

来て!見て!体験して!楽しんで学ぼう!

回覧

7/27(土)・28(日)
両日10:00~12:00

防災の つどい

両日先着150名

@重原市民館

ツナじゃがをつくるよ!

アルファ米を食べてみよう!

水消火器で的をあてよう!

お子さん大歓迎!
参加賞あり

参加費無料!!
雨天決行

主催

重原地区自主防災会

<https://shigeharatiku.org>





重原地区サロン

梅雨明けまであと少し、暑い夏がやってきますね。

7月のサロンは刈谷市役所長寿課の方に来ていただき、

「頭の健康チェック」をしていただく予定です。

ぜひ、来てください。お待ちしております！

日時：令和6年 7月18日（木）

13：30～15：00（出入り自由）

場所：重原公民館2階 ホール

刈谷市役所長寿課

「頭の健康チェック」を行う予定です。

お一人ずつチェックしてくれますので、ぜひ来てください!!

8月のサロンは猛暑が予測されるためお休みにします

★次回は9月19日（木）13：30～15：00の予定です

＜協力・協賛＞重原巴会・重原公民館

＜お問い合わせ先＞刈谷中部地域包括支援センター

0566-25-8283 担当：樋口

6月サロンのご報告



手品のタカケンさんに来ていただきました！
身近な物を使った素晴らしい手品と、面白い
トークで皆さんとても楽しんでいました♪



刈谷中部地域包括支援センターだより

第156号 2024年7月1日発行

刈谷中部地域包括支援センター



暑い夏の日が続くこの時期、注意していただきたいのが「熱中症」です。7月～8月は熱中症予防強化月間です。高い気温の中で長時間過ごす、体内の水分やナトリウムなどの塩分のバランスが崩れて、体温の調節機能がうまく機能しなくなることを「熱中症」といいます。

暑い夏は食欲も落ちることもあります。「栄養」への配慮も意識してすごしましょう。

後期高齢者医療被保険者証が新しくなります

8月から後期高齢者医療被保険者証が更新されます。新しい保険証は7月中旬以降に簡易書留で届きます。保険証の色は緑色に変更になります。

8月1日以降は必ず新しい保険証を医療機関等にご提示ください。ご確認ください。



<<緑色の保険証>>

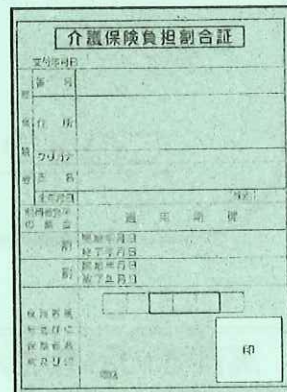
【お問合せ先】 刈谷市役所国保年金課：TEL62-1207

介護保険負担割合証の確認をお願いします

介護保険の認定を受けている方は、介護保険証とともに介護保険負担割合証が交付されています。負担割合証は介護サービスを受けた時の自己負担金額の割合を示すものです。お手元の負担割合証は7月末で期限が切れます。

7月初旬に市役所長寿課より8月からの新しい介護保険負担割合証（ピンク色）が郵送で届きます。お手元に届きましたら、ケアマネジャー、サービス事業所等へご提示ください。

介護保険負担割合は前年の合計所得金額等により決定されます。所得金額の変化があった方は負担割合が変わる可能性があります。



<<ピンク色の割合証>>

【お問合せ先】 刈谷市役所長寿課：TEL62-1013

後期高齢者の「かひやの健康」について

「人生100年時代」と言われますが、誰もが健康なまま長生きできるわけではありません。自立した生活が難しくなる原因は何でしょうか？

●刈谷市で介護・介助が必要になった人の、主な原因は？

【男性】

- 1位 高齢による衰弱
- 2位 がん、認知症
骨折・転倒

【女性】

- 1位 高齢による衰弱
- 2位 骨折・転倒

●骨折を防ぐためには？< フレイル予防 >

加齢にともない心身の働きが低下した状態を「フレイル」といいます。健康と要介護のあいだの状態で、放置すれば要介護になる危険がありますが、早期に適切な対処をすれば健康な状態に戻ることができる、とされています。

フレイルを予防するため大切なこと

- ◎栄 養（食生活や口腔機能が大切です）
- ◎運 動（適度にバランスよく体をうごかすこと）
- ◎社会参加（家から一歩でて、周りの人と交流することで負担のない刺激を受けて張りのある時間を過ごしましょう。）

