

は つ ら つ 号

サロン活動実践者座談会を開催

11月19日 ひじり在宅クリニック内『みんなのカフェ』をお借りして、町内で行われているサロン活動の実践者の方々と座談会を開催しました。

現在、洞爺湖町には12ヶ所のサロン・つどいの場がありますが、当日は8つのサロン・つどいの場の実践者の方と、これから立ち上げを検討している方とをあわせ、18名の方にご参加いただきました。

参加者同士で、それぞれのサロンの特徴などを語り合い、最後はサロンで行えそうな脳トレプリントを行いました。

座談会の様子



ペットボトルキャップ寄贈

いつもペットボトルキャップ収集事業にご協力いただきありがとうございます。

町民の皆さまより、いただいたペットボトルキャップを役場健康福祉課のご協力をいただき、苫小牧市にある受け入れ工場へ5月と11月に届けてきました。

届けた合計重量は**1,049kg** 金額にすると**7,129円**となりました。

この交換した対価は、社会福祉協議会で無料貸し出しを行っている車椅子の保守・修繕に使用させていただきます。



虻田小学校の皆さまより



虻田高等学校の皆さまより

社会福祉法人 洞爺湖町社会福祉協議会 洞爺湖町ボランティアセンター

《本 所》〒049-5604 洞爺湖町栄町 63-1 健康福祉センターさわやか内

【TEL】 0142-76-4363 【FAX】 0142-76-4368

【E-mail】 toyako-sha.abuta@jupiter.ocn.ne.jp

《洞爺支所》〒049-5802 洞爺湖町洞爺町 132-2 洞爺ふれ愛センター内

【TEL】 0142-82-5185 【FAX】 0142-82-5895

【E-mail】 toyako-sha.tsutsuji@theia.ocn.ne.jp

ホームページ : <http://toyako-shakyo.org>

コグニサイズ

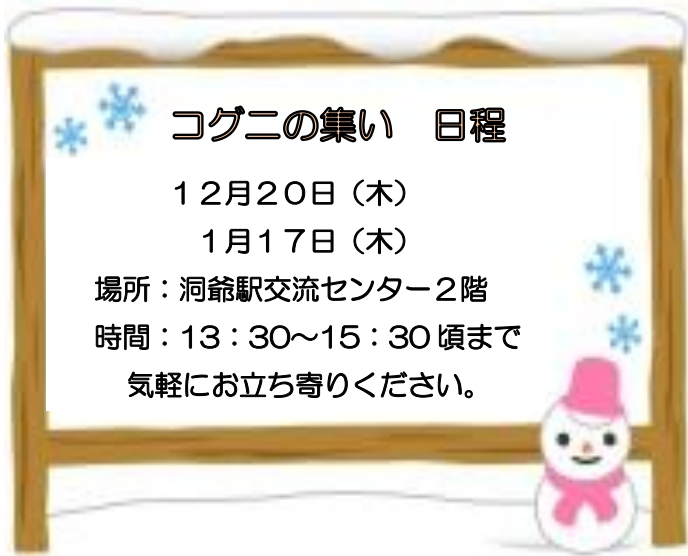
コグニサイズとは、運動と認知課題（頭を使う問題や計算やしりとりなど）を組み合わせたプログラムのことで、「運動しながら頭を使う行為」を言います。

運動を通して身体の健康を促すと同時に、認知課題に取り組むことで脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を予防することを目的とします。

運動で全身をまんべんなく動かし、認知課題は、ちょっと難しく頭をフル回転させる程度で行います。

たくさん間違え、たくさん笑い、出来るようになったら課題のレベルを少し上げて楽しんでいくものです。

ぜひ、生活の中に取り入れてみては、いかがでしょうか？



「地域包括ケアシステム」って ご存知ですか？

地域包括ケアシステムとは、高齢者が要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい生活を最期まで送れるように地域がサポートし合う社会システムのこと。

地域包括ケアシステムの最大のポイントは、高齢者が『住み慣れた地域』で介護や医療、生活支援サポート及びサービスを受けられるよう、「住まい」「医療」「介護」「生活支援・介護予防」を包括的に体制を整備していくという点です。これまでの国主導の高齢者福祉サービスが市区町村主体で行われることによって、高齢者が住み慣れた地で行政・民間企業・ボランティア団体がより自由に、自主的に地域づくりをしていくことが求められているのが地域包括ケアシステムなのです。

みなさんは、どのような地域なら住みやすく楽しく暮らせるとおもいますか？



ボランティア募集情報

●「洞爺湖町地域食堂ほのぼの」で活動してみませんか？●

「洞爺湖町地域食堂ほのぼの」は町地域交流センター(栄町/旧健康福祉センターさわやか別館)で毎週土曜日の12時~16時30分の時間帯で、主に子どもや高齢者を対象として、昼食の提供とゆっくり時間を過ごす居場所として利用できます。

現在、本食堂ではフロアスタッフ並びに調理補助の有償ボランティアを募集しています。楽しく一緒に活動していただける方はぜひご連絡下さい。

【有償ボランティア募集内容】※お礼 500円/時間

昼食の調理補助(8:30~14:30)

食堂での利用者対応・サロンでの子どもの見守り(11:00~17:00)

詳細は、洞爺湖町役場健康福祉課(74-3001)

生活就労サポートセンターいぶり(0143-83-7355)

