

こころんねっど

第30号

平成28年2月

おやじが変われば地域が変わる！
今年のおやじ達も元気です！



おれのおやじ塾2015

昭和区役所まちづくり推進室との共催で、おやじ向け講座を開催しました。平成27年7月26日から10月7日まで4回シリーズ、のべ87名のおやじの皆さんが‘おやじ力’を磨き上げました。

もくじ

- 講座案内／第3次地域福祉活動計画
第9回赤い羽根チャリティ展覧会／共同募金のお礼 …… 2
- 昭和区初！認知症カフェOPEN
知っていますか？ …… 3
- 地域のサロン、応援します！ …… 4
- おれのおやじ塾2015' 開催報告 …… 5
- 昭和区のいちおしボランティア／福祉のたねまき …… 6
- くすりのはなし
知っていますか？コーナー解説／投稿王国 …… 7
- はつらつクラブ参加者募集／案内／寄付 …… 8

こころん着ぐるみ貸出します。

詳しくは、ホームページをご覧くださいか裏表紙の昭和区社会福祉協議会までお問い合わせ下さい。

社会福祉協議会ってなに？

社会福祉協議会は、誰もが安心して暮らすことのできる昭和区のため、住民のみなさんと一緒に福祉活動を計画し、実施していく民間団体です。この他、各学区にも社会福祉協議会があります。

誰もが誰かの力になれる地域づくり

～昭和区社会福祉協議会第3次地域福祉活動記録～

昭和区社会福祉協議会は、『安心してあたりまえに暮らせるまち、みんながふれあいつながるまち、お互いにささえあい助け合えるまち』を第3次地域福祉活動計画の理念としてプロジェクトをすすめています。今回はこの計画の中から取り組んでいる事業を紹介します。

おやこで非常食パーティ ～乾パンがスイーツに？～

日 時／3月1日(火) 10時30分
場 所／白金児童館
申 込／児童館
☎881-3020
対 象／乳幼児と親
先着20組
参加費／無料



参加者募集!
親子で参加して
ふくしの理解を
深めませんか?
詳しくは
本会ホームページを
ご覧下さい。

いりょうとかいごのおやこ探検隊 ～ふくし体験と介護食づくり～

日 時／3月5日(土) 10時
場 所／ペポ山手ビル
(昭和区山手通り4-15)
申 込／昭和区社会福祉協議会
☎884-5511
対 象／小学校高学年と親
先着10組
参加費／無料



着ぐるみのころんが地域のお祭りや学校の
あいさつ運動などに参加して社協のPRをしています。
見かけたら声をかけてくださいね♪

公会堂で行われた
成人式にお出かけ
しました!



第9回 赤い羽根チャリティ展覧会

東日本大震災チャリティ ご協力ありがとうございました。

平成27年10月1日から12月19日まで、イラストレーター、障害のある作家、地域住民の方、東北在住の作家など22人による合同展覧会を開催しました。期間中500点近くの作品を展示・販売し、売上の一部を赤い羽根共同募金及び東日本大震災義援金に寄付しました。ご来場いただいたお客様、チャリティにご協力いただいたお客様に心から感謝申し上げます。

◆平成27年度の寄付金額

赤い羽根共同募金 **321,530円**
東日本大震災義援金 **187,840円**

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました!!

平成27年度の共同募金運動は、皆様のご理解と温かいご支援をいただき、大きな成果をあげることができました。

一般募金	8,969,365円
歳末たすけあい募金	174,104円

皆様からお寄せいただきました募金は、愛知県共同募金会でまとめられた後、約8割は昭和区社会福祉協議会に配分され、昭和三区内の子ども会や老人クラブ、障がい児者団体、ふれあいいいきサロン活動など様々な地域福祉活動に活用され、約2割は愛知県内の社会福祉施設の整備などに活用されます。皆様のご協力に心よりお礼申し上げます。

また、街頭募金運動へご協力いただいたボランティアの皆様、募金箱設置にご協力いただいた関係機関、協力店の皆様にも心よりお礼申し上げます。(昭和区共同募金委員会)



認知症になっても地域で自立した生活を過ごせるために 昭和区 **初** 認知症カフェOPEN!

♪ 昭和区に2つの認知症カフェがオープンしました! ♪

初!昭和区に2つの認知症カフェがオープン!

