

心ふれあい SA 吹田通信 第 110 号

発行 SA 吹田事務局 〒564-0032 吹田市内本町 3 丁目 3 番 3 3 号 TEL 06-6382-1872
ホームページ <http://sa-renkyo.sakura.ne.jp/active/suita/index.htm>

介護と予防の講演会に参加して

第 1 ブロック 柏原 律子

7 月 17 日(火)午前 10 時より歌体操市民塾主催の吹田市高齢支援課の折居晶子講師が介護予防について市民会館 5 F にて講演会がありました。塾生をはじめ一般参加者を含め 28 名の参加がありました。

始めは熱中症について脱水症を防ぐため、夏場だけでなく冬場も家にいる時に出かける時にも水分補給(カフェインの含まれるコーヒー、炭酸を含んでいるもの、濃いお茶は利尿作用強いので避けた方がよい)ミネラルを含む水、麦茶、健康イオン飲料などを常に持ち歩き飲むと良いとのこと。

次に介護保険料について 40 歳以上 64 歳まで医療保険ごとに徴収され、65 歳以上の人は年金から特別徴収か普通徴収で納めます。介護や支援の認定を受けられた対象者は利用できるが認定を受けてない人(65 歳以上)は出来るだけ介護予防事業(運動器の機能向上、口腔機能の向上、栄養改善)の教室に参加や講演などを上手に利用して少しは保険料の還元と思えば……。介護が必要な場合、車イスの利用などその

相談窓口が地域包括支援センターであるので問い合わせるなど。市内には 6 ヶ所あるので自分の地域がどこの包括支援センター管轄なるか確認、説明を聞き手続きと、介護保険の申請をし、認定を受ける。介護を必要としないためにも年に 1 回必ず健康診断を受けたほうが良いとのこと。一番知らなかったことは緊急情報システムについてで

会場の半数が始めて聞いた「救急医療情報キット」。65 歳以上の独り暮らし、身体の不自由な高齢者、家族がいても長時間高齢者だけになった時に緊急で救助隊を呼んだ場合の連絡先、かかりつけの病院、血液型、

本人確認の写真、保険証コピー、飲んでる薬などを入れる筒型容器で冷蔵庫に入れて置くようになっています。その目印のステッカーを冷蔵庫の外に貼ります。これらによってもしもの時に早く情報を確認し処置も早く出来スムーズに連絡がとれ安心です。最後に吹田スマイル体操で身体をほぐし講演会が終わりました。主催されました関係者と講師に心から感謝します。



夏休みおもちゃ教室 於:竹見台児童センター

笹原義正 (高 1)

小学校の一学期修了式直後の 7 月 21 日 (土)に竹見台児童センターにて、恒例の『夏休みおもちゃ教室』を開催しました。14 時開演のところ、昼過ぎには今年一番と思われるような激しい大雨で(一時吹田は大雨警報が発令されたほど)、SA 吹田の皆さんや肝心の子ども達が集まってくれるのか心配しました。しかし SA の皆さんはずぶ濡れになりながらも定刻時間には全員が出席し、子ども達も予定は 30 人でしたが 20 人近くと思いの外集まってくれました。今回は子供達にじっくり教えることを主眼に二人一組でおもちゃひと品を扱うこととしま

した。雨で人数が少なくなったことと二人でひとつのおもちゃを丁寧にじっくり教えることの思惑がびったしはまり、子ども達は全コーナー(割りばしロケット、ひらひらコプター、ぶんぶんちょうちん、牛乳パックボート、もちつきウサギ、鳴くコケッコ)を全員が廻り、すべてのおもちゃを手にして大満足されていました。子供達が無心に辛抱強く一生懸命おもちゃを作っていたのが印象的でした。おもちゃ教室は子供達がみずからじっくり作るのが本来の姿で私たちはそれをサポートするのだから改めて知らされました。

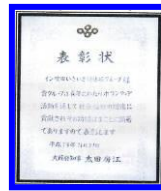


歌体操のひろがりイン吹田いきいき歌体操グループの歩み

橋本一江 (6 期)

平成 2 年大阪府地域福祉推進財団大阪老人総合センター主催による、シルバーアドバイザー養成講座の講師として、寺島龍子先生が (福祉ボランティア・歌体操) の実技と講座を担当されに来られました。平成 3 年シルバーアドバイザー養成講座寺島ゼミ修了者で、いきいき歌体操グループが結成され、大阪府下各地で「寝たきり 0」をめざした歌体操の実技、介護予防講座広がりが大きくなりました。平成 4 年 3 期修了の有志の方々が、吹田にもいきいき歌体操グループ結成の必要の検討が持ち上がり、平成 6 年 3 期の故宮脇 浩さんが発起人となり、今まで先輩の組織がありませんでした。

