

めいとう ゆめはと

Vol.60
冬号

編集：めいとうゆめはと編集委員会
発行：社会福祉法人 名古屋市名東区社会福祉協議会
〒465-0025 名古屋市名東区上社1丁目802番地 上社ターミナルビル2階

TEL.052-726-8664
FAX.052-726-8776
MAIL.meitovc@nagoya-shakyo.or.jp

名東区社協

検索

ワクワクドキドキの体験が待っている♪

めいとう福祉まつり 2014



今年も障がい者と区民のふれあいを目的とした“めいとう福祉まつり”を開催します！模擬店や子どもから大人まで楽しめるステージプログラム、大人気の福祉体験スタンプラリーなど内容盛りだくさん☆皆さまのご来場をお待ちしています！

日時 平成26年2月23日(日)10:00~14:00

場所 名古屋市障害者スポーツセンター
(名古屋市名東区勢子坊2-1501)
※公共交通機関でお越しください。

内容 ○音楽やダンス、バルーンパフォーマンスなどのステージ
○焼そばやフランクフルトなどの模擬店
○バザー、福祉製品等の販売
○手話や点訳、障害者スポーツの体験コーナー
○住宅改修などの相談コーナー

お問い合わせ めいとう福祉まつり実行委員会事務局
(名東区社会福祉協議会内)
TEL: 052-726-8664
FAX: 052-726-8776



ダイナミックなパフォーマンス♪



いろんな体験もあるよ！

※写真は前回の様子です

いきいき支援センター っ、なあに!?

第1回「総合相談」っ、なあに？



高齢者の身近な相談窓口として、地域包括支援センターがあります。名古屋市では市民のみなさまに親しみやすい愛称として、「いきいき支援センター」と呼んでいます。名古屋市内に29センターあり、名東区内には北部・北部分室・南部の3センターあります。実施している事業の中から、今回は「総合相談」についてご紹介します。

いきいき支援センターでは、高齢者のみなさまがいつまでも住み慣れた地域で安心して生活できるよう、生活のお困りごとや心配なことなどの相談をお受けしています。いきいき支援センターには医療・保健・福祉の専門家がいて、相談内容にあったアドバイスや関係機関と連携して高齢者のみなさまの支援をしていますので、お気軽にご相談ください。

北 部 (担当学区:猪高・猪子石・北一社・平和が丘・蓬来)
北部分室 (担当学区:香流・引山・藤が丘・本郷・豊が丘)
南 部 (担当学区:梅森坂・上社・貴船・極楽・高針・西山・前山・牧の原・名東)

今月のラインナップ

- 「めいとう福祉まつり」開催のご案内 P1
- いきいき支援センターっ、なあに!?. P1
- 第3次地域福祉活動計画の骨子が決まりました! P2
- 第2次地域福祉活動計画に基づく事業の実施状況 P2
- 赤い羽根協賛作品コンクール作品紹介 P3
- 「ふれあい交流ひろば in 梅森坂小学校」開催報告 .. P3
- 「めいとうボランティア展」開催報告 P3
- いきいき支援センターからのお知らせ P4
- 障害者自立支援協議会からのお知らせ P4
- 健康への第一歩 P4
- 善意の灯 P4



