

# 笑顔

第5号

平成20年10月

熊本市中央4地域包括支援センター

やすらぎの森

熊本市渡鹿5丁目1番37号

電話:096-375-1412

E-mail:forest@kyouninkai.jp

http://www.kyouninkai.jp/forest/



## 地域の皆様からのメッセージ



会長 宮村ミチ子

託麻原校区二町内婦人会の歴史は古いのですが、平成九年に校区婦人会の解散に伴い、二町内婦人会も余儀なく休会し、その後、平成十四年に新たに名称も「ひまわり会」と、改名して再出発致しました。現在三十五名の会員で地域の諸行事に参画し、会の運営に従事しております。

今年の活動目標は、ヤングママの入会を期待して料理教室、味噌作り体験、パッチワーク教室等行っております。また、三ヶ月おきの廃品回収や、恒例の町内夏祭りでは力キ氷の販売等に協力して祭りを盛り上げております。ひまわり会では今後も地域住民の皆様や、会員相互の融和を大切に頑張っており、魅力ある会作りを目指します。

## 認知症を知り、地域をつくる10か年

厚生労働省が上記のテーマで、認知症に対する取り組みを行っていることをご存知でしょうか？これは、平成15年～25年の10年間をかけての取り組みです。

認知症は今後も増え続ける病気ですが、まだまだ知られていないのが現状です。認知症は少なからず予防ができます。もし、万一認知症にかかったとしても、早期の受診で、進行を遅らせることもできますし、まずは認知症についての正しい理解が必要です。

私達も、担当校区の方々に認知症を理解して頂くための様々な活動を行っています。今回は認知症について、サロンでお話させて頂いた内容をご紹介します。

### <帯山西校区にて>.....

医療法人清和会地域健康増進室と協力して講話の前に、認知症劇も行いました。

事前打ち合わせの様子



歩ちゃん一座と介護劇

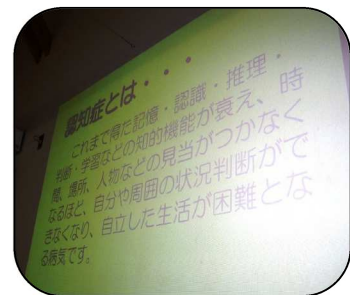


介護劇を受けての講話



### <託麻原校区にて>.....

14町内のサロンで認知症の話をしました。認知症の予防に関して、参加者からも“私はこんなことをやっています”と、紹介して下さる方もおられ有意義な会になりました。



※今後も、色々な形で認知症に関する情報をお伝えしていきたいと思っております。

※決定！！認知症サポーター養成講座スタート。

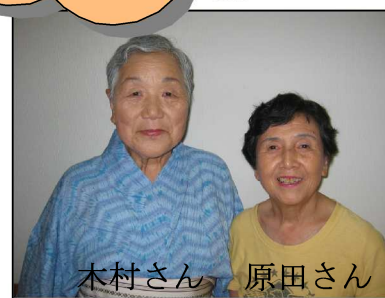
来る11/12(水)14:00～託麻原コミセンにて

## 託麻原校区二町内ひまわり会

## 帯西五町内婦人会

会長 木村タミエ  
副会長 原田初枝

このお二人は、社交ダンスサークルや民踊サークルなどにも参加され、いきいきと生活されています



帯西五町内婦人は、発足約三十周年を迎えます。

婦人会会則に則り、明るい健康な地域社会の建設をめざすと共に、研修と親睦を図ることを目的とし、諸行事に携わり、町内の発展に協力して参りました。最近では、個人個人が重んじられ、協力の心が薄れがちですが、老人会・子ども会と手をつなぎ、各ボランティア行事に積極的に参加して、明るい次世代を作るため、精一杯頑張っている私たちです。

### ★編集後記★

朝夕風に秋の訪れを日に日に感じる頃となってまいりました。

今回の「笑顔」では、恒例の行事の紹介に加え、今年度の目標に挙がっています認知症支援ネットワーク活動支援状況を掲載させていただきました。特に、帯西サロンで行いました認知症劇は、とても分かりやすく、面白かったとのご意見があり、大変好評でした。

今後も職員一同、地域の皆様にお役に立てる情報を掲載しながら、高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心して生活できますよう、地域づくりを行っていきたく思っています。

(藤垣)



# フォレスト すこやかクラブ同窓会

8月26日（水）にフォレスト熊本5階ホールにて、第2回“フォレストすこやかクラブ”卒業生の集いを開催しました。フォレスト熊本では、H16年～介護予防におけるマシントレーニングをスタートさせており、卒業生も100名にのぼります。この事業に包括も協同しております。



①役員と職員で事前打ち合わせを繰り返し、内容について煮詰めていきました。



②当日は受付も早く来られた方が担当されました。



③この方も卒業生！三浦さんによる司会でスタート。



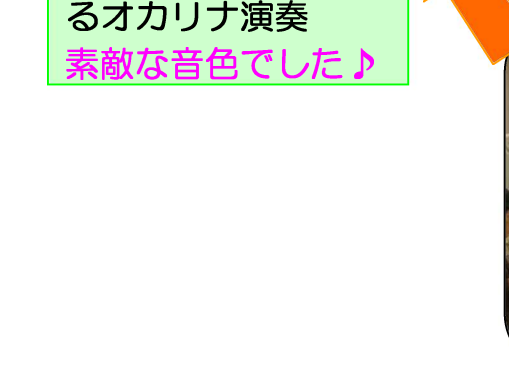
⑥三輪宏子さんによるカラオケ。アンコールに答えて2～3曲披露して下さいました。



⑦職員によるトランプット・ギター演奏。皆さんと一緒に歌いました。



④井上涼子さんによるオカリナ演奏 素敵な音色でした♪



## 地域の“お元気さん”



毎日パソコンにむかっています

伊南正登さん83歳  
昨年10月に大分から、息子さんが住む熊本に引越し、現水前寺に奥さんと二人暮らしです。

Q 元気の秘訣を教えてください。

A 若い時から興味を持った事は、納得がいくまで取り組む性格でした。

今まで、ゴルフ、野球、ボウリング、囲碁（日本棋院四段の腕前）、民謡、詩吟、バイオリンなど色々やりました。

今はパソコンで毎日囲碁を楽しみ、入浴時三～四曲民謡を歌い、散歩も毎日一万歩を目標に歩いています。人と話をするのが好きで、初めてあった人ともすぐ話が弾むので、毎日楽しく生活しています。



併、一緒に囲碁を打つ相手を募集中です！

「こんな事やっています！」  
皆さんも参加しませんか？

今回は、熊本ファミリー銀行新大江支店二階で毎週金曜の十時から十二時まで行われている「社交ダンスサークル」をご紹介します。

今年で十二年目になるこちらのサークルは社交ダンスのプロである前田先生ご夫妻を講師に、サークル生は現在二十七人（年齢六十歳代から最高年齢八十歳！）みなさん練習の間も笑顔で和やかな雰囲気です。毎週の教室のほか一年ごとに発表会と一泊旅行も計画されているという事で、今年は八月に県立劇場で発表会が行われたそうです。代表の川端様からは、「社交ダンスは身体面だけでなく心身の健康維持につながる」ということを教えていただきました。ピンと伸びた背筋と生き生きとした表情から納得です。

「社交ダンス」踊れると素敵ですよね…  
見学や参加希望もOK！だそうです。  
皆さんもいかがですか？

ポーズが決まって、皆さん素敵ですね～。

