



五常校区 福祉だより

発行：五常校区福祉委員会

発行責任者：宮路 美佐

令和5年度

五常校区福祉委員会の活動について



新型コロナウイルス感染症が第5類に移行されたことにより、令和5年度の福祉委員会の事業は参加人数等の制限や事前申し込みを撤廃し、ほぼ、年度当初の予定通りに行うことができました。

校区のコミュニティサロン「さくらざきサロン」は、毎回15名ぐらいの参加者があり、体操、折り紙、ぬり絵、手芸などをしながら楽しい時間を過ごしていただきました。

「子育てサロン」では、0歳児から就園前の子どもたちと季節の工作やふれあい遊びなどを楽しみました。

6月、12月には「グラウンドゴルフ大会」を、8月、11月に「校区老人会脳トレ麻雀大会」を開催しました。

9月にはひらかた聖徳園のご協力で開催し、力強い津軽三味線の演奏を楽しんでいただきました。

また、10月には「福祉委員会バスツアー」を4年ぶりに実施し、薬師寺など秋の奈良路へ行きました。

年末には、「年末ひとり暮らし高齢者・高齢者世帯見守り訪問」として民生委員児童委員が見守りをしている高齢者の皆さんのお宅を訪問し、カレンダーをお渡ししました。

令和6年1月の「ひとり暮らし新年懇親会」も何とか開催できないかと検討を重ねてまいりましたが、コロナウイルス感染症に加え、インフルエンザの流行もあり、ご参加いただく方々の健康・安全を最優先に考慮し、残念ながら今年度も中止させていただきました。

五常小学校一、三年生との「むかし遊び」も学校側との日程調整ができませんで中止となりました。

これから、次年度の事業計画や予算案を検討することになりますが、今年度の活動実績を踏まえて、各行事の運営や内容等を検討し、活動の充実を図れるようにしていきたいと考えています。

今年度も「男の料理教室」は実施できませんでしたが、次年度は実施できるよう検討していきます。また、コロナ禍で、中止していましたがサロンのボランティアの参加や新しいボランティアの募集も再開を予定しています。

「誰もが安心して暮らせるふくしまちづくり」をめざして活動をしてまいりますので、今後とも五常校区福祉委員会の活動にご理解・ご協力をお願いいたします。

五常校区福祉委員会

会長 宮路 美佐

ご協力ありがとうございました

昨年7月にご協力いただきました令和5年度枚方市社会福祉協議会「地域ふくし募金」の集計が出ました五常校区の地域ふくし募金は下記の通りです。募金総額の50%が令和6年度の福祉委員会の活動費として還元されます。住民の皆様のご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました。

地域ふくし募金総額 **¥493,450**
 令和6年度還元金 **¥246,725**

歳末たすけあい運動に

ご協力ありがとうございました

毎年、歳末たすけあい運動にご協力いただきありがとうございます。昨年12月にご協力いただきました五常校区の募金実績は、¥216,770でした。今年度も地域福祉活動への助成として募金配分金¥80,000をいただき、ひとり暮らし高齢者の方々の見守り活動等に使用させていただきました。



みんなあつまれ！いっしょにあ・そ・ぼ ～子育てサロンで楽しく遊びましょう！～

香里ヶ丘さくらぎ街集会所にて、同じ子育て中の
方々が交流できる「子育てサロン」を開催しました。

12月15日 感染症予防として2部に分け予約制
で開催し、前半は10組12名、後半は9組9名
の親子が参加されました。この日はクリスマス会と
してミュージックベル「きよしこの夜」「ジングル
ベル」の演奏、ペープサート「山の音楽家」「アイ
アイ」「こぶたぬきつねこ」、パネルシアター「赤鼻
のトナカイ」を行い、最後にサンタさんからのプレ
ゼントをお渡ししました。お子さんはもちろん、思
いがけずプレゼントをもらったママさんたちも笑
顔がこぼれていました。

時間の都合上、制作あそびは
ご家庭で楽しんでいただけ
るようにクリスマスツリーの制
作キットを持って帰っていただ
きました。



2月16日 7組7名の親子が参加されました。
手遊びや音楽に合わせてふれあい遊び、布遊びを楽
しんだ後、ひなかざりの制作をしました。

そして、完成したひなかざ
りを持ってみんなで「うれ
しいひなまつり」を歌った
後、絵本「れいぞうこ」を
楽しみました。



3月8日 8組9名の親子が参加されました。手
遊び、布遊びを楽しんだ後は手形(足形)を取りま
した。絵本「ぴょーん」を楽しんだ後、おもちゃを
出して自由遊びの時間を設けました。

この日から新型コロナの
感染対策で使用を控えて
いたおもちゃ遊びを復活
させ、多くのお子さんが
楽しんでくれました。



1月26日 8組9名の親子が参加されました。



手遊び歌、布遊びの後、鬼のお
面づくり、手袋シアター「鬼の
パンツ」、絵本「ぴょーん」を楽
しました。

子育てサロンでは、福祉委員を中心としたボランテ
ィアが見守る中、遊んだり、保護者同士でお話をし
たり、情報交換をして過ごすことができます。事前
の申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

(中川 友加奈)

