

幸町地区 社協だより

(幸町地区社会福祉協議会)

第28号

(令和6年3月31日)

幸町地区社会福祉協議会

責任者 飯塚 定男

印刷：第二啓生園印刷部



幸町地区社会福祉協議会 会長 飯塚 定男

幸町地区の皆様には、私共、社会福祉協議会の活動にご協力、ご支援を賜りまして心より厚く御礼申し上げます。

今年は、コロナも第5類となり、各種の規制もコロナ以前に戻ってまいりました。

私たちの活動は、お陰様ですべての予定行事を開催することが出来ましたことは、ひとえに皆様方のご協力のおかげと心より感謝申し上げます。

16年目を迎えます、介護予防体操“ハッピークラブ”は毎月2回開催しておりますが、発足以来参加している元気な高齢者の方も数人居られます。常時40人ほどの元気な高齢者の方、汗を流し、会話を楽しみ最後はゲームを楽しみ帰られます、男性の方の参加も増えております、さらなる皆様の加入をお待ちしております。お陰様で3月には「400回」を迎えました。これからも、500回、600回を目指して頑張ってまいります。

地域活動も、民生委員の皆様のご協力の下、地域の巡視、小学校1年サポータ、高齢者の方の見守り等、活動を重ねております。

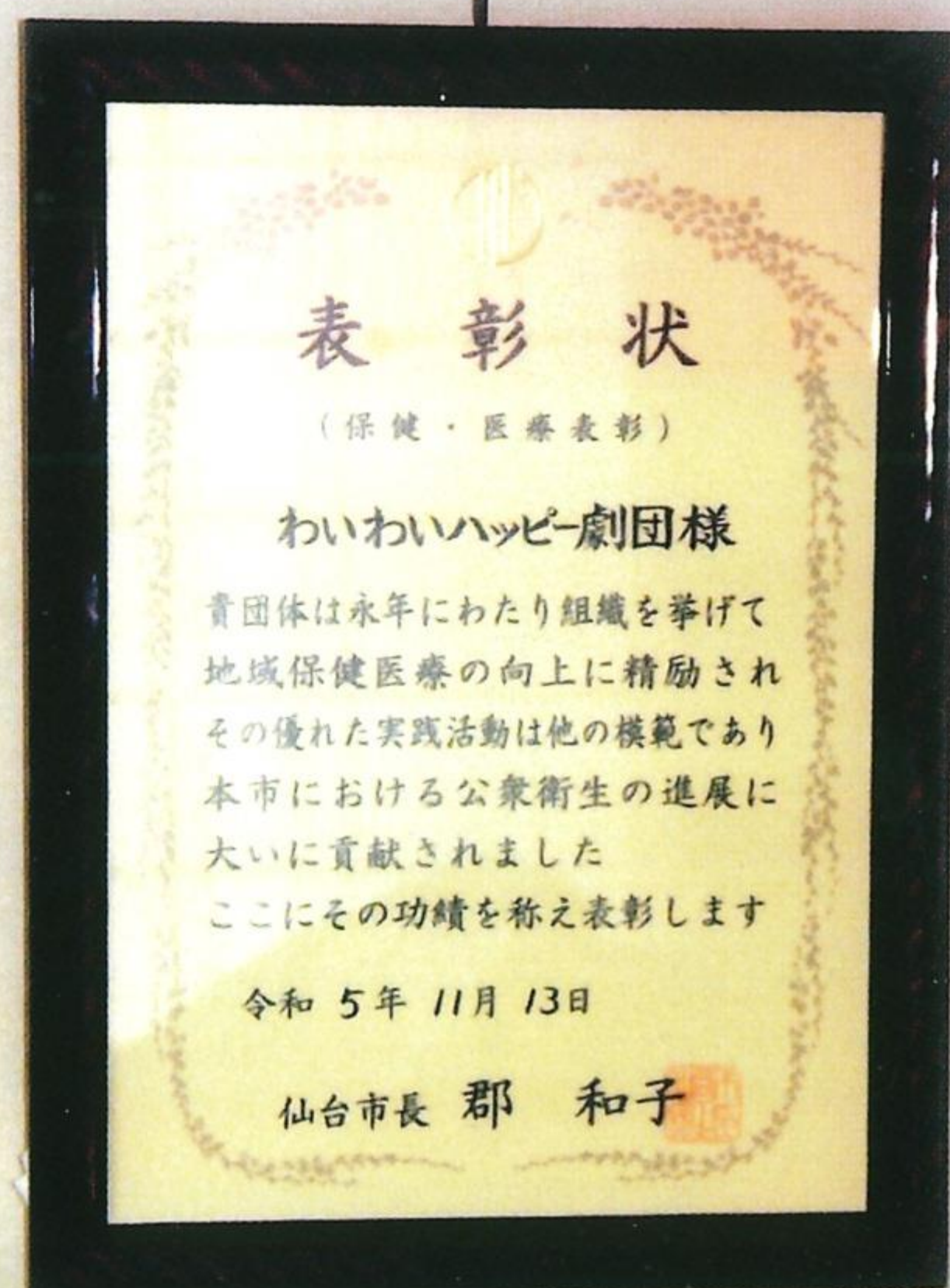
ワイワイハッピー劇団もはや11年目を迎えました。幸町南小学校、幸町小学校、耕江小学校、幸町中学校、新たに鶴ヶ谷小学校も開催致しました。

