

いきいきクラブ 予定表

時間はすべて10:00~11:30です

月 日	場 所	内 容
9月5日(金)	市民ホーム別館1F研修室	ヤクルト様による、「腸の健康」と「簡単な体操」
11月7日(金)	市民ホーム本館2F会議室	健康講座(明生クラブと共催)
12月26日(金)	市民ホーム本館2F会議室	フラワーアレンジメント〈明生クラブと共催〉
3月6日(金)	市民ホーム本館2F会議室	「花水木の会」の方による大正琴の演奏

各町のサロン予定表 (確定日程は各町福祉委員に確認下さい)

	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
きらく会ねむのき	18(金)		19(金)	17(金)	21(金)	19(金)	16(金)	20(金)	20(金)
福桶憩いの場	18(金)	22(金)	19(金)	17(金)	21(金)	19(金)	16(金)	20(金)	20(金)
ほっとサロン上青野	8(火)		9(火)	14(火)	11(火)		13(火)	10(火)	10(火)
サロン坂左右			16(火)						
サロン在家			16(火)		18(火)			17(火)	
サロン上合飲木				5(日)		19(金)			
サロン下三ツ木	26(土)	18(月)	7(日)	19(日)					
高橋ほっとかん			25(土)						
本郷サロン					23(日)				
上三ツ木				19(日)					
下青野サロン会			24(水)		21(金)				

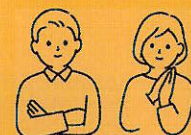
めだかの集い予定表

場所はすべて市民ホーム2F会議室です
時間は10:00~12:00です

月 日	内 容
9月30日(火)	左記日程全てお楽しみ会です
10月28日(火)	講師の方と一緒に親子で触れ合いながら楽しく遊びませんか
11月25日(火)	祖父母の方でも大丈夫です たくさんの方の参加お待ちしております
1月27日(火)	
2月24日(火)	

気軽に相談に来て!! 65歳以上

むつみ地域包括支援センター



例えば

介護のこと
介護保険の使い方とか
健康のこと
足腰が弱くなってきて不安とか
離れて住んでいる親族のこと
や一人暮らしで今後のことが
心配だとかです



0564-57-6288
岡崎市合飲木町字上郷間337-1
グループホームなのはな苑ねむのき内

六中福祉だより

令和7年7月23日 47号
発行：六ッ美中部学区
福祉委員会

～気軽に集い 気軽に話せる 関係づくり～



各家庭1部ずつ
お取り下さい

もくじ

1. 令和7年度スタートしました

委員長 総代会長さん 社教委員長さんからご挨拶いただきました

2. わがまちのエース紹介します

第6弾 人生の大先輩～お話ししてくださいました

3. イベント日程・耳より情報

1. 令和7年度スタートしました

新・委員長就任にあたって



伊奈委員長

総代会長よりご挨拶



宮本総代会長

社教委員長よりご挨拶



松原社教委員長

この組織で奮闘中

委員長	副委員長	書記	専門部会	部長	副部長
伊奈 順一	青山文雄 山田 善吉(民生) 村松 英樹(明生)	萩原 勲 星野 久雄 会 社 二村 政彦 中村 重男 監査 宮本 貞夫(総代会会長) 松原 秀敏(社教委員長)	広報部	萩原 勲	中村 重男
			在宅福祉部	太田 裕巳	太田 守男
			研修・ボランティア部	筒井 森雄	佐々木 保明
			いきいきクラブ	栗田 淳子	伊奈基久江
			めだかの集い	山田 善吉	*副委員長
顧問	代表者	各町委員			
蜂須賀 芳夫(前福祉委員長)	上青野	萩原 勲	萩原昭三	安藤直美	長谷川幸子
川原場 仁子(小学校校長)	下青野	伊奈順一	佐々木保明	志賀美裕子	
相談役	坂左右	太田 裕巳	都筑三記	星野久雄	都筑敬子
永田 英生(おくやしきクリニック)	下合欽木	越山タズ子	二村政彦		
	上合欽木	蜂須賀芳夫	大久保恵子		
	上三ツ木	太田守男	大島隆子		
	下三ツ木	筒井森雄	栗田淳子		
	福桶	青山文雄	宇川由美子		
	高橋	伊奈一行	伊奈基久江		
	本郷	棚橋 清	宮本登志子		
	在家	中村重男	石川京子		