いきいき支援センターでは、認知症になっても住み慣れた地域で自立した生活ができるよう支援します。いきいき支援センターでは、名古屋市からの委託を受け、認知症の家族同士の情報交換や地域での認知症啓発を行う場として認知症カフェの開設を進めています。



認知症カフェとは?

認知症のご本人やご家族、医療・福祉の専門職など認知症の知識を持った人、そして地域のみなさんが気軽に集い、楽しく過ごしながら、仲間づくりなどをおこなう活動拠点です。

認知症の人の社会参加やご家族の介護負担軽減、ご家族への支援だけでなく、認知症を地域のみなさんと一緒に学び、ささえあうための場所です。

ケアネットホーム白金(グループホーム)
昭和区白金 1-20-3 ☎613-9820



テイサービスセンターまごころの家
昭和区南分町3-37-1 ☎848-9561



※認知症カフェは月1回開催します。開催日程等は各施設にお問い合わせください

知っていますか?

神社の狛犬の個性もいろいろですが、昭和区には写真のようなどうみてもラオンが鎮座している神社もあるんです。どこにあるか、ご存じですか?



P.7に解説あります。

地域のサロン、応援します!



サロンとは?

地域の住民のみなさまが、身近な場所に集まって楽しくふれあうたまり場です。

遊べる小道具、貸し出します!

すでに地域でサロンを運営してくださっている皆さま、いつもありがとうございます。平成28年の4月から、昭和区社会福祉協議会が保有しているグッズを貸し出します。何をしようか困った時、下記の物で興味がありそうな物があったら、お申し出ください。無料で貸し出します。

■使用日の2カ月前より先着順にて受付。

運動系

4m×6m程度のスペースが必要です。

「スカット」とすると人気です。



スカットボール

ゲートボールと同様のスティックを使って台的となる台の穴にボールを入れます。

ボッチャ

目標となる白いボールに赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたりしていかに近づけるかを競います。



卓上ゲーム系

机があれば4～6名程度遊べます。



はげたかのえじき



他のプレイヤーと駆け引きをしながら点数を取りあいます。

ドメモ



28枚のタイルを使う数字当て推理ゲームです。遊びながら脳を活性化します。

平成28年3月12日(土)

「たまり場交流会」にて上記ゲームの紹介・体験会を開催します。

資金面も応援します!

サロン開設時、毎月2回以上開催しているサロンに対して助成金(運営費用の一部)がです。要件があります。

ボランティア講師を募集します!

サロンで何かを教えていただける方、披露して下さる方、募集しています。特技を生かしてみませんか?

● このページのお問い合わせは、裏面の昭和区社会福祉協議会まで ●

おやじが変われば地域が変わる！今年のおやじ達も元気です！

おれのおやじ塾2015 開催報告



昭和区役所まちづくり推進室との共催で、おやじ向け講座を開催しました。平成27年7月26日から10月7日まで4回シリーズ、のべ87名のおやじの皆さんが「おやじ力」を磨き上げました。

第1回 昭和区の郷土史講演会

講師／高橋 正彦氏 鈴木 裕之氏

昭和区の歴史文化を守る会による紙しばい「古観音」の上演とその「古観音」にまつわる昔話から、明治時代の地図をもとに昭和区の街道とその周辺の解説に熱中する皆さん。ベリーダンスのオープニングはとて情熱的でした。ジャミーラの皆さん、ありがとうございました。



35名
参加!

第2回 夏のおつまみ講座&懇親会

講師／管理栄養士 玉腰 明子氏

「男のねぎ塩ダレ鶏もも焼き」「みょうがとツナの黒こしょう和え」「アボカドキムチ」「カリカリチーズ焼き」の計4品を作りました。普段の食事は奥さんにお任せの方、早期退職で専業主婦デビューされた方など参加動機はさまざまでしたが、皆さん和気あいあいとおしゃべりしながらの楽しいクッキングとなりました。

19名
参加!



第3回 おれのコーヒー講座

講師／マウンテンコーヒー株式会社 代表取締役社長 岩山 隆司氏

前半はコーヒーを飲みながらのコーヒーセミナー基礎編。コーヒー豆の栽培や選別の方法などを詳しく教えていただきました。後半の実技編では挽きたての豆を使い一人ずつコーヒーをいれ、それぞれを飲み比べ。同じ豆を使っても少しずつ味が違うことに皆さん感心されました。



18名
参加!

