

社協旬報

6月・7月号

社会福祉法人五霞町社会福祉協議会

TEL 0280-84-0765

五霞町江川3201 福祉センター「ひばりの里」内

FAX 0280-84-3887

ホームページ <http://www.goka-syakyo.or.jp>

E-mail: info@goka-syakyo.or.jp



社協会費のご協力について

社会福祉協議会では、地域福祉の拠点として住民の方々自らの福祉力の向上を目指し活動を行っています。また町からの受託事業（6事業）によって高齢の方や障がいをお持ちの方、子育て中等の幅広い方々を対象にサービスの提供を行っています。社協会費の600円はこのような活動を円滑に遂行するための大切な財源です。

社協会費を納入されました世帯へ下記のサービスを行っています。

1. 米寿のお祝い
2. 新生児の紙オムツ支給
3. 五霞町社協の介護用ベットを借りている方へシーツの支給

※特別会員2,000円以上、法人会員10,000円以上も受付けておりますので、ご協力頂ける個人の方や企業様は事務局へご連絡下さい。

布団クリーニングサービス

在宅で寝たきりの老人等及び心身の障がい等により寝具類の衛生管理が困難な高齢の方に対し、寝具類の洗濯及び乾燥、消毒等のサービスを提供します。

寝具類とは、掛布団・敷布団・毛布等です

実施予定 平成22年7月中旬ごろ

利用をご希望の方は、事務局までご連絡下さい。

84-0765 (地域福祉係)



平成22年度第1回訪問福祉美容の実施

この事業は、在宅で寝たきりや美容室に行くことが困難な方へ美容師さんが訪問し髪をカットする事業です。

つきましては、下記の要領でお申込の受付を行いますので、皆様のご連絡をお待ちしております。なお2回目は11月、3回目は来年の2月に予定しております。

実施月 平成22年7月の火曜日

実施日 担当となる美容師さんから連絡が入ります

利用料金 2,500円※下記参照

対象者 在宅で寝たきりの理美容院に行くことが困難な男女

申込先 84-0765 担当 篠崎

申込期限 平成22年6月8日(火)

※社協から1,000円の助成を行いますので、実際にご本人の負担は1,500円となります。お申込み頂いた方に社協担当者が訪問し助成の手続きをいたします。



地域活動支援センター 太陽の家

4月6日(火) 太陽の家ではお花見をしました。行く先は幸手権現堂。天気は快晴で、(ほか)ほか陽気、絶好の花見日和でした。

毎年の恒例として、太陽の家のお花見は、ウォーキングに時間を充てています。送迎車を童夢公園に駐車し、行幸湖沿岸、権現堂の桜堤を皆で往復しました。歩き出すと汗ばんでくるような陽気でしたが、桜の木を見上げながら「この木は何分咲きかな?」等と、言い合っていました。

歩き疲れた後は昼食です。桜の花を見ながらのお弁当は格別で、「おいしい」思わず笑顔がこぼれます。晴れの天気・満開の桜・おいしいご飯と三拍子揃って、大満足の1日でした。

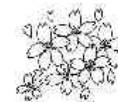
お花見記念写真



キレイな桜とお弁当!



また来年も皆と一緒に!



デイサービス情報 腰痛対策! 簡単な体操を紹介

腸腰筋(ちょうようきん)を鍛えて腰痛対策

○腸腰筋(ちょうようきん)とは?

大腰筋・小腰筋・腸骨筋の3つを合わせて腸腰筋と呼びます。

腰の部分から股関節を経て太ももにつながる大きな筋肉で股関節の動きをサポート。

腸腰筋は腰の深いところにあり、骨盤と大腿骨をつなげて骨盤のねじれや回転をサポートしています。

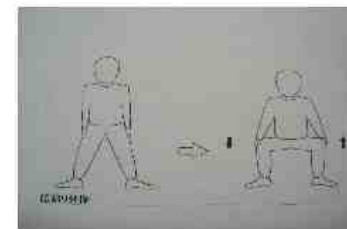
また歩く時は、バランスをとって歩行に際しての重要な役割をはたしています。

○腸腰筋を鍛える体操(腰割り体操)

1. つま先を逆八の字に開き、足を左右肩幅以上に開いて立つ
2. 両ひざがつま先と同じ方向を向くように開きながら腰をひざの高さまで落とします

※1日10回くらい行う。

※背筋を伸ばし、お尻を突き出さない。



☆福祉センター「ひばりの里」

☆老人大学

☆介護相談日

七夕飾り
7月6日～7月11日

福祉センターエントランスにおいて七夕を飾ります。短冊を用意して皆様のご来館をお待ちしております。

開校日 7月2日
講座回数 全10回

全10回の講座に元気に出席しましょう。
ご不明な点がありましたら事務局までご連絡下さい。

毎月第1第3火曜日
13:00～16:00まで

介護相談としてケアマネジャーが介護保険申請の方法や在宅での介護の悩みなどの相談に応じます。
連絡先 84-0765