地域からの要請は、西多賀地区、紫山地区、桂地区、泉区民児協より、民生委員研修会として、泉ロイヤルホテルで公演をして、大変ご好評を頂きました。

活動が認められ、仙台市より功績をたたえられて表彰状を頂きました。また、郡和子仙台市長との対談も行われました。詳しくは、4～5月号の市政だよりに掲載予定です。

コロナ感染症もまだまだ警戒が必要です、充分注意をされ健康な日々を送ってください。

地域の皆様の益々のご健勝をご祈念申し上げごあいさつとさせていただきます。





地域の中の学校として

仙台市立幸町中学校 校長 大平 和典

令和5年度がまもなく終わろうとしています。時間（とき）の流れは想像以上に早く、この1年間もあっという間に過ぎ去ったように感じます。そのような中、学校は保護者の皆様や地域の皆様に日々支えていただきながら、生徒にとって大事な「一瞬」を繰り返してきました。

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策の移行措置に伴い、これまで制限していた行事や活動などを少しずつ元に戻していきました。例えば、昨年度1泊2日だった修学旅行や野外活動を2泊3日にしました。また、中総体では全校応援を復活させ、文化部の生徒や部活動に所属していない生徒を中心に、野球やバレーボールの試合会場で直接応援を行いました。さらには、校内合唱コンクールを電力ホールで開催するとともに、昨年度は各学級1曲のみ演奏していたものを、今年度は、課題曲と自由曲の2曲にしました。地域内の活動も少しずつ幅を広げ、ボランティア部が幸町児童館で放課後児童クラブの手伝いをさせていただくなど、これまでになかった取組を実施しています。

これらは、「これまでの中学生が経験し、感じてきたことを今の中学生にも経験させ、感じさせたい」という思いがあって実現したものです。もちろん、多くの方々にご理解とご協力をいただいたことは言うまでもありません。

子どもたちは、家庭でしつけられ、学校で学び、地域で育ちます。子どもたちの育ちの場が地域であるからこそ、学校は「地域の中の学校」であるべきだと思います。昨年12月に本校で行った学校運営協議会では、「地域が学校のためにできること」というテーマで委員の皆様（地域の方々）からたくさんのご意見をいただき、生徒一人一人をあたたかく見守ってくださる気持ちが伝わってきました。同時に、学校も「地域と共に歩む」という視点を持ち続けることが必要であると実感しました。

令和5年度の取組を軸にしながら、次年度以降も、保護者の皆様や地域の皆様とともに、子どもたちの育ちの場である地域を大切にしながら、「地域の中の学校」として何ができるのか考えていかなければならないと思っています。