2. わが町のエース 第6弾 (人生の大先輩～お話していただきました)

インタビュー 1. 健康でいる秘訣 2. 楽しかったこと 3. 悲しかったこと 4. 次世代へ 5. 毎日の楽しみ 6. その他



上青野

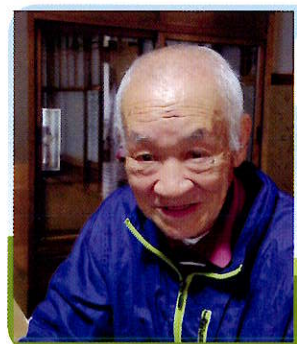
萩原小夜子さん

93歳

- 朝は、自転車で近くのお薬師さんをお参りしてきます。半日位は畑で好きな花を植えたりして、頑張っています。
- 主人を亡くしましたが、今は、皆元気で仲良く暮らしています。
- 健康が何より大事だと思います。
- たくさんの人に声をかけてもらい、話をする事が幸せです。
- ストレスは、ためない方がいいですね。



毎日のように自転車を乗り回されていて、その元気にいつも驚かされます。ほっとサロンにも毎回ご出席され、周りの方とのお話を楽しんでみえます。これぞ正しく、『繋がり健康長寿の秘訣』のお手本です。畑仕事も余りご無理されず、いつまでもお元気で!!



下青野

神谷榮一さん

89歳

- 食事は毎日しっかり食べ、畑仕事など適度に体を動かしているそして、夕食に焼にんにくを食べること。
- 健康で畑仕事が出来て、夫婦で買い物に出かけ月に2回くらい喫茶店に行くことが楽しい。
- 子供や孫に心配もあり、健康で仲良く過ごしてければ良い。
- 新聞を隅々まで読むことや畑仕事・テレビを見ること。
- 毎日の日課としては、神様を拝み、仏様にお経をあげること。声を出すことが元気の秘訣になっている。



ご夫婦2人暮らしで、一緒に昔の話などをしていただきました。ご夫婦がささえ合っておられる姿がとても微笑ましく、素敵にお年を召されていると感じられました。



本郷

篠田 高昌さん

88歳

- 医者の指示による検診を受ける(早期発見、処置)禁酒、禁煙新聞を読む 1H/Dクイズをする(防認知症)
- 子、孫、曾孫が私達の米寿、傘寿を祝ってくれたのが嬉しかった。
- 思いやりを持って生活してほしい。
- ゲートボール、グランドゴルフをすること。



ご夫婦でグランドゴルフ大会に出場し大変に仲が良くお元気です。



上三ツ木

太田 健さん

91歳

- 天気の良い日は、畑に出て農作業を適度に行います。また、家の中に閉じこもらずに外に出て体調を整えます。
- お母さんが先に亡くなってしまいましたが、息子が若いお嫁さんを貰って、しかも同居してくれたこと。
- 息子夫婦も仲良く、健康で暮らせるように
- 毎日、天気の良い日は農作業し好きなテレビを見ています。



今のままで、寝込まずに体に気をつけて欲しいと思います!



坂左右

都筑 義光さん

75歳

- ボランティア活動で、小学校児童と一緒に登下校をしている事が自分の健康維持に繋がっていると考えている。因みに、朝夕2往復で1万6千歩位、良い運動になります
- 若い頃、一時期スキーに凝って年間55日スキー場に通った時もあった。会社には内緒で同僚と二人で北海道スキー……会社にはばれてしまったが、今では楽しい思い出です。
- 明るく正しい道に進むこと
- 趣味でサツキ盆栽をしているが少し飽いてきたようで、最近では花の栽培に力を入れているかも……花壇でのイメージ図をパソコンで作り、それに合った花を種から育てること。

わが町のヒーローは児童の見守り(登下校)、花壇の管理(地藏尊の花植え)神社、仏閣の清掃など、町内にとつては、無くてはならない人です。これからも元気で長生きしてください。

