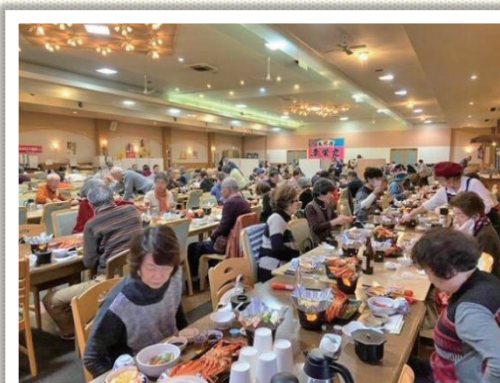


高齢者いきいき事業 バスツアー大盛況！ 塚口西連協

12月22日（水）、塚口西連協主催のバスツアーに96名が参加、コロナウイルス感染対策として3台のバスに分かれて香住にある余部鉄橋^{あまのへ}に向け出発しました。余部鉄橋は昭和61年の列車転落事故後、コンクリートの橋^{きょうりょう}梁に架け替わり、記憶を風化させないために橋の一部を残し展望施設の「空の駅」として公開されています。この日はあいにくの空模様でしたが、ガラス張りのエレベーターで40メートルの高さを上ることができ絶景を楽しみました。見学後はお楽しみ「カニ料理」のフルコースに舌鼓をうち大満足。帰りの車中ではビンゴゲームに盛り上がりました。

遠出ではありましたが、全員無事帰途に着きました。新型コロナウイルス感染拡大の影響により人との交流がままならない中、親睦を深め、心身共にリフレッシュができたバスツアーは大盛況となりました。



七松小学校の見守り活動と防犯会議 堂松南連協

七松小学校の見守り隊の発足は、平成13年に大阪で起こった児童殺傷事件がきっかけでした。大人の目が常にどこかにあることが犯罪抑止力に繋がるとの思いから、これまでずっと通学路の見守り活動を続けてきました。

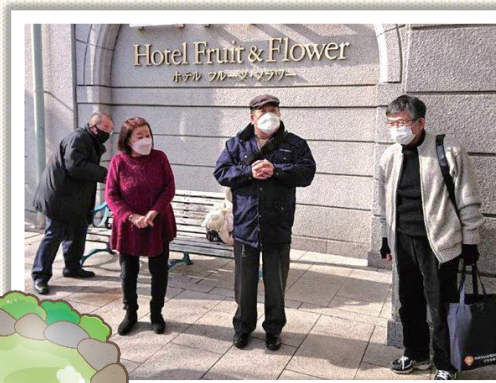
そして、同じく続けてきたのが防犯会議です。コロナの影響で年1回になりましたが、例年は2回、七松小学校で、学校・保護者・町会等の地域の方々が集まり会議を催してきました。南警察署からも交通事故状況や子どもの犯罪被害防止の話を伺い、日々の活動に活かしています。これからも地域全体で子どもを守るという意識を常に持ち、見守り活動に励んでいきます。



新年会 生島連協

1月15日（土）、消毒・マスク等感染防止対策をして神戸のホテルで新年会を開催しました。当日は暖かく晴天に恵まれ、山林の澄み切った空気と絶景に迎えられてバスを降りました。金泉露天風呂や打たせ湯温泉では心身ともに癒されました。

次年度の抱負に燃え「楽しく・仲良く・助け合う」をモットーに一層の絆が深まった有意義な一日でした。



「ふれあいサロン北町」 塚口本町連協（塚口北町福祉協会）

高齢者が気軽に集える場所として「ふれあいサロン北町」が平成29年12月に設立されました。地域の親睦を図り友達の輪を広げる場所を提供することにより、高齢者の引きこもりや孤立を防止することを目的に「頭と身体の健康づくり・参加者相互の親睦」として以下のことをしています。

- 1 お茶を飲みながらの談笑
- 2 時にはいきいき体操の実施
＊介護予防運動（スポーツ振興事業団による）
- 3 たまには勉強会の実施
＊おいしく食べよう健口^{けんこう}体操（歯科衛生士による）
- 4 その他（クリスマスプレゼント交換会など）



毎週木曜日 午前9時～、北町福祉会館にて
お問合せは社協立花支部 ☎6427-7770 まで



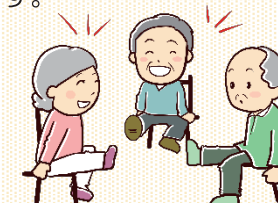
毎回楽しみな「いきいき百歳体操」 富松連協

【いきいき百歳体操富松三丁目会】です。毎週月曜日午前10時から、東富松会館で開催しています。三丁目の在住者で始めましたが、友人や知り合い等口コミで広がり、参加者は10名を超えました。

ふれあいサロンも併設し、水分補給をしながら、近況報告など話が盛り上がっています。併せて「かみかみ百歳体操」も実施しています。

毎回ほぼ全員が参加し、体操に来ることが楽しみで30分前から開館を待っている方もいらっしゃいます。

お問合せは
社協立花支部 ☎6427-7770 まで



けんこう「健口教室」を開催しました 生島南連協

生島南連協では、いきいき百歳体操とふれあいサロンを毎週立花センチュリーホールで実施しており、2月3日にコロナ対策を十分講じながら美味しく食べよう健口教室を開催しました。講師として歯科衛生士の中川由美子先生からお話をいただき、口の機能について、噛む力や飲み込む力の大切さ、虫歯菌や歯周病菌による誤嚥性肺炎や認知症などの病気が起こりやすいこと。それを予防するためにはよく噛んでおいしく楽しく安全に食事をする、口腔体操で口を鍛えるなど、「健口」の秘訣7か条を日頃から実践することなどの

講義を受けました。また、市からの委託で活動する自主グループの『噛むカムクラブ』のメンバーと、テーマ曲の「歯喜(しき)の歌」を全員で合唱しました。

今後とも日常の運動・社会参加に努めるとともに栄養にも気を付け、歯磨きなどの歯・口のケアや口腔機能を保つための体操が重要であると思いました。

