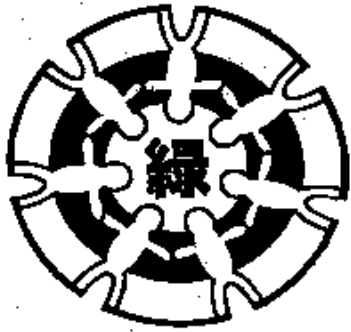




このマークは、緑ヶ丘地区旗のデザインを基に作成しました。

緑ヶ丘地区 地域福祉推進委員会

ふれあい

令和7年3月15日発行

第36号

発行：緑ヶ丘地区
地域福祉推進委員会
編集：企画部会

「健康寿命を延ばそう」 成川 三八子 委員長 ごあいさつ

こんにちは、委員長の成川です。

日頃、地域福祉推進委員会の活動にご協力いただきありがとうございます。

人生100年時代と言われている今、平均寿命は男性81歳、女性87歳と年々長くなってきています。寿命まで明るく楽しい人生をおくるために「健康上の問題で日常生活が制限されることがなく生活ができる期間」いわゆる健康寿命を延ばすことが必須です。

健康寿命を延ばすためには、「生活習慣の改善」と「無理のない適度な運動」、そして「栄養バランスのとれた食事」の3つが重要です。

また、心がけて外出し、社会との接点を持ち、他人とのコミュニケーションを取ることも認知症や介護予防に役に立ちますので積極的な外出をお勧めします。

そのためにも、ぜひ地域福祉の様々な活動にご参加いただきますようご案内いたします。

令和6年度 敬老の日のお祝いと敬老のつどい

総務部長 根岸 孝

令和6年度の「敬老の日」のお祝いは、昨年と同様に75歳以上の対象者約1,000人の皆様にお祝いのごあいさつとともに、記念品「あゆ最中とあゆ焼き」を各地区の民生委員が中心となって「敬老の日」の9月16日をめどにお届けし、お祝いとさせていただきました。

また、「第13回敬老のつどい」を、10月5日(土)に、冷暖房完備の学習室で開催しました。

今回のアトラクションは、「ボントロ兄弟」による珍しいトロンボーンの二重奏で、童謡、民謡、歌謡曲、アニメ、映画音楽、ポップス、演歌など盛り沢山の演奏を、来場された方々にお楽しみいただきました。



児童館との交流会 ふれあい交流会副部会 谷地 清子



ふれあい交流会は、高齢の方、児童や保護者などの世代を超えた3世代の交流の場として、地域の絆づくりを目的としています。

今年度は、まだまだ寒い日が続く1月19日(日)に、緑ヶ丘児童館において、地域福祉の役員や児童館の指導員さんとともに、万華鏡を作りました。児童たちは口々に、「わあ～、きれい」とか「ふしぎだなあ」とか、ワクワク、ドキドキ、目を輝かせていました。

さて次は、それぞれに分かれて、お手玉、あやとり、カルタ、羽根つき、こま回しや将棋など、高齢者の方には昔取った杵柄、児童にはゲームなどには無い面白さが伝わったものと思います。

これからも、たくさん楽しいことをおこないますので、「昔、こんな遊びをしたなあ」とか「私はこんな事して遊んだよ」と言う方がいらっしゃれば、ぜひ、参加して、児童たちとふれあい、そして、生き生きとした日々を一緒に送れたらいいですね



小地域支援副部会 奥原地区(緑ヶ丘5丁目)「ふれあいサロン」

総務部長 根岸 孝



奥原地区にお住いの皆さん、特に、高齢者の方々がお互いに顔見知りになり、親睦を図る事を目的として奥原地区(緑ヶ丘5丁目)「ふれあいサロン」を、毎月第4木曜日、午後1時から3時まで「緑ヶ丘老人憩いの家」において、平成29年から途中コロナ感染防止のため、中止した年を除いて開催しています。

内容は、おしゃべり会、講演会(令和6年度:高齢者の食事について、悪質商法被害未然防止、高齢者福祉サービス、薬の話)、映画会、近隣工場の

見学会、音楽鑑賞(令和6年度:二胡演奏会)と多岐にわたり、月替わりのプログラムで毎回15人くらいの参加者が楽しんでいます。今後とも、多くの地域の方々が気軽に参加ができ、楽しんでもらえる居場所づくりをめざしたいと思います。



第20回記念演奏会「2025 緑ヶ丘冬の音楽物語」



冬日和の2月15日(土)、2005年(平成17年度)から始まった緑ヶ丘地区の3世代ふれあい交流会が開催されました。なんと、今回で20回目の記念公演となりました。朝早くから、緑ヶ丘地区の方々のために、NHK交響楽団のメンバーが集結、開演は、12時30分からで、緑ヶ丘地区のこども、保護者の方、ご高齢の方を始め、市外の方や外国人の方も国際色豊かにご参加されておりました。

第1部の演奏が始まると、さすがに

第1級のプロの演奏者です。まるで、冬のかじかんだ体が解けるように、万来のお客さんをうっとりとおませしてくれました。

第2部は、早川トリオのジャズを中心に、地元:東海シーガルの歌声も響き、野に咲く可憐な花のようなスウィングの輪が揺れ動き、春の足音を感じるようでした。

来年も、やります。今年、聞き逃した方は、ぜひともご来場ください。



振り込め詐欺にご注意ください！

注意

こんな電話がかかってきたら要注意！

- ・電話番号が変わった
- ・風邪で声が変わった
- ・示談金でお金が必要
- ・必ず儲かる話があり、指導料を支払ってください
- ・返金の方法を指示しますので、ATMへ行ってください等々・・・



振り込む前に ちょっと待った!!



- 振り込んでしまう前に・・・
- 相手の電話番号をメモ
- 身内や自宅の情報は言わない
- 電話を切った後 すぐに身内に確認・相談を！
- または警察に相談しよう！