地域の皆さまと一緒に高齢者の暮らしを支える 小松島地域包括支援センターです

フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう

健康寿命って何？

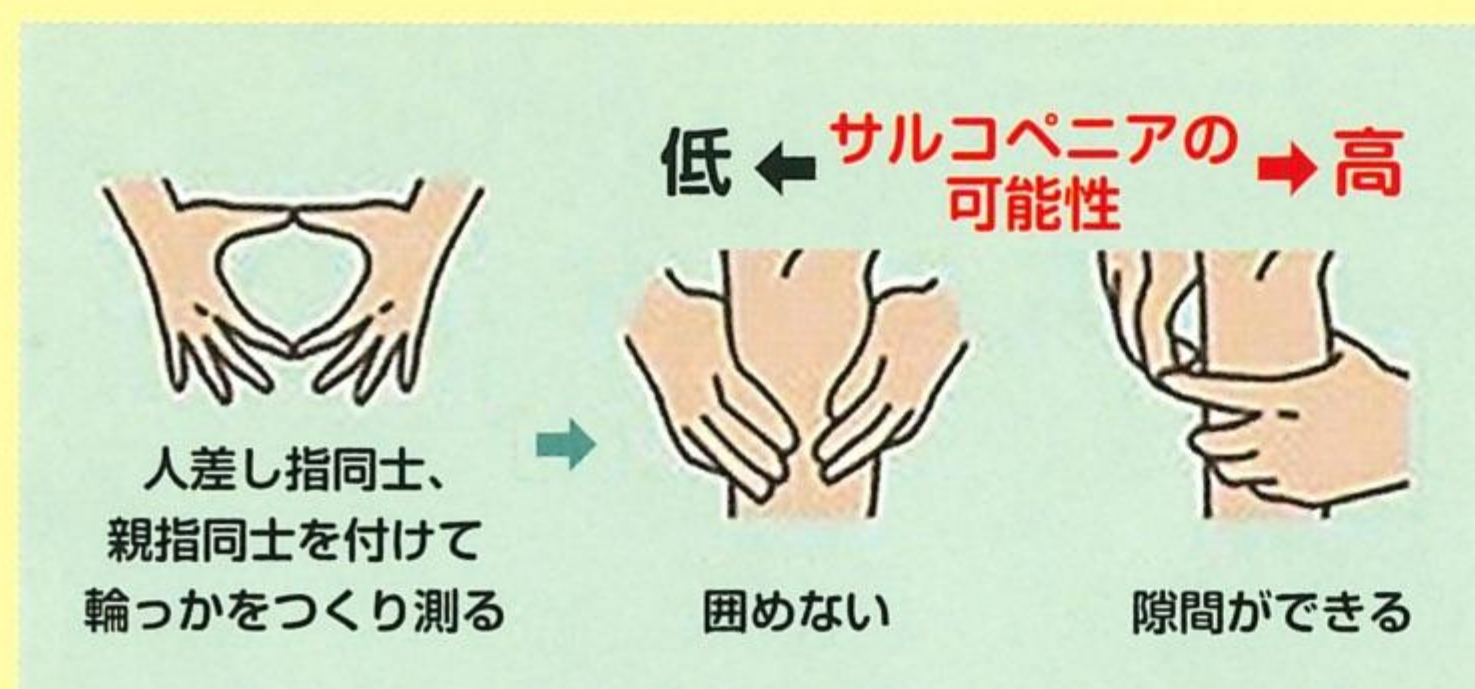
日常生活で介護を必要としない期間を「健康寿命」といいます。しかし、日本では「平均寿命」と「健康寿命」の間には約10年の開きがあります。大切なのは、この健康寿命を延ばすことです。

フレイルって何？

今まで健康だったのに、年とともに活動能力がじわじわと低下していくのが**フレイル**です。家に閉じこもり、一日中テレビを見ていたり、食事を抜かしてみたり誰かと話すことが少なくなっておりませんか？

フレイルの兆候に早く気づき、生活習慣を改善していけば、健康な状態に戻ることができます。

「指輪っかテスト」でフレイルの要因になる**サルコペニア**（筋力が減少・減弱した状態）の危険度をチェックしてみましょう。



指輪っかテストの仕方

- ① 図のように両手の人差し指と親指で輪っかをつくる。
- ② 利き足でないほうのふくらはぎの、いちばん太い部分を力を入れずに軽く囲む。
- ③ 「輪っかにすき間ができる」場合は筋力が減少している可能性が高いと言われています。

皆さんはいかがでしたか？ラジオ体操をしたり、テレビのコマーシャル中に足踏みをするなど、身体を動かす習慣をぜひつけて健康寿命を延ばしましょう。

相談は無料です。
お気軽に
お電話ください。
私たちが
お待ちしております。



小松島地域包括支援センター 電話 022-233-6954

がらくら放課後クラブ 今年も沢山の共同募金を頂きました



泉区民生委員研修会 泉ロイヤルホテルでの公演



お食事会 プロの腹話術公演 皆で大笑いしました



幸町中学校2年生 認知症劇



幸町小学校区で活躍されている民生委員・児童委員の皆さんです。社協での活動も御協力を頂いております。



小野田二三男会長



秋田泰己副会長



横須賀由美子委員



中根洋子委員



木村敬二委員



吉田京子委員



菅野かつ枝委員



今野明美委員



鈴木初美委員



中野亨委員



藤島久恵委員



畑中玲子委員



伊藤里美
主任児童委員



三浦正幸
主任児童委員

編集後記

昨年も異状気候大変でした。
果たして今年はどうかな？
サンマ大漁だとイネ！



特別賛助会費

(一口千円) につきましては、昨年10月にお願いいたしましたところ、123名の方々にご賛同を賜りまして総額193,000円の多きに達しました。

ご賛同賜りました方々の御芳名は次の通りです。(順不同、敬称略)