この広報紙は皆様からいただいた賛助会費によって作成しています。

第3次地域福祉活動計画の骨子が決まりました！

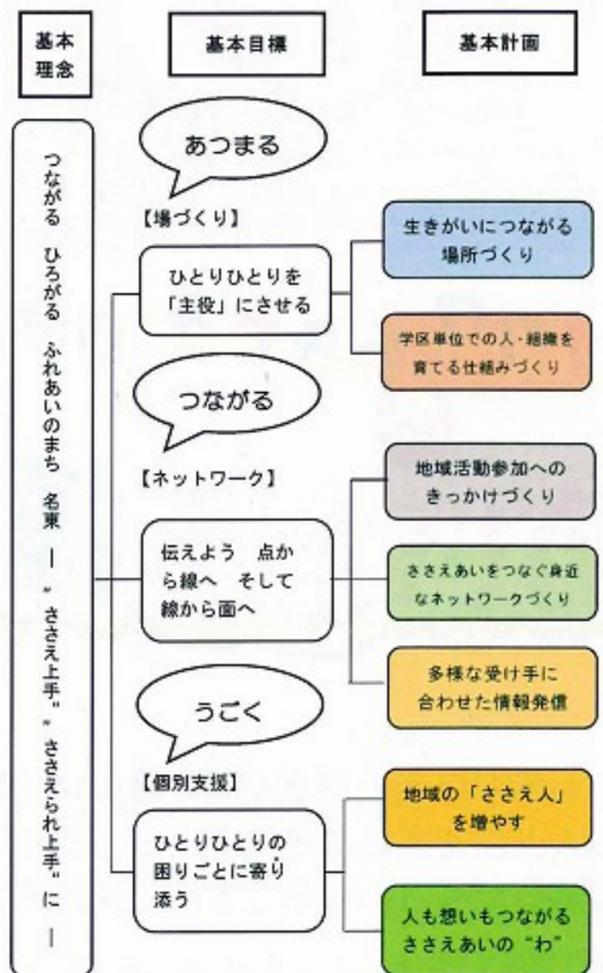
「つながる ひろがる ふれあいのまち 名東 - “ささえ上手” “ささえられ上手” に -」を基本理念に掲げる第3次地域福祉活動計画の策定作業も佳境を迎え、去る12月3日(火)に作業部会、そして同月10日(火)に策定委員会を開催し、右記のように“あつまる(場づくり)”“つながる(ネットワーク)”“うごく(個別支援)”を柱として、基本理念-基本目標-基本計画からなる骨子が決まりました。

特に今回の計画は、“個”に着目した計画策定を進めており、個別の困りごとへの対応の仕組みづくりやそれを支えるネットワークの構築などを目指しております。現在、各基本計画につながる実施計画を各ワーキンググループで整理している段階ですが、今後、実施する事業をまとめ、計画の完成に向けて作業を進めてまいります。



12月3日(火)の第4回作業部会の様子 12月10日(火)の第3回策定委員会の様子

名東区社会福祉協議会第3次地域福祉活動計画の骨子



第2次地域福祉活動計画に基づく事業の実施状況

ふれあい交流ひろば事業の実施【居場所・たまり場部会】

誰もが気軽に参加できるふれあいの場づくりと世代交流を目的に「ふれあい交流ひろば」を実施しました。貴船学区地域福祉推進協議会と共催で「名東の日」の関連行事として貴船小学校で、また、10月に梅森坂学区地域福祉推進協議会と共催で梅森坂小学校にて開催し、障がい者スポーツやグランドゴルフ、切り絵体験、模擬店などを通じて世代間の交流を行いました。



〈ふれあい交流ひろば in 貴船小学校の様子〉

「パパと遊ぼう！」の実施【居場所・たまり場部会】

子どもと父親のふれあいの場を通じて、親子の交流を積極的にし、また子育て参加の促進を図ることを目的に、6か月から3歳の子どもと父親を対象に開催しました。また、終了後に父親の子育てや地域活動への意識等についてのアンケートを実施し、今後の計画事業推進の参考としました。



〈パパと遊ぼう!の様子〉

めいとうSOSあんしんポットの作成【人づくり部会】

名東区役所、名東保健所と協働し、めいとうSOSあんしんポットを作成、区内の一人暮らし高齢者や障がい者等の要支援者に対し普及活動を行っています。(あんしんポットの作り方やポット用シートの様式等は社会福祉協議会及び区役所ホームページからダウンロードも可能です)



〈めいとうSOSあんしんポットの作成例〉



第65回 赤い羽根協賛 児童生徒作品コンクールの 優秀作品のご紹介！

区内の小中学校の児童・生徒さんにご応募いただきました赤い羽根協賛児童生徒作品コンクールの優秀作品をご紹介します。
 名東区では、書道100点、ポスター100点の応募があり、その中から各7点を優秀作品として愛知県共同募金会に推薦いたしました。
 今回は、その中からポスターの部で、名東小学校4年生の鯉谷侑希さんと上社中学校2年生の山口瑠花さんが「名古屋市長賞」、名東小学校5年生の鯉谷彩加さんが「中日新聞社会事業団賞」、猪高中学校1年生の服部百花さんが「金賞」を受賞されました。

