



8月8日(日)午前8時30分
 から、大野町公民館にて受付が
 始まり、小学生を含む大野町民
 の方々が多数参加されました。
 皆さん、町内の方がデザイン
 した揃いの黄色いTシャツを着
 用し、自治会の班ごとのグルー

大野町「ひやりマップ作成」イベント



第 34 号
 編集 発行
 稲羽西地区
 社会福祉協議会

社協会費が
 使われています

プになり、大野町内の担当地域
 を実際に歩き、危険箇所チェッ
 クに向かいました。
 危険箇所は、地図やスマート
 フォンを使い、登録しました。
 コロナ禍で、検温や手指消毒
 も行い、また暑いので、途中休
 憩し、安全対策にも配慮されて
 いました。



主催 大野町自治会
 支援 耀く大野町まちづくり委員会



各務原市まちづくり推進課
 ・各務原市情報推進課
 ・岐阜県建設研究センター
 ・大野町消防団の皆様のご協力
 があり、万が一にも備えて、小
 島フアミリークリニックの医師、
 看護師さんに待機していただき
 無事に、イベントを終えること
 ができました。

全世代が参加して「大野町ひ
 やりマップ」を作成することで、
 防災意識を高めることができま
 した。



健康講習会

主催 稲羽西地区社会福祉協議会

11月6日(土)「健康講習会」が、稲羽西福祉センターで開かれました。地域包括支援センターつつじ苑の方の指導で、足指ストレッチ体操などを体験しました。

新型コロナウイルス対策として、参加者全員が検温・マスクをして、イス席で相互の間隔をとりました。



コロナ禍の自粛生活が続いているので、高齢者は筋力低下や低栄養などの心配があります。心身の機能が低下して、弱った状態「フレイル(虚弱)」になり易いので、地域で声をかけあい、健康づくりに気をつけたいです。最初にくつ下を脱いで裸足になり、両足の指先が開くかどうかをチェックしました。足指の間に手の指を入れて、ストレッチをすると、足先の動きが良くなり、足全体が温かくなりました。この体操は自宅でもできます。

その他に、新聞チラシを使って足先の運動機能を高める体操や、ご当地連想体操を紹介してもらいました。「各務原と言えば」で連想される言葉を五つ参加者に挙げてもらい、そのイメージを表すポーズを決め、イスに座って足踏みをしながら、リーダーのコール(五つの言葉のうちどれか)に合わせて、ポーズをくり返していく体操です。タイミングよく動作できると、楽しくなる体操でした。



認知症サポート養成講座

主催 稲羽西地区社会福祉協議会

11月13日(土)稲羽西福祉センターにて「認知症サポート養成講座」が開催されました。

地域包括支援センターつつじ苑の職員の方々のご協力により、認知症を正しく理解し、認知症の方を地域で支援するための講座です。

認知症は誰にも起こりうる脳の病気によるもので、まわりの方のさりげない手助けや、ちょっとした声かけをするだけでも穏やかに暮らす事ができるということです。