グラウンドゴルフ大会 開催

2023年12月3日(日)、五常小学校運動場において
今年度2回目のグラウンドゴルフ大会を開催しました。

宮路会長の挨拶のあと、ラジオ体操をして、参加者20
名でいよいよプレー開始です。

距離が足りなかったあとは、打つのが強くなりすぎる…と
いったように加減が難しい競技です。

初めてグラウンドゴルフ大会に参加された方からは、「楽
しかったです。一打一打安定しなくて、なかなか難し
かったです。次回開催されたらまた参加したいです！」との声
をいただきました。

世代間交流の位置づけで企画してきたグラウンドゴルフ
大会ですが、今回は小学生の参加がゼロで、とても残念

“元気あふれるプレーに笑顔いっぱい！”

でした。参加者が一人でも多くなるように、いろいろなこと
を検討していきたいと考えています。

最後に、大会の準備にご協力いただきました淀見会の皆
様、ありがとうございました。

(長嶋 久恵)



今回の 男子の部 齋藤利夫さん(東中振2)
優勝者 女子の部 井田妙子さん(東中振2)

さくらぎサロンへようこそ！～地域のコミュニティサロン～

毎月第3水曜日(8・9・1月を除く)、香里ヶ丘さくらぎ街集会所で『さくらぎサロン』を開催しています。11月は、meiji 宅配健康イベントとして「無料骨密度測定・試飲会」を実施しました。

骨密度の測定と測定値の見方、丈夫な骨を作るための運動や食事についてわかりやすく説明していただきました。

日頃から健康に気をつけてお過ごしの方ですが、健康な骨づくりを意識して毎日の生活を送られることと思います。

12月のサロンは、「大人のぬり絵」。ご参加いただいた皆さんには用意したぬり絵から好きな絵を選んでぬり絵を楽しんでいただきました。



2月のサロンでは、おひな様の壁飾りを作りました。

説明を聞きながら折り紙等を用意されたパーツを貼って、かわいい壁飾りを完成させました。



3月は、簡単な体操をしたあと、久しぶりにお茶とお菓子をいただきながらおしゃべりを楽しみました。



『さくらぎサロン』は、気軽に出かけられる地域の交流の場として開催しています。お気軽にお越しください。お待ちしております。

(鈴木 久恵)

健康長寿のための「3つの柱」

高齢期になるにつれ、外に出かける機会が減ったり、人と接する機会が減りがちです。また食欲が衰えたり、筋力や体力も低下しがちです。

このような不活発な生活は、心身機能や日常生活をおくるうえで大切な機能(生活機能)の衰えを招き、要介護状態へとつながる恐れがあります。

健康を保つため、

できることを続けていきましょう！

*動かない時間を減らしましょう。自宅でもできるちょっとした運動で身体を守ろう！

*しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！

*家族や友人との支えあい大切です！

出典：東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢
フレイル予防ハンドブックを元に作図



詐欺に注意！ATMではお金は戻りません

枚方市内の高齢者宅に「医療費の還付金があります。すぐにATMに行って手続きしてください。」と不審な電話がかかってきて、巧妙にATMに誘導し、電話で指示をしながらATMを操作させる。

こうした電話は還付金詐欺の手口で、ATMで現金をだまし取られます。

「あれ？おかしいな」と思ったら冷静に電話を切って、誰かに相談するかすぐに警察に連絡しましょう。

枚方警察署 ☎ 072-845-1234



ひとりで悩まず相談を！

民生委員・児童委員、主任児童委員は
あなたの相談相手です

民生委員・児童委員は、地域の皆さんの身近な相談相手として福祉のこと、生活に関すること、子育てのこと等、皆さんが抱えている問題の相談を受けています。相談内容に応じて適切な関係機関による支援への「つなぎ役」にもなります。

ひとりで悩まないで、誰かに話してみたいと思ったら、プライバシーは厳守されますのでお気軽にご相談ください。



* 前任者(石田澄子)の退任により

令和6年2月1日より香里ヶ丘5丁目5~7番の地区を宮路美佐(TEL841-2778)が代行いたします。

【お問い合わせ】校区委員長 長嶋(TEL852-0529)まで

五常校区老人会合同 脳トレ麻雀大会 開催

11月29日、30日にグリーンタウン香里ヶ丘集会室・みどりヶ丘自治会館で五常校区福祉委員会主催「五常校区老人会合同脳トレ麻雀大会」を開催しました。

日ごろ各老人会の麻雀教室で研鑽を重ねておられる24名が参加されました。

29日は、指南役の部12名が熱戦を繰り広げ、翠ヶ丘シニアクラブの本田久康さんが優勝されました。

30日は上級の部12名が優勝を目指して頑張り翠ヶ丘シニアクラブの政岡ふじ子さんが優勝されました。

淀見会の上野会長、翠ヶ丘シニアクラブの高島会長、ご協力ありがとうございました。

(宮路 美佐)

地域包括支援センターにご相談ください！

地域包括支援センター(高齢者サポートセンター)は、地域の福祉行政の拠点として、高齢者のかかえるさまざまな問題を総合的に支援する相談窓口です。

- * 高齢者の保健・医療・福祉の総合相談
- * 権利擁護、虐待防止の相談
- * 介護保険における介護予防の計画作成 など

ご本人だけでなくご家族の方からのご相談も受けさせていただきます



五常校区担当：枚方市地域包括支援センターアイリス

香里ヶ丘9丁目9-1(香里ヶ丘10丁目バス停前) TEL 072-853-1300