

# 認知症の予防をしよう

認知症の予防には脳に刺激をあたえる事が効果的です

## 今すぐ出来る予防法

- \*新聞・簡単な本などの文章を声を出して読む。
- \*足し算・引き算・掛け算・割り算など簡単な計算をする。
- \*手先を動かし、考え、楽しく笑う。
- \*適度な硬さのものを、よく噛んで食べる。
- \*ウォーキングなど適度な運動で、足腰を鍛える。
- \*家族の中で、家事など役割を持つ。
- \*園芸・ピクニックなど自分に合った趣味を持つ。
- \*早寝早起きをする。



## 認知症のケア

認知症の方にも人格があります

- \*近寄って相手に聞かせる大きさを、ゆっくりと話しかける。
  - \*間違った行動に対し、叱ったり、説得したり、強制的な指導をしない。
  - \*出来ないことを、無理矢理やらせない。
  - \*安心して居られる場所を作つてあげる。
- 介護する方の健康が大事です。一人で背負い込んでストレスをためないよう家族や周囲(近所)の皆さんが、認知症を理解する事が大事です、そして協力することが必要です。いろいろな福祉サービスや相談所なども利用しましょう。

住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮らすために

地域包括支援センター

## かかみ野

65歳以上の方のようす相談所

各務原市鷺沼各務原町9-195  
TEL 058(384)8844  
FAX 058(370)1166

◇見守りネットワーク  
◇市/保健福祉サービスの申請受付  
◇高齢者に対する虐待防止や権利擁護  
◇要支援の方の介護予防プログラム作成  
◇介護保険の相談・申請受付

◇見守りネットワーク  
◇市/保健福祉サービスの申請受付  
◇高齢者に対する虐待防止や権利擁護  
◇要支援の方の介護予防プログラム作成  
◇介護保険の相談・申請受付



# 協 陵南支部だより

第 35 号

平成23年7月15日発行

各務原市社会福祉協議会  
陵南支部

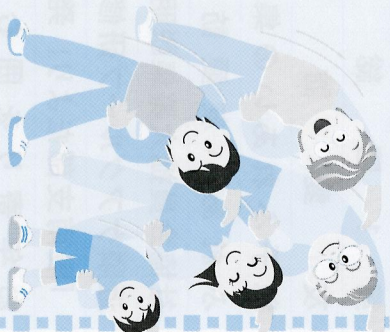
## 8月は社会福祉協議会の会員募集月間です

～安心して住める「まちづくり」には地域の皆さんの協力が重要です～

社会福祉協議会では、8月1日より社協会員を募集いたします。地域の皆様から集められた会費の35%が、市社協より交付され、これが陵南支部福祉活動の主要な財源になっています。前年度は約33万円の交付があり「敬老の集い」などいろいろな支部の福祉活動に活用させて頂きました。支部の福祉活動を維持・発展して行くために、皆様のご支援とご協力をよろしくお願い致します。まだ未加入の方は、是非とも加入をお願いします。一般会員にご加入の方は、特別会員への変更をお願いします。

一般会員 500円以上 ・ 特別会員 1,000円以上

会員(会費)の募集にあたりましては、自治会長様並びに班長様の協力を得て行いますので、よろしく願います。



## 行事のお知らせ

### 親子ふれあいの集い 青少年育成との共催

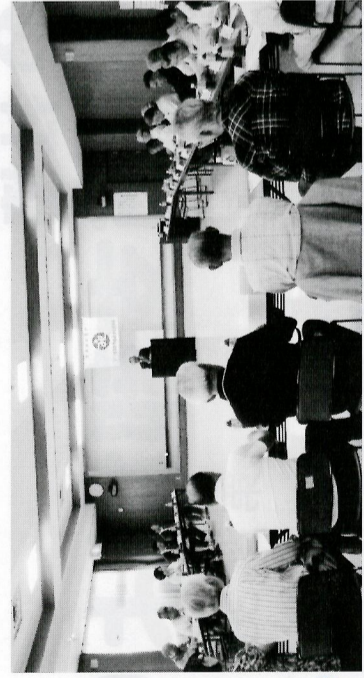
日時 7月24日(日) 午前10時より  
場所 伊木の森  
内容 輪投げ・お手玉投げ・クラシックゴルフ・バーベキュー大会  
案内 参加者の募集は、回覧で行います。ご家族で遊びに来てください。

### お年寄りを囲む会

日時 9月3日(土) 午前10時～午後3時  
場所 陵南福祉センター  
内容 健康体操・会食・剣舞・手品  
案内 8月に参加者の募集を行います。楽しい1日を過ごしましょう。

### 平成23年度陵南支部の事業計画が決定しました

5月21日第1回総会が開催され事業方針・事業計画・収支予算が承認されました。



### 平成23年度 陵南支部の主な事業計画

第1回総会	事業計画・収支予算承認
友愛訪問	寝たきり、一人暮らし、90歳以上、70歳以上の高齢者世帯の方々を訪問
親子ふれあいの集い	伊木の森にて開催、(青少年育成と共催)
ふれあいの友愛訪問	「プラザ&メゾン」訪問
社協会員拡大募集説明会	朝日・大牧・大伊木各自治会班長にて会員への加入をお願い
近隣ケアグループ研修会	陵南各地区近隣ケアグループ研修会
「陵南支部だより」発行	第35号・36号発行
お年寄りを囲む会	80歳以上の高齢者を招待
ボランティアハウス訪問	朝日・大牧・大伊木各地区ボランティアハウス訪問
歳末敬老の集い	高齢者とのふれあいの会
年賀状発送会	対象者の皆さんに年賀状の発送
福祉懇談会	地域の各団体の皆さんと意見交換
第2回総会	事業報告・決算報告の承認