ご氏名	町内会	ご氏名	町内会	ご氏名	町内会	ご氏名	町内会
阿部 晃	幸町第一	今野 明美	二の森西	小野田 二三男	幸町西	渡辺 康子	千刈田
加藤 幸雄	〃	星内科小児科医院	〃	小野田 敏江	〃	敦賀 誠	〃
飯塚 定男	〃	畑 中 實	〃	永沼 みゆき	〃	佐藤 さつき	〃
飯塚 節子	〃	富士原 利武	〃	大瀧 紀彦	〃	櫻井 秀美	〃
遠藤 久司	〃	戸田 光	〃	大瀧 ツネヨ	〃	中野 亨	〃
遠藤 美子	〃	森 光子	〃	佐野 明夫	〃	中野 弘美	〃
鈴木 り恵	〃	石川 勢津子	〃	佐野 理恵子	〃	千田 ひで子	幸町公団
オードリー	〃	東海林 一	〃	松木 恵美	〃	石川 ケイ	〃
中林 美津子	〃	菅野 嘉友	幸	山内 則義	〃	佐々木 君子	〃
阿部 裕子	〃	菅野 たい子	〃	大久保 次郎	千刈田	笹森 洋一	〃
櫻井 栄	〃	鈴木 恵子	〃	三浦 正幸	〃	佐々木 美智	〃
庄子整形外科医院	〃	吉田 昭雄	〃	井上 みよ子	〃	森田 耕二	〃
橋浦 嘉代子	〃	吉田 京子	〃	柿崎 チズエ	〃	中根 定幸	〃
大山 孝	二の森西	赤崎 全慶	〃	菅野 かつ枝	〃	中根 洋子	〃
専田 迪子	〃	小笠原 幸子	幸町西	齋藤 佳子	〃	藤田 善六	〃
木村 敬二	〃	高橋 幸枝	〃	村上 哲也	〃	柏 実	〃
鹿野 修	〃	牧野 民治	〃	山田 功市	〃	菅原 貴美枝	〃
木村 芳博	〃	阿部 良子	〃	斎藤 カヨ	〃	稲田 富美男	〃
鈴木 誠	〃	郡山 影三	〃	白簾 万利	〃	稲田 祐子	〃
木皿 静夫	〃	郡山 とみ子	〃	石川 貞子	〃	横須賀 由美子	幸町三丁目
高橋 時勝	〃	阿部 次郎	〃	倉橋 辰也	〃	櫻井 富男	〃
今野 慎一	〃	阿部 正子	〃	渡邊 トワ	〃	櫻井 美枝子	〃

ご氏名	町内会	ご氏名	町内会	ご氏名	町内会	ご氏名	町内会
百々 むつ子	幸町三丁目	坂入 寿美子	朝日プラザ	黒川 あや子	朝日プラザ	氏家 千賀子	朝日プラザ
板垣 智賀子	〃	佐藤 宏行	〃	佐々木 勇三	〃	菊地 美津子	〃
品川 幸一	幸町中央	秋田 泰己	〃	遠藤 禮子	〃	高橋 昭子	〃
小松 正美	〃	大橋 節子	〃	高嶋 総太郎	〃	三浦 香織	〃
畠山 ツヨ	〃	相馬 佼	〃	大竹 裕二	〃	武田 たね子	〃
澤口 哲夫	〃	藤井 克郎	〃	秋月 倫子	〃		
澤口 松江	〃	小笠原 博	〃	萩澤 里子	〃		
加藤 明夫	〃	畠山 孝幸	〃	大久保 ひろ子	〃		
酒井 正則	朝日プラザ	水島 富士夫	〃	大内 利通	〃		
坂入 幹雄	〃	水島 京子	〃	氏家 優	〃		

令和5年度

幸町地区社会福祉協議会会費

幸町地区社会福祉協議会会費 542,900 円
特別賛助会費 193,000 円
幸町地区共同募金 365,690 円

皆様方のご協力
ありがとうございました。

