



ききょうだより

富士市五貫島175 介護老人保健施設ききょうの郷 内

☎5-2000

<http://kikyounosato.com/service/support.html>

担当 福地太郎

4月の移動相談会の予定

開催場所	開催日	開催時間
◆ 田子浦まちづくりセンター	平成27年 4月 6日 (月)	10:00~12:00
◆ 富士南まちづくりセンター	平成27年 4月16日 (木)	10:00~12:00
◆ 田子浦荘	平成27年 4月15日 (水)	10:00~12:00
◎ マックスバリュ (水戸島店)	平成27年 4月20日 (月)	10:00~12:00
◎ マックスバリュ (富士川成新町店)	平成27年 4月 8日 (水) 平成27年 4月22日 (水)	10:00~12:00



移動図書館ふじ号 ききょうの郷 巡回予定

平成27年4月11日 (土) 14:00~14:40

※第2土曜日

防災ひとくちメモ

富士市には

『災害・緊急支援情報キット』

という制度があります。ご存知ですか？

身体状況、主治医、服薬内容、緊急連絡先などを容器に入れて冷蔵庫保管しておきます。災害時の避難や避難生活での手助けが必要な方が事前申請できます。



申請は・・・お住まいの町内会へ

※ 問い合わせはききょうの郷窓口でもOK

千鳥町高齢者体操教室に伺いました。

千鳥町公会堂では毎月第1・第2・第3の火曜日に「千鳥の会」高齢者体操教室が開催されています。約20名の地域の皆様が集まり運動指導員さんの号令に合わせていろいろな体操をしています。ストレッチやバランス体操、筋力増強運動・・・タオルを使ったり、おじゃみや新聞紙等の日用品を活用して手軽で楽しいレク体操もいっぱい。



タオルストレッチ。皆さん柔らかい!!



足腰や臀部・腹筋の筋力アップも！
地味だけどハードな運動も皆さま楽々！



抜群のキック力を披露する「なでしこ千鳥」の皆様

本当に高齢者の団体？ と元気な皆様の姿に、普段から健康作りの大切さを実感しました。
☆お問い合わせ先：千鳥町地区民生委員、地域包括支援センター、高齢者地域支援窓口まで。

『さあ!みんなで創ろう富士南地区のふ・く・し』研修会

～ 小地域活動でお互いさまの地域づくりをめざそう ～
富士南地区まちづくり協議会 福祉部会 研修会

2月21日土曜日 富士南まちづくりセンターを会場に富士南地区まちづくり協議会福祉部会の地域ふ・く・し勉強会が開催されました。講師で静岡福祉文化を考える会 代表、常葉大学講師の 平田先生 は生活圏域の拡大に伴い変化した伝統的な地域社会のしくみとの狭間で様々な問題が表面化してきたとお話し下さいました。簡単なワークショップも交え、県内・国内など色々な地区で地域や世代を超えた意見交換や意識改革等の取り組みが始まっているそうです。



満員の会場は、平田先生の講義を真剣に傾聴