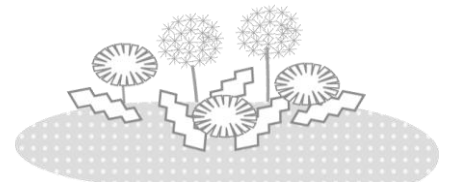
- ・ 字を忘れ考えてるうち文忘れ
- ・ 物忘れ知識を少し捨てただけ

加齢とともに忘れっぽくなるのは避けようありませんが、文章を忘れてアレッと思い、自分もそろそろ……、一方で少し捨てただけと開き直す。まさしく近頃の自分を見ているようです。

- ・ 温かく迎えてくれるは便座だけ
- ・ ピンポーンにやっと出たのに不在票

一人身の寂しさがうかがえます。明日は我が身、ご家族、隣近所など周りの人たちとの関係を維持していくことが大事ですね。

- ・ 手をつなぎ互いの杖となるあした
- ・ 付いて来い言った家内に付いて行く



お元気な老夫婦が支えあって行く姿が見えます。ほほえましくも少し切ないシチュエーションですが、お互いがいつまでも健康を維持することが一番です。

たすけあい名古屋では、介護予防、絆づくりとして健康体操教室などを開催しています。次ページに詳細がありますのでご覧下さい。

(代表理事 西川 達夫)

鳴子及び周辺地域にお住いの皆さんへ

春です！今年こそ始めてみませんか！

60歳以上の方ならどなたでも（60歳未満の方も応相談）。
お申し込みは開催日の会場で（初回は無料）。

グラウンドゴルフ倶楽部

公園の緑を見ながらゴールを目指します。用具の貸し出しもしています。

開催日：毎週水、土曜日
（祝祭日も開催）

場 所：鳴子長根公園

時 間：8：30～10：30

参加費…無料

ナイスショット！



協力会員費
（半年1500円）と
参加費だけで楽しめます！

健康体操教室

膝や腰に不安や不調があっても取り組め、転倒防止の体操、脳トレにもなる手指の体操など、多彩なプログラムです。

開催日：毎週火曜、木曜
（祝祭日は除く）

場所と時間：

西会場（鳴子団地80号棟集会室）

10：00～12：00

東会場（鳴子幼稚園南側集会室）

13：30～16：00

参加費…1回200円



卓球クラブ

初心者のためのクラブです。楽しくピンポンで交流しましょう。仲間も増え元気がでますよ！

開催日：毎週火曜、木曜
（祝祭日は除く）

場所と時間：

東会場（鳴子幼稚園南側集会室）

10：00～12：00

西会場（鳴子団地80号棟集会室）

13：30～16：00

参加費…1回200円



スポーツ吹矢教室

集中力がつき認知機能改善も認められている吹矢。当たってスカッと気持ちいい！だれでも簡単にできます。

開催日：原則第1、第3月曜
（祝祭日は除く）

場所と時間：

東会場（鳴子幼稚園南側集会室）

10：00～12：00

参加費…1ヶ月1000円



お問合せは **NPO法人 たすけあい名古屋** ☎ **892-0080**

たすけあい名古屋 全体研修 報告

テーマ 個人情報保護

講師 たすけあい名古屋 顧問 熊田光臣

個人情報の管理について身近なところに引き寄せて話をしてもらいました。個人情報については、漏れて実害が出るまで問題意識を維持することが難しく、実害が出た時にはとんでもないことになってしまうということが、正に問題です。まずは、自分たちが扱っている情報のうち、何が保護しなければならない情報なのかを知る必要があるので、個人情報の棚卸し作業を行い重要性を評価することから始め、そういった情報の収集から破棄までのプロセスを、きちんと共通認識の上で誰もが同じ方法で行っていくようにすることが大切ということでした。

身近なところに引き寄せての話の中で、便利に使っている携帯電話も今やコンピューターの端末と同じなので、ラインやフェイスブック等での不注意による情報流出が起きやすいとの話もありました。個人だけでなく、法人全体で大切な情報を保護していくことの重要性を再確認できました。(介護みどり 川口 典子)



全体研修風景

地域包括ケア大交流会 参加

2月18日(日)、南生協病院にて上記交流会「第2回地域のちからでささえあい」が開催されました。「たすけあい名古屋」のスタッフ吉葉がその分散会で「介護予防と地域住民の絆づくりの実践活動」として健康体操教室等(左記掲載)の活動を発表しました。