この3つを意識して日頃の生活を見直すことが大切です！

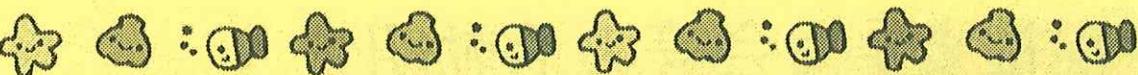
【裏面】出典：刈谷市役所国保年金課作成チラシより引用（一部改変）

高齢者のみなさんが地域で安心して生活が続けられるよう支援するための相談窓口です。ご都合にあわせて、電話や訪問など無料で相談いただけます。まずはお電話ください。

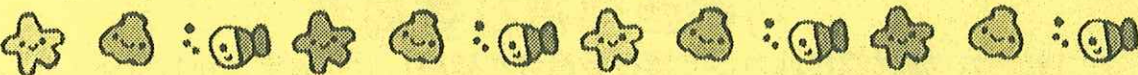
営業日：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く） 8：30～16：45

刈谷中部地域包括支援センター

Tel25-8283



中部地区社協 NEWS

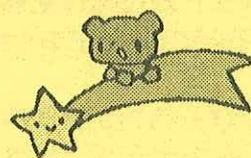
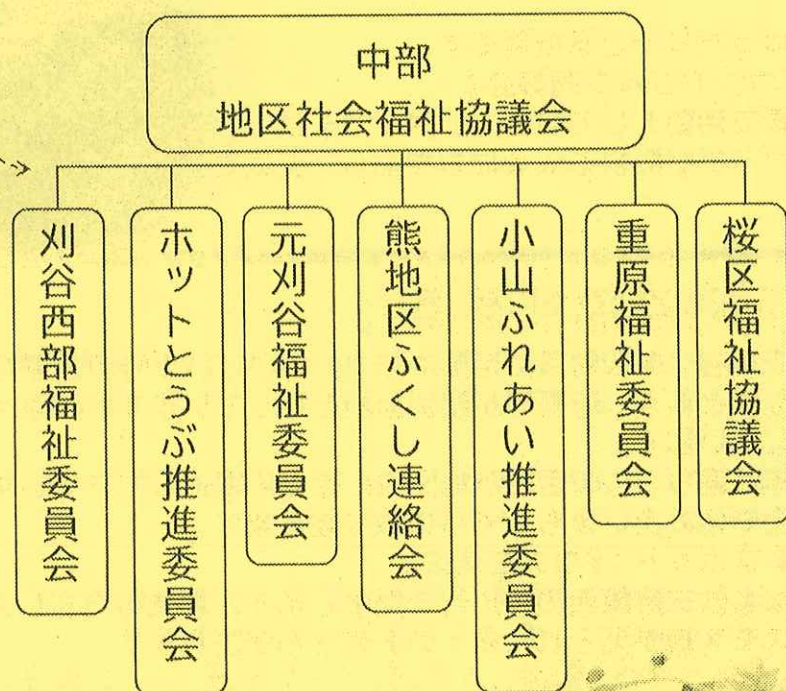


令和6年7月発行
第11号

中部地区社会福祉協議会とは？

中部地区の「福祉」活動を活性化するために、地域が抱える課題やニーズを解決するための取り組みについての情報を共有したり、地域住民同士での話し合いを支援したりするための組織です。

