

しあわせ ネットワークなか

中区の福祉・介護・
ボランティアの情報紙

第
80号



来て見て体験!「はつらつクラブ」はこんなところ★ Q&A

♥名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業「はつらつクラブ」は、名古屋市の介護予防事業の1つで、65歳以上の名古屋市在住の方を対象に実施しています。今回は、区内の皆様にもっと「はつらつクラブ」を知ってもらいたいと思います。ご興味を持たれた方はぜひ一度お問合せください!

Q1 あまり聞いたことがないけど、
誰がやってるの?

A1 名古屋市の介護予防事業の一つで、中区社会福祉協議会が受託して運営しています。

Q2 いつどこでやってるの?

Q2 区内に8会場あり、そこから1会場を選択していただきます。選択いただいた会場に、毎週1回2時間、同じ曜日と時間に通うことで介護予防の習慣が身に付きますよ。参加の期間は6か月間で、10月から後期が始まりました!追加で募集している会場もあるのでお問合せください!



只今、参加者追加募集中!

問合せは、中区社会福祉協議会

TEL:052-331-9951

Q3 何をやってるの?

A3 健康体操や脳トレ、音楽、外部講師の講話、ボランティア活動など、毎週違った内容で行っています。その中からご自分に合った介護予防の方法が見つかるように、皆さんに広い分野で体験していただくことを目的にしています。

Q4 まだ自分は早いと思うけど、、、
どんな人たちがいるの?

A4 写真のような皆さんです!名古屋市在住65歳以上で会場までご自身で来ていただける方であれば、どなたでもご参加できます。電話一つで見学体験もできますよ!

Q5 おすすめポイントは?

A5 はつらつ参加者の皆さんの特技や好きなことを活かした活動も応援しており、友達作りにも好評です!最近様々な部活を作って少人数でも楽しんでいます。(会場以外の自主的な活動になります)



毎週色々学べて、仲間作りもできてイイね!一度体験してみようかしら?

ボッチャ部



マジック部



カラオケ部



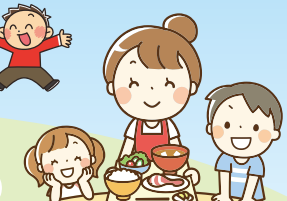
まだまだ載せられない活動がたくさんあります!皆さんで楽しく過ごしましょう!



こども食堂



中区内 子ども食堂



こども食堂@なかぶん

会場	中文化センター
日時	第3土曜 11:30~
主催	子ども食堂なかぶん@ボランティアの会 子ども食堂なかぶん

いただきますんぷく食堂

会場	松原コミュニティセンター
日時	第2土曜日 11:30~
主催	一般社団法人 aichikara ☎717-0154

こども食堂グーチョキパー

会場	ニチエイ調理専門学校
日時	年5回(不定期) 14:00~
主催	一般社団法人 愛知県調理師会 ☎913-5271

大須こども食堂

会場	橘コミュニティセンター
日時	第3日曜日 10:00~
主催	大須こども食堂実行委員会 大須こども食堂

地域食堂おいまつ

会場	天理教 本宏分教会
日時	月1回(不定期)
主催	地域食堂おいまつボランティア 地域食堂おいまつ

こども食堂・なか

会場	中区在宅サービスセンター
日時	夏休み、冬休み期間に年15回
主催	NPO法人名古屋おやセンター ☎205-8881

※詳細は、各主催者へ電話でお問い合わせ、またはフェイスブックをご覧ください

第4次中区地域福祉活動計画がまとまりました!



平成30年4月から、中区にお住まいの方や関係機関の方に参加いただき、中区の地域課題を地域の中でどのように解決していくかについての協議をかさね、このたび、基本理念を「みんながつながり笑顔ひろがる まちづくり」とする、令和元年度から令和5年度までの5か年計画がまとまりました。

ただいま、この計画の実現に向けた推進チームメンバーを大募集中です!

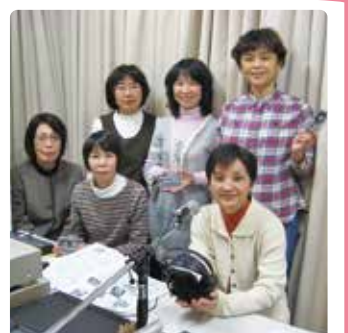
問合せ 中区社会福祉協議会 ☎331-9951

ボラネット なかまんが通信



「パンジー声の文庫」

こんにちは。パンジー声の文庫です。私たちは「広報なごや中區版」と「しあわせネットワークなか」の音訳版を作成しています。結成されて25年、本格的な活動開始からは22年が過ぎようとしていますが、当初のカセットテープを使っの作業から、現在は全てコンピュータによる作業へと移行しました。それでも常にわかりやすい読みを心掛け、誤解を与えない伝え方を工夫することはずっと変わらず、メンバー全員で大切にしています。これからもより良い音訳を届けられるよう、切磋琢磨していこうと考えています。