愛知県共同募金会 ポスターの部



特賞 名古屋市長賞
鯉谷 侑希さん
(名東小4年)



特賞 名古屋市長賞
山口 瑠花さん
(上社中2年)



特賞 中日新聞
社会事業団賞
鯉谷 彩加さん
(名東小5年)



金賞 服部 百花さん
(猪高中1年)



佳作 野間 陸人さん
(猪子石小1年)

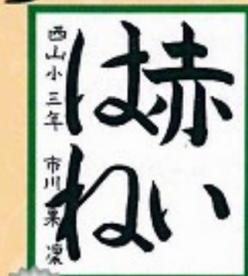


佳作 浦元 菜月さん
(豊が丘小4年)



佳作 小林 さくらさん
(藤ヶ丘小4年)

愛知県共同募金会 書道の部



佳作 市川 果凛さん
(西山小3年)



佳作 村崎 陽介さん
(名東小5年)



佳作 藤森 大地さん
(藤が丘小6年)



佳作 中尾 麻衣さん
(平和が丘小6年)



佳作 井上 千帆里さん
(香流中2年)



佳作 小林 そよ香さん
(藤森中2年)



佳作 松元 小夏さん
(高針台中3年)

共同募金 ありがとうメッセージ

皆さまからお寄せいただいた共同募金は、区内の福祉団体等が行う様々な事業に活用されています。福祉団体から寄せられた「ありがとうメッセージ」をご紹介します。

☆猪子石学区連絡協議会☆ ～学区敬老行事～

今年は台風接近で天候が心配されましたが、高齢者(75歳以上)の方々のお祝いとして毎年開催しています。1年に1度の集いですが、元気な姿、優しい笑顔そしてはつらつとした姿を見せていただきました。これからも、あたたかく見守り助け合っていきたいと思いました。ありがとうございました。

『ふれあい交流ひろば in 梅森坂小学校』

10月26日(土)、梅森坂小学校で、「ふれあい交流ひろばin梅森坂小学校」を開催しました。台風の通過で風は強かったものの、途中晴れ間も見え、親子連れや、お年寄り、たくさん子どもたちで賑わいました。

このイベントは、親子、仲間、異世代間のふれあい交流の場所づくりとして、梅森坂学区地域福祉推進協議会と本会が共催で実施しています。

今年は廃材や自然の木の实を使った“バランストンボ”工作も登場！切り絵体験も大人気でした。福祉なんでも相談や血圧測定をはじめ、焼きそばなどの模擬店、移動児童館も実施し、いろいろな世代の方と、仲間づくり、ふれあい交流を図ることができました。



移動児童館もやってきたよ！



絶妙なバランスを保っているトンボ！

『めいとうボランティア展 in 藤が丘リニモス広場』

11月4日(月・祝)藤が丘駅東側の「リニモス広場」で今年も「めいとうボランティア展」が開催されました。

今年は初参加の団体も多く、ステージ、ブースともに賑わいました。



最後はみんなでエイサーを踊りました！



毎年好評、マジック体験！

これからも名東区のボランティア活動が盛り上がり、上がっていくと良いですね！

(これらの事業は、賛助会費を財源にして行いました。)

いきいき支援センター からのお知らせ

いきいき支援センターは高齢者のみなさまの身近な相談窓口として名古屋市から委託を受けた法人が運営しています。



◆ 名東区認知症市民講演会のお知らせ ◆

……認知症普及啓発推進事業……

認知症サポーターフォローアップ講座

とき 平成26年2月27日(木) **開場** 12時45分

ところ 名東文化小劇場 ホール
名東区上社1-802 上社ターミナルビル3階
※駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。

定員 350名(入場無料・申込不要)
※認知症サポーターではない方も参加できます

主催 名東区地域包括ケア推進会議認知症専門部会

プログラム

13:10~

音楽療法 金城学院大学人間科学部 **渡辺恭子**教授はじめ、
金城学院大学の中西理緒さん、
柳田恵里さん、山口茉莉子さん

14:00~15:30

講演会 医療法人八誠会 守山荘病院 院長 **岩井清**先生
「認知症の早期診断と治療、療養のサポート」
～認知症疾患医療センターの役割～

お問い合わせ先	名東区役所	TEL:778-3009
	名東保健所	TEL:778-3115
	北部いきいき支援センター	TEL:726-8777
	南部いきいき支援センター	TEL:720-6121