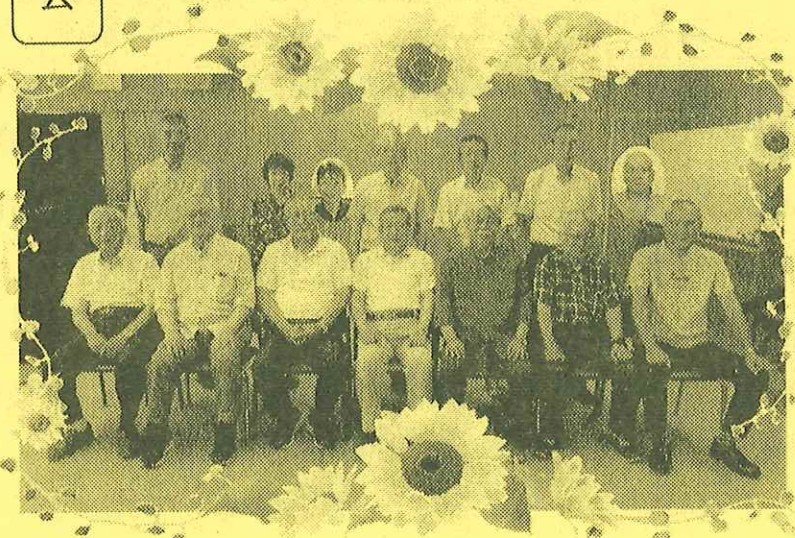
現在、7つの福祉委員会で中部地区社協が構成されています。



刈谷市と
刈谷市社会福祉協議会が
活動を支援しています。

令和6年度役員の皆さんです！

(上段左から) 見鳥様、木内様、神谷様、大庭様、藤原様、杉浦様、岡田様
(下段左から) 井野様、野村様、近藤様、面高様、大野様、磯谷様、松崎様



各福祉委員会等の活動紹介

7つの福祉委員会の活動と、各地区内のホットスポットをご紹介します！

刈谷西部福祉委員会

お宝さがしウォーキング



自治会、公民館と協力して実行委員会を組織して「お宝さがしウォーキング」を開催しています。楽しく自分たちのふるさとについて学べるイベントで、毎年内容をブラッシュアップしています。

昨年度から組長と班長で避難行動要支援者を訪問し顔合わせを行っており、昨年の避難訓練には2名の要支援者が参加してくれました。

●● 地域のホットスポット：『市原稲荷神社』

1370年程前から鎮守の杜としての歴史を刻んでいます。私たちは小さい頃から「いちばらさん」と呼んで、お詣りしたり遊んだり…。神社の境内を歩くと、いろいろなものがみつかります。何があるか、一度散歩しに来てください。

ホットとうぶ推進委員会

毎月第4金曜日の10時から、刈谷東部市民館で子育て世代を対象とした「交流サロンホットとうぶ」を開催しています。いきいきクラブ会員にも参加してもらって、子どもたちに向けて紙芝居の読み聞かせを担当していただいています。

交流サロンホットとうぶ



多世代交流もできる、のんびりゆったりできる空間です。

●● 地域のホットスポット：『グラウンドゴルフ同好会』

週1回、大手公園か東陽公園で活動をしています。メンバーは10人程。刈谷市内のいきいきクラブが集まる大会にも参加し、元気に活動しています！

元刈谷福祉委員会

「互近助の元刈谷」を合言葉に活動中です。いざという時の避難行動に特に支援が必要な方と組長、班長等が個別面談を行っています。面談時にはゴミ袋を手渡ししています。

設立して4年が経ち、この活動が地区内に徐々に浸透してきています。今まで以上に安全で住み良いまちづくりに取り組みます。

●● 地域のホットスポット：『コスモス畑』

令和6年度は名鉄三河線西の中川町で開催します。地域の有志により、毎年綺麗なコスモス畑が見られ、多くのお客さんが訪れます。

防災マップづくり



福祉委員会

とは？

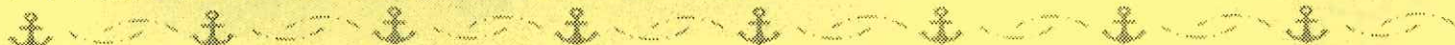
<どんな団体なの？>

「誰もが安心して暮らし続けられる地域をつくること」を

目的とした住民組織です。地域で活動している色々な団体が集まり、地域の現状や課題について情報共有しながら、その解決のために取り組んでいます。

<どんな人が活動しているの？>

自治会、公民館、民生委員・児童委員、いきいきクラブ、女性の会、子ども会、自主防災会、ボランティア団体等の方々が構成員として活動しています。



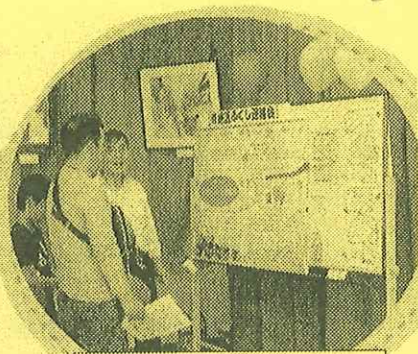
熊地区ふくし連絡会

地区内の各団体の課題解決や地区行事のより一層の充実のため、会議を開催しています。熊地区文化展でふくし連絡会をPRしたり、「目くばり・気くばり・声かけ運動」を行ったりして、支え合いができる地域づくりを目指しています。

今年度も引き続き会議を行い、誰もが地区行事に参加するために必要な取組について協議します。

●● 地域のホットスポット：『熊地区夏祭り』
輪投げ等のこどもゲームや、グラウンドゴルフ体験、消火器の操作体験等こども達を楽しめるお祭りです。また、公民館のみでなく、熊老社会、自主防災会等のふくし連絡会所属団体、中学生ボランティアなど地域のみんなで作りあげるお祭りです♪