10月1日から赤い羽根共同募金運動がはじまります！

平成30年度の募金実績総額は8,028,293円でした。お寄せいただきました総額の約8割を中区の福祉のために、約2割を愛知県内の社会福祉施設の整備や団体の事業に使わせていただいています。



平成30年度赤い羽根共同募金 大口寄付者 <掲載基準>法人・職域・その他募金7万円以上

東郷産業株式会社	株式会社中日新聞社	一般財団法人坂文種報徳会
株式会社エスティケー	福田線材株式会社	きまぐれ喫茶
株式会社大丸松坂屋百貨店	株式会社コアズ	名古屋市役所職員一同
愛知県庁職員一同	愛知県警察本部職員一同	(順不同)

前津福祉会館 プラット 時間ができた。ソウダ!!福祉会館へ行こう

福祉会館は、名古屋市内にお住まいの60歳以上の方がいきいきとしたシニアライフを楽しむための施設です。

10月・11月の
主な行事

- 前津福祉会館利用者の発表会(どなたでも見ることができます) *無料
 - ①「演芸大会」：10月29日(火)9:30～15:25
 - ②「作品展」：11月21日(木)終日、22日(金)14:00まで(*バザーも開催)
- きてみて講座(申込不要の自由参加講座) *無料

10月			11月		
26日(土)	14:00～15:30	歌おう会 みんなで歌おう青春の歌	28日(休)	10:30～12:00	シナプソロジー脳すっきり体操
30日(火)	14:00～15:00	津軽三味線演奏会	29日(金)	13:30～15:00	歌声喫茶 昭和の懐かしいあの歌を歌おう
30日(火)	10:30～12:00	ミュージックサーフィン(音楽体操)	30日(土)	14:00～15:30	健康体操 骨格と貯筋しましょう
3日(木) 10日(木) 17日(木) 31日(木)	14:00～15:30	月替わり体操	7日(休) 14日(休)	14:00～15:30	月替わり体操
24日(休)	14:30～16:00	きてみてヨガ体操	28日(休)	14:30～16:00	きてみてヨガ体操

*詳しくは、館におたずねいただくか、ホームページをご覧ください。

前津福祉会館の利用案内	
開館時間	月～土曜日 8:45～17:00
休館日	日曜日・祝日・年末年始
ホームページ	http://maedufukushi.shichihuku.com/
電話	262-1869 (ファックス) 242-5761
利用申込	福祉会館を利用するには、利用証が必要です。市内の福祉会館16館を利用できる利用証を発行しますので、中区のご住所を確認できる免許証または健康保険証などをご持参ください。



前津児童館 じどうかんは子どもみんなのあそびばしょ 電話262-6299

- 「フリーマーケット」
開催日時：10月26日(土) 10時～12時
マタニティ用品や子ども用品が出品されます。すぐに使えるものが見つかります。

- 「こどものまち まえづ」
開催日時：11月30日(土)・12月1日(日)
子ども実行委員がまちの仕組みやルールを決め、当日の参加者とともにまちを創っていきます。このまちを通して自由な発想や自主性が芽生え、自分たちの思いを実現する力を育てていきます。サポートをしてくださる大人も募集しています。ご興味のある方はぜひ児童館へご連絡ください。

*ほかにもいろんな行事を開催予定。詳しくは「児童館だより」をご覧ください。



所在地 〒460-0011 名古屋市中区大須四丁目15-15 (1・2階：福祉会館／3・4階：児童館)
*地下鉄上前津駅①番出口後方、万松寺東の信号を東へ約130m (前津中学校南)

寝具クリーニングサービス事業

ご自分で布団を干すことが困難な方に寝具クリーニングをおこないます。
*布団のお預かりからお届けまで7～10日間程度必要なため、希望者には代替え布団(掛布団・敷布団のみ)を無料貸出します。

対象：中区在住で下記のいずれかに該当する方 60名

- 75歳以上の一人暮らし高齢者 ●65歳以上の寝たきり高齢者
- 障害者手帳をお持ちの方または指定難病の方

内容：掛布団・敷布団・毛布の丸洗い

*組み合わせ自由で一人合計3枚まで

*毛布のみ、真綿(絹)布団、こたつ布団、マットレスなどは不可

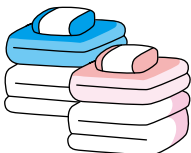
料金：枚数に関わらず一人1,000円

実施予定時期：1月中旬～2月中旬

申し込み：11月1日(金)～29日(金) 平日の9:00～17:00

(定数になり次第、締め切らせていただきます)

問合せ先：名古屋市中区社会福祉協議会 電話 331-9951



中区いきいき支援センターからのご案内

いきいき支援センターは、いつでも住み慣れた地域で暮らせるように、健康・福祉・介護などのさまざまな観点から高齢者を支える機関です。認知症に関するご相談や認知症高齢者を介護するご家族の方等を支援する事業を行っています。お気軽にご相談ください。