名東区障害者 自立支援協議会 からのお知らせ



～ 自立支援協議会は保健・医療・福祉等の様々な分野の人達で構成され、障がいのある方もない方も住み慣れた地域で安心して暮らせる地域社会の実現を目指し活動しています～

前号でご紹介いたしました講演会「精神障害を理解するために」が、去る11月30日に名東区役所講堂で開催されました。約200名の地域の皆様にお越しいただき、大変盛況であったことをご報告するとともに、お忙しい中、足を運んで下さいました皆様に、紙面をお借りしてお礼申し上げます。

今後も、地域のニーズに沿った企画を考えていきたいと思っております。

さて、今回は別のご案内もあります。名東区社会福祉協議会さんが立ち上げている「名東区高齢者・障がい者・支援者ネットワーク」というブログに、当協議会の「うごく部会」が編集・発行しているバリアフリーマップが掲載されています。これは、お体に障がいのある方々に、外出時に参考にしていただけるよう、名東区の主要交通機関である地下鉄東山線の藤が丘駅から名古屋駅まで、各駅ごとにエレベーターやトイレの位置を図解しているものです。発行当初は紙に印刷して配布していましたが、好評でしたのでWEB上にも登場させていただきました。

今後は、お出かけ先のバリアフリーマップも順次作成していきますので、ご活用いただければ幸いです。

**名東区障害者
自立支援協議会
事務局**

名東区障害者地域生活支援センター
電話 702-2863 FAX 701-2079
千種・名東障害者地域生活支援センター
電話 739-7524 FAX 739-7524

健康への第1歩

『歩くことによる健康への効果』

歩くということは人間にとっては基本の動作です。

歩くだけで体のいろいろな筋肉を使っています。あまりにも当たり前すぎて考えたことがない方もみえるかと思いますが、足の筋肉には、太ももの筋肉(大腿四頭筋、大腿二頭筋)、ふくらはぎ(腓腹筋、ヒラメ筋)があり、他にも腰部、腹部、腕、背中等全身の筋肉を使って、「歩くこと」をしています。

健康への効果としては、老化予防、動脈硬化、骨粗鬆症、メタボリックシンドローム等の予防に効果的です。

歩き方としては、かかとから着地して指先で地面を蹴って前に進みます。着地は膝を軽く曲げてクッションがあるように歩くと膝に負担がかかりにくいです。腕は“く”の字に曲げて肩の力を抜いてリラックスしてください。

ウォーキングは有酸素運動として速歩を開始して20分を経過したところから体脂肪の燃焼が始まるといわれています。ダイエットにおいては継続的に毎日最低20分以上歩くと脂肪燃焼とカロリーが消費されます。



また、うつ病や認知症の予防にも効果があるとの研究結果も発表されています。

これから寒くなりますが自分の体調に合わせて5分～10分程度暖かい時間帯、風の少ない午前中などに健康維持のために始めてください。

(北部いきいき支援センター 袴田看護師)

善意の灯

お寄せいただきましたご寄付は、地域福祉の推進を目的とした社会福祉協議会の事業に活用させていただきます。

本会にご寄附いただき、ありがとうございました。
(平成25年9月20日～平成25年12月13日 順不同)

- 猪子石荘自治会 様
- 名東陶芸クラブ 様



風花ちゃん

社会福祉協議会では、区内のイベント情報やボランティアに関することなど様々な情報をお知らせしています。チラシを置いてありますので、お気軽にお越しください。

広報紙に関するご意見・ご感想などもお待ちしております！

所在地/名古屋市名東区上社1丁目802番地
上社ターミナルビル2階
TEL:052-726-8664 FAX:052-726-8776
MAIL:meitovc@nagoya-shakyo.or.jp

名東区社会福祉協議会
名東区介護保険事業所
名東区北部いきいき支援センター
(上社ターミナルビル2階)



※この印刷物は再生紙を使用しています。