今年度は7/20(土)開催☆



文化展でのふくし連絡会PR

小山ふれあい推進委員会

地域住民同士が交流できる場を作っています。毎年秋に公民館主催で開催している歩け歩け大会で、ふれあいブースを開設しています。

昨年度のふれあいブース内容は少年部、子ども会の意見を参考にしました。「輪投げ」と「水風船釣り」を実施して、大変盛り上がりました。

●● 地域のホットスポット：『歩け歩け大会 サイクリングロード』
片道2kmの自然に囲まれた開放的なコースで、秋の晴れた日にはとても気持ちが良いです！

今年度は11/10(土)開催☆



歩け歩け大会の輪投げブース

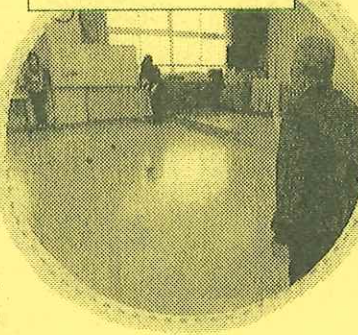
重原福祉委員会

防災に焦点を当てて活動中です。昨年度は、災害時避難行動要支援者との顔合わせを実施しました。今年度も実施予定です。また、「重原地区防災のつどい」にてポッチャ体験ブースを運営。同時に福祉委員会の活動紹介を行いました。

今年度は地域住民にむけて福祉に関する講演会を開催予定です。

●● 地域のホットスポット：『重原の三井戸』
乞井戸、佐治兵衛井戸、慕井戸の3つの井戸で、弘法大使が村人の為に杖で穴を空けると清水が湧き出たという伝説が残っています。現在残っているのは佐治兵衛井戸だけで、他の井戸は浄福寺の山門前に祀られています。お地藏さんが多いのも特徴です。お散歩ついでに見てみてください♪

重原地区防災のつどい
ポッチャブース



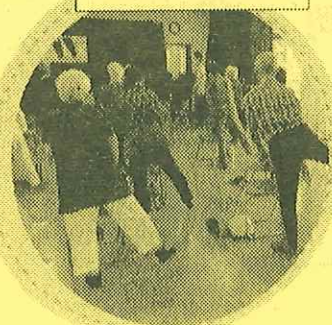
桜区福祉協議会

桜区民生委員・児童委員が中心となって運営している「さくらカフェ」(毎月第1水曜日)の運営に協力しています。また、桜区福祉協議会主催で「いきき百歳体操」(毎月第3木曜日)の運営をしています。どちらも毎回たくさんの方にご参加いただいています。

ボランティア部では、昨年度も多くの活動に参加しました。ボランティア部内の横のつながりを作るため、交流会も開催しています。

●● 地域のホットスポット：『神明公園』
こどもまつり(こども食堂)、春には花見、夏には盆踊り、冬には餅つき市民館と連携し四季折々のイベントを開催しています☆

いきき百歳体操



講演会を開催しました！

1月20日（土）に講演会を開催しました。

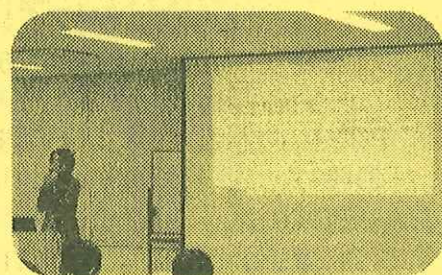
NPO法人地域ふくしサポートちたの代表理事、市野恵様を講師に招き、「取り組み事例から学ぶ、地域福祉活動について」と題してご講演いただきました。福祉委員会は、誰もが住みやすい地域づくりに資するしくみであること。福祉委員会を基盤にたくさんの住民がつながりを持ち、一丸となってどんな地域にしていきたいか考えていくことの大切さを学びました。

参加者の声

顔が見えて安心のできる関係性がいかに大切か分かった。これからも次世代につなげていく活動を続けていきたいと思った！

事例について、みんなが必要な地域をめざしてとても前向きに活動していることが分かった。できることは何か、地域のために楽しく過ごせる居場所作り、行事を工夫していきたい。