『楽しく学ぶ成年後見制度』

中区いきいき支援センターでは、認知症など判断能力が低下した際の支援のひとつ「成年後見制度」を楽しく学べる講演会を開催します。ご自身やご家族が認知症になった場合の将来に向けた備えを始めましょう。

●開催日：令和元年10月24日(木)14時～15時45分

●会場：大須演芸場(中区大須2丁目19-39)

●申込み：申込み不要。直接会場にお越しください。

定員/150名

*詳細は、中区いきいき支援センターまでお問い合わせください。

電話：052-331-9674

「介護まつり in なか 2019」が開催されます! (入場無料)

いい日、いい日の11月11日は、「介護の日」です。

「介護まつり in なか 2019」は、介護に関する関心と理解を深めるとともに、介護従事者や介護サービスのご利用者及び家族等の支援、地域における支えあいや交流の促進のため、事業者や関係機関・団体等が一堂に集まります。

今年は「体験しよう!」をテーマに、盛りだくさんの内容で皆様のご来場をお待ちしています。スタンプラリーも実施します。

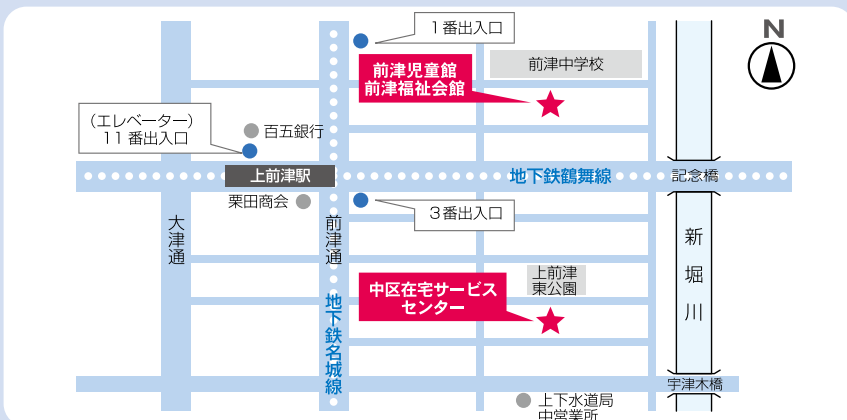
○開催日時：令和元年11月10日(日)、9時30分～16時

○開催会場：中区役所ホール、
中区役所6階特設会場および3階中保健センター

○企画内容(予定)：

中区役所 地下2階ホール 9時30分～ 16時00分	【第1部】9時30分～映画上映(入場無料) 「ぼけますから、よろしくお願ひします」 80代後半で認知症になった母と、95歳で家事と介護を担う父の姿を、葛藤しながら離れて暮らす娘の視点で映し出す。長年連れ添ってきた両親の日常を映し出すドキュメンタリー映画です。 【第2部】13時30分～「のどじまん in なか」 介護サービスをご利用中のみなさんによるのどじまを開催!中区広報大使のアイドルグループ「OS☆U」メンバーも来演予定。ドクターズバンドによるバンド演奏もあります。みんなが「元気」をもらい、わかちあえる企画です。
中区役所6階 特設会場 10時00分～ 15時00分	【常設ブース】 今年は「体験しよう!」をテーマにハンドマッサージや認知症バーチャルリアリティ体験、来年開催されるパラリンピック正式種目のボッチャを体験できます。その他、介護・医療の各相談コーナーも充実、区内の介護事業者サービスも紹介します。 【特設ブース】 シルバー人材センター会員による演芸、医師会によるかかりつけ医に関する講演、区内で活躍するダンスグループによるフラダンスを披露します。
中区役所3階 保健センター 10時00分～ 15時15分	介護予防はまず健康づくりから 【催し物】 10時00分～ 「中区8020表彰式」 13時30分～ 親子向け健康づくり体操 14時30分～ 成人向け健康づくり体操 【常設ブース】 健康チェック(握力・血圧など)を実施。

共催：中区介護保険事業者連絡会、中区はち丸在宅支援センター、中区社会福祉協議会



中区社会福祉協議会(略して「中区社協」)は、「地域福祉の推進を図ることを目的とする団体」(社会福祉法第109条)として、昭和26年に発足、平成6年4月に社会福祉法人となり、平成13年8月に中区の地域福祉の推進拠点として、「中区在宅サービスセンター」を開設し、様々な地域福祉活動の実施・支援を行っています。

問合せ先

〒460-0013 名古屋市中区上前津二丁目12番23号
中区在宅サービスセンター内

電話 (052)331-9951 FAX (052)331-9953

ホームページ <http://www.nakaku-shakyo.jp> Eメール nakaVC@nagoya-shakyo.or.jp

社会福祉法人 名古屋市中区社会福祉協議会

あたたかいご寄付をいただきありがとうございました。

(平成31年4月1日～8月31日受付分)

●名古屋ヤフルト販売株式会社 様