介護予防及び絆づくりを目指しているこの体操教室などは運動とイベント参加を通じ“健康寿命を3年延ばそう”をサブモットーにしています。それに伴い継続できる運動の重要性を啓蒙し、ボーリング大会、カラオケ忘年会、グラウンドゴルフ大会、手芸教室などを随時開催して、参加の促進と会員間の交流を図っています。閉じこもりがちな高齢者の方へどうやって参加して頂くか、特に男性にもっと参加してもらうにはどうしたら良いかなどまだまだ課題もあります。分散会の参加者の方達からも男性の参加に対する質問が多くあり、男性参加が共通の問題のようです。

皆さま、健康体操教室、卓球クラブ、グラウンドゴルフ倶楽部、スポーツ吹矢を始めませんか? まず、体験してみませんか? お待ちしております! (広報 黒木 裕子)

障がい者総合支援だより



美味しそう!

生活介護かるむでは、月に1度のペースで工場見学に行っています。2月に行った工場は豊田市にある「キューピーころも工場」。我々がよく目にする「キューピーマヨネーズ」その誕生の歴史や秘密、マヨネーズの原料となる卵の使われ方や殻の再利用方法などを教えて頂き、マヨネーズの製造ラインも見学。また工場が作っているマヨネーズやドレッシングをサラダと一緒に試食もさせていただきました。

皆さん製造ラインにも注目していましたが、一番嬉しかったのは試食の時間だったそうです(笑)

さあ次回はどこの工場の見学に行けるのか、今から楽しみにして下さっています。

(生活介護かるむ 服部 友里恵)

デイサービス鳴子だより

2月は野菜の高騰が続き、巷では安さで話題のスーパーが大盛況と様々な変化のあった月となりました。そして節分、バレンタインデーとたくさんのイベントがあり、各地で催し物が開催されニュースを賑やかにしていました。

デイサービス鳴子でもたくさんの催しがありました！鬼のお面をかぶった職員が大暴れ！冬季オリンピックに負けないサッカーゲーム！冬の寒さを吹き飛ばす熱い1か月でした。

さて、今月はというと・・・「サクソ大演奏会」「喫茶店へ突撃！（外出レク）」と暖かくなってきた春にぴったりの企画を開催いたします！「サクソ大演奏会」ではもしかしたら、珍しい楽器の演奏が聴けるかもしれません☆「喫茶店へ突撃！」ではスタッフ厳選の喫茶店へ皆さんで外出レクに出かけます♪

来月もデイサービス鳴子に乞うご期待ください。

(管理者 青木 一祥)



熱演！

鳴子のおひさまだより

2月は盛りだくさんの行事がありました。豆まき・誕生日会・絆会さんによる歌謡ショー・ヴィオリラ演奏会・バレンタインデー・コーラスなどなど。

3月は、皆さまと梅を観に行く予定をしております。全員参加できるようご利用者と職員の体調管理には注意して参ります。

(管理者 與儀 良博)



あでやか！

天白福祉会館だより

30年度25講座の受講申し込みが1月15日(月)～2月16日(金)まで実施され、673名、延べ1,177名の多数応募がありました。例年通り体操系の講座と一部の講座に集中し、定員オーバーの講座は抽選となりました。公開抽選会が2月23日(金)午後1時からわくわく室で行われ、2月26日(月)～3月24日(土)全講座の当選者を館内に掲示いたします。なお、「茶道」「華道」「詩吟」「民謡」「フラダンス」の講座につきましては3月24日(土)まで追加募集を行い、定員になり次第締め切ります。

受講手続きの流れ

受講手続きは
3月24日(土)まで

- ① 館内に掲示の当選者名簿(講座別)に自分の名前があるか確認・・・当選していたら
- ② 各講座の受講資料(年間日程表など)を受け取る
- ③ 窓口へ利用証と申込控え(半券)を提出。手続き完了！

*道具や教本が必要な場合は早めに事務所受付まで注文をしてください。(館長 各務 芳春)

ホームページをご覧ください

たすけあい名古屋 検索



特定非営利活動法人(認定NPO法人) たすけあい名古屋

代表理事 西川 達夫

〒458-0041 名古屋市緑区鳴子町四丁目13番地 愛知県住宅供給公社鳴子第1住宅

TEL 052-899-0833 FAX 052-899-0800

Eメールアドレス: info@tasukeainagoya.com