#### 平成23年度

科目	予算
交付金	336
ボランティアハウス	323
福祉座談会	12
機関紙の発行	135
地域子育て支援・交流	20
高齢者ふれあいの交流	65
歳末たすけあい	100
近隣ケアグループ研修会	30
雑収入	100
前年度繰越金	481
収入合計	1,602

#### 収入の部

#### 平成23年度

科目	目	予算
事務費・会議費		110
各ボランティアハウス助成金		323
福祉座談会		12
陵南支部だより		135
親子ふれあいの集い		25
お年寄りを囲む会		145
歳末敬老の集い		160
近隣ケアグループ研修会		30
各種団体助成金等		100
その他の事業(友愛訪問等)		86
予備費		476
支出合計		1,602

#### 支出の部

### 「陵南ふるさと学校」子供たちからのプレゼント

「ふしぎだ。たばこの吸い殻が一本もないなあ。」

校地内の隅々を巡回し、安全点検をすることは、私の大事な仕事のひとつです。小石を拾ったり、木の切れ端を拾ったり...ところが、ある時、気がついたのです。二ヶ月たちましたが、校地内で一本のたばこの吸い殻も拾っていません。

社会体育でも、少年団でも、盛んに学校を使っていたとき、大勢の子どもから大人までがここに集まっています。たばこだけではありません。お菓子の食べかすもほとんど落ちていません。これはどうしたことなのでしょう？

陵南校区の子ども達は、多くの地域の皆様に支えられ、すくすくと育っています。朝、やさしい家族に送り出されたあと、陰に日なたに多くの温かなまなざしに見守られて成長しているのだと、つ委員のみなさんなど、陰に日なたに多くの温かなまなざしに見守られて成長しているのだと、つくづく感じます。こうした、陵南地域の落ち着いた温かな風土と美しい学校環境とは、決して無縁ではないと思います。

先日、PTA役員会で、昨年度までの「千人合唱」を発展させ、細くとも長く陵南地域の伝統となるような音楽会を企画しようと話し合いました。この時、あるお母さんから出た言葉です。「地域のみなさんへ、子ども達からのプレゼントの意味を込めたいらうでしょう。」「大震災の年だから、地域のつながりを確かめる会にはどうでしょう。」など、地域の中の学校を強く意識してみえました。私は、感動しました。

「福祉とは、しあわせの代名詞」とお聞きしました。まさに的を得たわかりやすい表現だと思いました。

陵南小学校では、地域の皆様に感謝の思いを込めて、少しでも「しあわせ」が届けられるよう、「陵南ふるさと学校」＝「地域住民企画・参画型の新しい伝統づくり」を始めたところですが、どうぞ応援よろしくお願ひします。



陵南小学校 校長 渡邊千俊

#### 平成23年度

### 役員紹介

役職名	氏名	備考
支部長	前田 勇	
副支部長	林 耕二	福祉推進員兼務
理事	山田 勝二	朝日町五丁目南自治会長
理事	丹羽 忠	大伊木区長(大伊木西自治会長)
理事	角田 靖	大牧団地自治会長
理事	神戸 一成	民生児童委員(朝日町二丁目担当)
理事	小林 正光	朝日町二丁目北担当
理事	宇都宮 鑑彦	朝日町二丁目南担当
理事	細江 孝治	朝日町三丁目大牧担当
理事	友松 邦真	朝日町四丁目西担当
理事	平田 心子	朝日町四丁目東担当
理事	高橋 正光	朝日町五丁目西担当
理事	伏見 好治	朝日町五丁目東・南担当
理事	三輪 治	(大伊木町担当)
理事	伊藤 正勝	朝日町寿会シニアクラブ代表
理事	西 蔵	大伊木町シニアクラブ代表
理事	中島 哲夫	大牧シニアクラブ会長
福祉推進員	林 耕二	陵南支部(書記担当)
福祉推進員	中島 哲夫	陵南支部(会計担当)
顧問	加藤 千俊	陵南小学校校長
監事	岡部 幹男	陵南連合会会計(朝日町五丁目西担当)
評議員	服部 幸嗣	大伊木副区長(大伊木東自治会長)
評議員	矢野 賢吾	陵南連合会会長(朝日町五丁目西担当)
評議員	城下 和幸	陵南連合会副会長(朝日町二丁目南自治会長)
評議員	宮下 明輝	朝日町連合会副会長(朝日町四丁目西担当)
評議員	渡邊 和夫	朝日町三丁目自治会長
評議員	今尾 義昭	朝日町二丁目北自治会長
評議員	吉岡 宏	朝日町一丁目自治会長
評議員	永井 朋美	青少年育成(陵南小学校)推進委員長
評議員	石田 歩美	陵南小PTA副会長
評議員	後藤 直美	中央中PTA代表
評議員	中野 美鶴	陵南子供会育成会代表
評議員	嶋口 幸夫	主任児童委員
評議員	嶋口 幸夫	陵南小学校区体育振興会委員長