市民館をもっと有効に活用したいと思った。サロン、青少年育成のための活動もしたい！



今年度も講演会を計画しております！
またご案内いたしますので、ぜひご参加ください♪

❁ 詳しく知りたい方は下記までご連絡ください ❁

※土日祝、年末年始を除く午前9時から午後5時

中部地区社会福祉協議会 事務局（刈谷市社会福祉協議会生活支援課）

電話 070-2232-7425 FAX 0566-25-2498

MAIL seikatsu@kariyashi.jp 住所 刈谷市下重原町3-120

ブログ <https://ameblo.jp/kariyashisyakyo>

右のコードからブログへアクセスできます！



「北部・中部・南部地区社会福祉協議会のブログ」

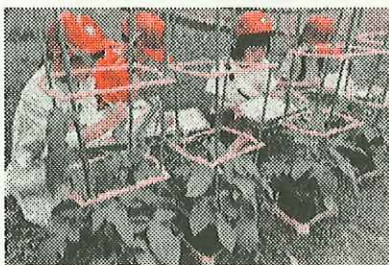


残り1か月の1学期を充実したものに

例年より遅い梅雨がやってきました。待ちくたびれた満開のあじさいが、うれしそうにみずみずしく咲いています。早いもので夏休みまで残り1か月となりました。

どの学年も落ち着いて学習に取り組むことができます。今年は運動会が秋になったため、昨年よりゆとりをもち一つ一つの学習に取り組むことができます。1年生は、アサガオを育てており、支柱を立てるほど大きく育ちました。2年生は、マイ野菜を育てています。自分の野菜に名前を付けて大切に育てています。3年生は、町の親切を見つけに校外学習を重ねました。4年生は、総合的な学習で防災について防災士の加藤さんから学ぶ授業が本格的にはじまりました。6年生は、4月以降学校の中心となり児童会活動も引っ張ってくれています。5年生は、みどりの学校を通し本物の高学年となりました。自分の役割を全うし、仲間とともに大きな行事を成功させました。また、サッカー・バスケットボールの5年生大会が行われました。残念ながらサッカー部は1、2部ともに1回戦、バスケットボール部は2回戦で負けてしまいました。しかし、あいさつとありがとうを大切にしている住吉小学校らしく気持ちのよい姿で大会に臨み、最後まで諦めずに戦い抜くことができました。バスケットボール部はまだ試合が残っています。がんばりましょう。

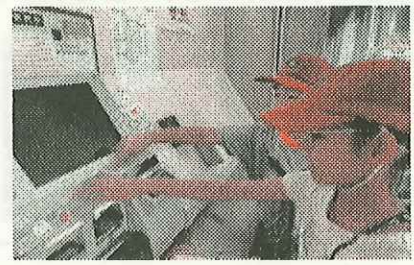
この梅雨の時期、体調を崩しやすいので、しっかりと睡眠、休養、栄養をとり、健康で過ごせるようご家庭でもご配慮ください。また、精神的にも落ち着きを欠きやすくなる時期です。お子さんの様子を注意して見ながら、話を聞いてあげたり、背中を押してあげたりと、関わる時間を大切にしていきたいと思います。1学期残り1か月を有意義に過ごしていきたいと思います。保護者の皆様のご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。



1年生 アサガオの花が咲きました



2年生 野菜の苗を植えました



3年生 町で「親切」を見つけました

5年生「みどりの学校」



仲間と協力してカレーを作りました



部屋での時間も楽しい思い出です



ハイキング。2日も好天に恵まれました

4年生が「お箏教室」に参加しました

6月7日（金）の午前、4年生が1クラスずつ音楽室で「お箏教室」に参加しました。住吉小学校の学区は、箏と尺八の名曲「春の海」の作者として有名な宮城道雄氏が亡くなった場所です。命日の6月25日は「浜木綿忌」と呼ばれ、毎年法要が営まれています。

「春の海」の実演を聴かせていただいたあと、全員が爪をつけて、箏で「さくらさくら」の演奏に挑戦しました。子どもたちは音楽の授業で見ている音符ではなく、「一、二、三」などの漢数字が書かれた楽譜を見ながら、自分が演奏する箏の音色を楽しんでいました。



〈子どもたちの振り返りより〉

- ・先生方が教えてくださったおかげで、お箏の楽しさ、難しさ、歴史について知ることができました。機会があったら「浜木綿忌」も見に行きます。
- ・「さくらさくら」を箏で弾くのは難しかったけど、よい体験になりました。今までやってきた楽器の中で、いちばん楽しかったです。

5年生大会に向けて「選手激励会」を開きました

6月14日（金）に、児童会が中心となって、5年生大会に出場するサッカー部、バスケットボール部のために激励会を開きました。選手たちは元気なかけ声と共に勇ましく入場しました。4、6年生を中心とした子どもたちの応援は、体育館が揺れるほどの大きな声で、選手たちに勇気を与えました。清水校長先生からは、「あいさつとありがとうは絶対負けないという気持ちと、『住吉魂』をもって試合に臨んでほしい」というお話がありました。



サッカー・バスケットボール5年生大会（6/15）

6月15日（土）にサッカー・バスケットボールの5年生大会が開かれました。5年生にとっては初めての市内大会でした。

日頃の練習の成果を発揮し、最後まであきらめずにプレイすることができました。

