

六ツ美西部学区福祉委員会

令和5年10月10日

六ツ美西部学区福祉委員会

委員長 本田辰美

ふくし通信 No.32

赤い羽根
共同募金

六ツ美西部学区福祉委員会の運営には、学区住民のみなさまにご協力頂いた
赤い羽根共同募金が使われています。今後とも募金のご協力をお願いします。

7月18日の法性寺町を皮切りに各町で本年度2巡目の「健康サロン」が開催されました。法性寺町と赤渋町は柴田先生が、中之郷町と宮地町では清水先生他で楽しい健康体操を指導してくださいました。また、中之郷町と宮地町では健康講座、法性寺町と赤渋町では食生活改善講座が開かれました。

その他、地域包括支援センターより認知症支援活動（六ツ美オレンジプロジェクト）についての紹介がありました。

法性寺町



体操の後は食生活改善指導やビンゴ大会

中之郷町



熱中症予防のお話の後、ゲーム感覚の体操

宮地町



体操の後は誤嚥性肺炎の予防のお話を聞く

赤渋町



体操の後は食生活改善指導

六ツ美西部学区敬老会開催される

令和5年9月17日に六ツ美西部学区社会教育委員会主催の敬老会が六ツ美西部学区小学校体育館で開催されました。敬老対象者は学区全体で1,105名おみえです。

当日は社会教育委員長、岡崎市長様はじめ関係各位から温かいお祝辞を頂きました。

本年度は金婚を迎えたご夫婦が11組みえ、それぞれの方々に記念品を贈呈いたしました。会場では、可愛いキッズダンスやジャズバンドによる懐かしい歌の演奏などがあり楽しいひと時を過ごすことができました。



健康講座「熱中症を予防しよう」の講演内容紹介

令和5年7月18日開催の中之郷健康サロンより



講師：荒川さん

高齢者は注意が必要

- ・体の中の水分の量が少ない
- ・暑さやのどの渇きを感じにくい
- ・暑さに対する調整機能の低下

- ① こまめな水分補給
- ② 暑さを避ける
- ③ 日頃の健康管理

水分は一回に200～250ml一日2～3回補給、外出時は日差しを避け室内は冷房を上手に利用して十分な睡眠をとる。



今後の健康サロン開催予定

10月17日	法性寺町	健康体操、サロン
10月23日	中之郷町	健康体操、 体力測定会
11月13日	宮地町	健康体操、 体力測定会
11月21日	赤渋町	健康体操、サロン
1月15日	法性寺町	健康体操、 体力測定会
1月23日	中之郷町	健康体操、サロン
2月13日	宮地町	健康体操、サロン
2月19日	赤渋町	健康体操、 体力測定会

会場は各町の公民館です。

開催時間は10時～12時です。

左記の日程で体力測定会も行われます。この時に簡単な健康相談も出来ます。ぜひ参加して下さい。

体力測定会には、運動靴をご持参下さい。

詳細は各町の案内をご覧下さい。