第4回 イケおやじのファッションコーディネート

講師／愛知文化服装専門学校 加藤 沙江子氏

愛知文化服装専門学校の学生さんたちにご協力いただきました。普段は接することの少ない20代の学生さんとまずはフリートーク。趣味などの話の中からファッションのテーマを決めていきます。学生さんが事前に準備してくださった雑誌の切り抜きを使ってトータルコーディネート完成。最後はコーディネートの発表会。普段よりもおしゃべりがとまらないおやじ達でした。

15名
参加!



昭和おやじ会も活躍中!

過去のおやじ塾卒業生による任意団体「昭和おやじ会」では工場見学や史跡めぐり、料理教室などを月1回のペースで行っています。会員相互の交流をメインとしながらも、八事の森の春まつりでのテント建てボランティアや家具転倒ボランティアなど地域の担い手としても欠かせない存在です。



「平和公園一万歩コース散策」

平成28年度もおやじ塾は開塾予定。どうぞお楽しみに♪

いちよし 昭和区の ボランティア

新しい仲間を募集中!

エリアボランティア ペガサス会 ～ハンドトリートメントで癒しのひとときを～

ハンドトリートメントとは、両腕の肘から指先までを手のひらと指を使って15分ほどかけてゆっくりとマッサージすることです。平成19年の立ち上げから代表を務める鬼頭左知子さんにお話しを伺いました。ペガサス会では、デイサービスの高齢者や子育てサロンに来ている若いママたち、福祉に携わる人、福祉フェスタなどのイベントでは学生、一般の人にも幅広くハンドトリートメントを行っています。普段あまりしゃべらない方、笑顔が少ない方が、ハンドトリートメントを行うとみるみると表情がやわらかくなり、ご本人から話し始めたり、「気持ちよかったわ～」と笑顔になれる姿を見ることが何よりもやりがいにつながっているそうです。



メンバー募集!

事前に2～3回のレッスン講座があります。現在16名の仲間と昭和区や熱田区を中心にボランティア活動を行っています。興味のある方は昭和区社会福祉協議会までご連絡ください。



施設から発信する

福祉のたねまき Book Cafe Co-Necco



Co-Neccoは、2012年秋、大人(成人)の発達障がい者の当事者会として、その第一歩を踏み出しました。その後、八事におしゃれなカフェをオープンし、2015年5月からは就労継続支援B型事業所として、障がいのある当事者と一般の人が共に働き、交流する場となりました。山手通り沿いにあるお店は、スロープがありベビーカーや車いすでも入れるようになっている他、プチギャラリーや本なども置かれくつろげる雰囲気になっています。障がい者、若いママさん達、いろいろな世代の人が、お店で交流してもらえるとありがたいと理事の上口さんは話されています。

週末には、当事者さん向け、若い女性の当事者さん向け、18歳以上の発達障がいのお子さんをお持ちのお母さんが集う「お母さんの会」などの勉強会も開かれています。カフェメニューは、フェイスブック、ブログ、食べログなどで確認できます。時々チェックして、お目当てのランチ、ケーキを食べに行かれてはいかがでしょうか?



名城線八事駅6番出口から徒歩1分
または、アネックス出口(EV)徒歩1分



Book Cafe
Co-Necco

〒466-0815 愛知県名古屋市昭和区山手通五丁目32番地 月東ビル1階
TEL.(052)842-9137 Open.9:30~18:00 close on every Sunday



薬は、どうして飲む時間が決まっているの?