たので同期の方、OB の方にイン吹田いきいき歌体操の結成を呼びかけ、皆さんの賛同を得て寺島先生のご支援を頂いて会の結成の運びとなり、ボランティアグループちどり会 (原田キミ子さん) と共に吹田に於ける歌体操の拠点となり、名称は“イン吹田いきいき歌体操”が誕生することになりました。イン吹田のメンバーの構成は、リーダーの養成という事で、シルバーアドバイザー養成講座修了生で、始めましたがその後、地域で同じ目的を持ち、歌体操に対して意欲的活動をし研究会、研修会、講習会、練習会を通して勉強をしている仲間構成しています。・次号に続く・



吹田市立博物館夏季展示会参加

松森一夫 (高 2)

ピタゴラ装置, 様のからくり装置制作について初めに相談を受けたのは、前おもちゃ部会長の八木さんである。それまで、我が家の子供たちが NHK の教育番組で放送されたピタゴラスイッチを見て関心を深めはじめトリックなどもあるのでは等と思いながら頗る興味があった作品であったのでついやる気になってしまった。ピタゴラは慶応義塾大学佐藤教室が NHK の要請により佐藤雅彦教授のもと 40 余名の学生が合宿生活をしながら湘南学者で研究製作したものを NHK で再現に四日程度かけて作られたものと聞きます。したがってこの装置はピタゴラとは言えない。博物館の小山前館長は恒久的なものを望んでおられたように聞くがエコおもちゃ市民塾の小川さんの企画は一部ピタゴラのモデルを取り入れそ

の意向に沿った秀作であった。私自身は当初からテーブルワゴン程度のスペースで二三段の流れの中で繰り返される動作を表現するように心がけていたのだが、狭い舞台の中での作動演技は十種類ほどあっても、スタートからラストまで 1 2、3 秒で終わってしまう単走、連動、分裂、別々の動作は流れの中でついには一瞬に終わってしまう。フィニッシュの LED ランプが点けばほっとする。作品の作動順位は細やかな計算などでできず簡単な図面と展開図を基に現場合わせで何とかごまかし初日を迎えた。

7 月 21 日から 8 月 26 日にかけての多彩な行事の日々展示する作品は日夜没頭したとは言えぬ制作期間であったから、多小のアイデアはともかくとして一生懸命がんばりました。

心ふれあい SA 吹田福祉部活動予定

吹田市千里新田小学校 4 年生 高齢者疑似体験

日時 : 9 月 5 日 (水) 午前 10 時 20 分学校へ集合

日時 : 9 月 7 日 (金) 午後 1 時 15 分学校へ集合

担当 : 福祉部・・見並泰男

予告

心ふれあい SA 吹田活動予定表

SA吹田全般	時間	内容	担当	場所
8月10日(金)	10:00~12:00	役員会	総務	メイシアター
8月8日(水)	13:30~16:00	おもちゃ部会	笹原義正	市民協働学習センター
8月20日(月)	10:00~12:00	歌体操部会	西村秀子	市民会館5階大会議室
8月29日(水)	10:00~12:00	ブロック部会/印刷	広報	亥子谷コミセン
おもちゃづくり	時間	内容	担当	場所
8月5日(日)	11:00~16:00	夏休み・おもちゃカーニバル	笹原義正	夢つながり未来館
国際交流	時間	内容	担当	場所
		8月予定なし		
高齢者ケア	時間	内容	担当	場所
		8月はお休み	加藤昌子	グループホーム「たんぼぼ」
8月17日(金)	14:00~15:00	歌体操	加藤昌子	弘済院第2特養
8月22日(水)	14:00~15:00	歌体操	船田弘子	スローライフ千里
福祉部会	時間	内容	担当	場所
		8月予定なし		
市民塾関係	時間	内容	担当	場所
8月7日(火)	10:00~12:00	歌体操市民塾	加藤昌子	市民会館5階大集会室
8月21日(火)	10:00~12:00	歌体操市民塾	加藤昌子	市民会館5階大集会室

おしらせ

SA 通信4面下に会員の皆さんの投稿欄を設けたいとおもいます。
川柳、豆知識、一寸一言など、みなさんの投稿をお待ちしています。
掲載時に匿名を希望の方は匿名希望と記入の上本名の記入をお願いします。
田原まで。Fax 06-6389-9252

Mail: misaho-9252@k7.dion.ne.jp

会員投書箱



《編集後記》 ロンドンオリンピックの中継は深夜になり寝不足のところ、酷暑の日々が
続く毎日です「暑中お見舞い申し上げます」 (Ka)