



第 14 号

発行年月日:2019 年 9 月 11 日

発行人:京極町介護予防センター

☎:42-3681

にこっと通信



シリーズ第 11 回

元気湧く湧く人

ぎょうてん たつお
行天 達雄さん



予 防 : 一昨年の筋力アップ教室終了後、継続してミニデイサービスを利用している行天さん。毎週金曜日の半日コースに、元気に参加していただきありがとうございます。ミニデイサービスを利用して良いと思うことはどんなことでしょうか？

行 天 : 10:00~11:30 の 1 時間半で、椅子に座って行う運動・認知症予防のレクリエーション・マット運動など色々なことを行いますが、職員のみなさんが「無理をしないで自分の出来る範囲で行ってください」と言ってくれるのが良いと思います。また、栄養士や歯科衛生士の方が、実技も交えながら高齢者に大切なことを色々教えてくれるのもわかりやすいです。金曜日に参加される他の利用者さんとの絆も深まり、週 1 回の参加で身体も気持ちも調子良く過ごせています。

予 防 : 介護予防センターは 4 名の職員で、町内の高齢者のみなさんが介護の必要な状態に陥らないよう、様々な事業を展開していますが、もっとたくさんの町民に利用していただきたいと考えています。元町議の視点から予防センターに期待することを教えていただけますか？

行 天 : 京極町も高齢化は避けて通れない問題です。高齢になると孤独になりやすく、気持ちもふさがちになります。介護予防センターの事業に参加することで仲間ができ、お互いに元気でいられることは大切なことだと思います。今後も今のような内容で介護予防につながる活動をしっかり続けて欲しいです。

予 防 : 貴重なご意見ありがとうございます。今後も京極町の高齢者のみなさんが元気で過ごせるよう頑張ります！



Let's 脳トシ！！

*答えはこの通信内にあります

文字を 2 つの言葉に分けてください 例 なばんごなり → りんご・ばなな

- | | |
|------------|-----------|
| ① たつぬきねき → | ④ バボシウサ → |
| ② えさらつくく → | ⑤ ユコナリメ → |
| ③ まんきかりば → | ⑥ メウカヤン → |



「第2回つどいの場交流会」を開催します！

昨年、大好評だった「つどいの場交流会」。今年は8グループに増えたので、さらに盛り上がるのでは・・・?! まだつどいの場に参加したことのない方も今からどこかのグループに参加して、一緒に楽しみましょう！

日 時：10月28日（月）13：30～15：30

場 所：京極町総合体育館

内 容：ちょこっと体操・体力測定・ミニ運動会



おすすめ本



「ホームレス？自分とは全く関係のない世界の人達だし」
みなさんは虐待をする人、される人、刑務所に入った人なども自分とは関係ないと思いませんか？作者は作品を通してそんな人達の生き様を、私たちに教えてくれます。いつでもだれでもその関係ないと思っていた側の人間になる可能性があります。「普通」に生きることが難しい人々について理解しようとするのは大事なことなのでは？と思います。
ドリアン助川さんの名作「あん」もおススメです。

川辺で生きるホームレスの望太と、都会の闇に溺れゆく孤独な少女・絵里。誰の人生にも、冷酷な人間の心の闇に触れて絶望するときがあれば、人と出会い、深く語り通じ合い、光に満ちた美しい瞬間もある。絶望と希望。死とエロス。プリズムのようにきらめく、ふたりの“生きる”物語。世の中の片隅で懸命に生きる人々の傍らに立つドリアン助川が、魂を込めて描く、人生の再構築。

「にこっと通信」は

京極町社会福祉協議会のホームページ
ではカラーで見ることができます

京極町社会福祉協議会

検索



×4・△4△ ⑨

△△・△×△ ⑧

△△・△△△ ⑦

△△△・△△△△ ⑥

△△△△・△△△△ ⑤

△△△△△・△△△△△ ④ △△△