中田 素生 (スギヤマ薬品顧問:元徳島文理大学薬学部教授)

お薬は食事と関連づけて食前と食後、食間に飲むように指示されますね。なぜでしょう。それは食事がお薬に影響を及ぼすために飲み方を変えて頂いています。

食前と食後は、食事の約30分前後のことで、食間とは、食事中ではなく食事と食事の間という意味で、食事を終えてから約2時間後が目安です。

食前に飲むお薬には、糖尿病薬の一部で食事により高くなる血糖値を下げるためのお薬や、胃の調子を整える食欲増進剤や、食後の吐き気を事前に抑えるお薬などは食前に飲むことで効果を増します。食後は、胃の中に食べたものがあるので、胃への刺激が少なくなります。特に、空腹時に飲むと胃を荒らす薬は食後に飲みます。

漢方薬は食前又は食間の空腹の状態飲みますと吸収が良くなります。食事ができなかったからといって薬を飲まないでいると、体内でのお薬が少なくなり、効果が得られないことがあります。クッキー1枚でも胃に入れてからお薬を飲めば、胃の保護にもつながります。



注意して頂きたいのは、糖尿病の薬は食事ができなかった場合に飲むと、血糖値が下がりすぎる事があるので注意が必要です。

知っていますか? コーナーの解説

狛犬がライオンの神社は五軒家の神明社!

入口の階段を数段上がり本殿の前にライオン2体が鎮座しています。左のライオンには上あご、右のライオンには下あごに牙があります。ある方が所有していた2体のライオンの石像を神明社が譲り受けたものらしいです。



場所

地下鉄「いりなか駅」2番出口を西へ枳中交差点を南へ
南山教会と南山学園の間を上り坂700m右手、
または檀溪橋東50m左

詳しくは昭和区社協の昭和区情報ホームページをご覧ください。



「もばいるころん」は昭和区の情報サイトです。
<http://www.showaku-shakyo.jp/m/>



投稿王国

思い出の物の名前と
それにまつわる話

◆卒業式 青少年最優秀賞発表
息子の名が(呼ばれ)、大きな拍手 照れながら私の所之
六年間 弁当ありがとう(と言って)これ母さんに、賞状と副賞の広辞苑。
ずっと手に最高の宝物であり 思い出の品となりました。
その息子、平成二十七年十一月 七回忌でした。

H・H

高齢者はつつ長寿推進事業 はつつクラブ参加者募集

介護予防への理解を深め、自主的な活動や地域活動などを通じて地域でいきいきとした生活が送れるように支援する事業です。

- 内容：参加者の皆さんと一緒に、健康体操、音楽、外出、レクリエーションなどを実施。
- 参加期間：4月～9月 毎週1回
- 場所：下記会場から選択
- 対象：市内在住の65歳以上の方で、会場まで自分で来られる方(介護、看護等個別対応が必要でない方)

- 定員：1会場あたり23名
- 費用：無料(材料費など一部実費負担あり)
- 申込：2月10日(水)～29日(月)までに下記の昭和区社会福祉協議会へ来所または電話にて受付。

はつつクラブ実施会場

曜日	時	実施会場	曜日	時	実施会場
月	午前	白金コミュニティセンター	木	午前	広路コミュニティセンター
	午後	八事コミュニティセンター		午後	川原コミュニティセンター
火	午前	昭和スポーツセンター	金	午前	昭和区社会福祉協議会
	午後	松栄コミュニティセンター		午後	滝川コミュニティセンター



寄付のお礼

次の方々から本会へご寄付いただきました。寄付金は昭和区の社会福祉の推進に有効に活用させていただきます。ありがとうございました。

- 昭和鯉城会 様
- 尾藤 長雄 様
- 村雲女性会 様
- 名古屋昭和ロータリークラブ 様

編集委員からのひと言



- こころん着ぐるみと一緒に社協のPRをしています。 K・B
- 皆様の知りたい、伝えたいニュースに挑戦しています。 K・F
- ご近所で助け合い、安心、安全な街づくり。 N・H

社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会

ホームページ <http://www.showaku-shakyo.jp>

もばいるこころん <http://www.showaku-shakyo.jp/m>

「もばいるこころん」で検索してね。

目の不自由な方へ、この情報紙「こころんねっと」を録音したCD・点字版の貸し出しを行っています(無料)。

編集・発行 社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会
〒466-0051 名古屋市昭和区御器所三丁目-18-1
電話：052-884-5511 FAX：052-883-2231
E-mail：fukushi@showaku-shakyo.jp



お坊さんの出張法話

笑顔の輪が広がります
- 市内8施設で活動中 -

八事山 興正寺

出張法話のお問合せ

052-832-2801

興正寺

検索



広告募集 1枠1回5,000円 賛助会員は20%引 お問い合わせは昭和区社会福祉協議会まで ☎052-884-5511

発行：2016年(平成28年)2月