

すずがみね

[発行] 鈴が峰地区社会福祉協議会
 広報紙編集委員会
 TEL&FAX 209-0331
 Email suzugamine-shakyo@nifty.com



椿咲く春の訪れ

「花椿」「落椿」は春の季語とされています。
 日本では古くから愛されており、万葉集にも登場するそうですよ。
 茶道の世界でも好まれ、「茶花の女王」の異名をもつほど。
 花言葉は「理想の愛・謙遜」
 艶やかさと慎ましさをあわせもつ、不思議な魅力にあふれた花です。

寒い日がまだ続きますが、着実に春は訪れています。

「わがまち鈴が峰で元気に生きよう！」講座

知っておきたい眼の話 & 三味線演奏会

開催しました！

3月2日(土)に鈴が峰会館にて「知っておきたい眼の話&三味線演奏会」を開催しました。このたびもなんと100名以上の方が参加してくださいました！

第一部は「三味線の音色♪」と題し、音楽を楽しむ会です。民謡三味線奏者の藤本喜祐也さんをお招きし、名残雪を吹き飛ばす明るい演奏をみなさんとともに楽しみました。

第二部は、みやた眼科院長の宮田章先生をお招きして、講演「高齢者に知ってほしい眼の話」を行いました。加齢とともに視機能も衰えていきます。「要介護まではいかないけど…健康ではない…」このような眼の状態を「アイフレイル」と言うのだそうです。視機能が低下すると、認知機能が低下し、外出が少なくなり、身体機能も落ちていきます。「アイフレイル」を予防し、健康寿命を伸ばすことが大事！低栄養やストレスなどもアイフレイルを引き起こす原因の一つだそうです。みなさん、しっかりとごはんを食べて、仲間とともにストレスを発散して、元気な眼で過ごしましょう！



アイフレイル自己チェック

アイフレイル自己チェック

アイフレイルチェックリスト Ver. 1.1 (2023年11月改訂)
 いくつかの項目について軽微な表現を改定し、信頼性、妥当性のさらなる向上を図り

2つ以上当てはまった人はアイフレイルかも？

ふれあいサロンのお誘い (きっと何かに出会えるはずです)

鈴が峰社会福祉協議会では住み慣れた地域でいきいきとした生活、楽しい時を過ごすため趣味やスポーツを通して仲間づくりの場としてふれあいサロンを行っています。みなさんお気軽にご参加ください。

折り紙教室	囲碁・将棋サロン	大きな声で歌う会	麻雀教室	いきいき体操	ラジオ体操
毎月第1火曜日 10:00~12:00 担当者 山岸 場所 鈴が峰会館	毎週火・木・土 13:00~16:00 代表者 汐浜 場所 鈴が峰会館	毎月第1月曜日 10:30~12:00 担当者 加藤 場所 鈴が峰会館	毎週 月曜日 13:00~16:00 担当者 藤井 場所 鈴が峰会館	毎月第2・4金曜日 10:30~11:30 担当者 吉野・宮下 場所 鈴が峰会館	月曜日~金曜日 土・日・祝日、雨天中止 6:30~ 場所 ゴリラ公園
「エール」	子育て広場	カラオケ愛好会(年輪会)	ピンポン教室	どんぐりウォーク	鈴ラン体操
毎月第1水曜日 13:00~15:00 場所 鈴が峰会館2階	毎月第3月曜日 9:30~11:30 代表者 小口 場所 鈴が峰会館	毎月第1・3木曜日 10:00~12:00 代表者 阿草 場所 鈴が峰会館	毎月第2・4火曜日 10:00~12:00 担当者 山本 場所 児童館	毎月第4木曜日 代表者 兼重 場所時間はその都度	毎月第1・3金曜日 10:30~11:30 担当者 原井・立川 場所 鈴が峰会館

※お問い合わせ先 鈴が峰会館(平日の金曜日午前中) 電話 209-0331 鈴が峰町 37-4
 社会福祉協議会 梅崎千鶴子 電話 277-9220

卒業式 鈴が峰小学校・井口台中学校

3月7日に井口台中学校で卒業式がおこなわれ、83名が巣立ちました。

また、19日には鈴が峰小学校で卒業式がおこなわれ、29名が巣立ちます。

卒業生と保護者のみなさま、本当におめでとございます。



子ども会だより

大縄跳び大会!



1月28日(日)、西区スポーツセンターにおいて第44回西区子ども会冬季競技大会(長縄とび)が行われ、鈴が峰学区子ども会として参加しました。

大会に参加するにあたり、1月の寒い中でも子ども達は鈴が峰小学校の体育館で事前練習を2日間に渡り行い、当日に挑みました。久しぶりに出場した大会。子ども達のやる気は驚くほど満ち溢れ、いざ当日。練習の成果は上手く出すことができませんでしたが、子ども達のやる気はこの子ども会よりも強かったと思います。参加した子ども達からは、「とても楽しかった」との感想が聞かれました。今後も、鈴が峰学区子ども会として楽しめる行事を行ってまいります。

とんどまつり2024会計報告

令和6年 1月 14日 実施	
収入	決算
社協事業費	250,000
その他	10,000
合計(A)	260,000
支出	決算
振る舞い	136,078
餅つき用もち米	0
草津八幡宮玉串料	10,000
ゴミコンテナ	0
レンタカー	0
用具費	27,134
事務費	19,202
その他経費	62,322
予備費	0
合計(B)	254,736
差引残高(A)-(B)	5,264

上記残高を一般会計に返戻致します



献血のお願い



今年も下記の要領で献血推進活動を行います。昨年は5月15日～28日に実施し、67名の方にご参加いただき、実際に献血ができたのは49名とのことでした。実は、献血の間隔と一年に行える回数についてはルールがあります。下記の点に注意して、定期的に献血をおこなっている方は、ぜひ推進活動期間にご協力をお願い申し上げます。ささやかながら、お礼品があるそうですよ…
詳細は後日、自治会を通してチラシを配付いたします。

【献血の間隔と回数】

- 12週間は空ける。
- 男性は年に3回まで。
- 女性は年に2回まで。

令和6年 5月下旬

○献血ルーム「ピース」(サンモール前)

平日/9:00～12:00 13:30～17:00 土日祝日/9:00～17:00

○献血ルーム「もみじ」(本通り電停前)

平日/10:30～13:30 15:00～18:30 土日祝日/10:30～18:00



作 尾上 育子さん

第5住宅・ビューハイツ前 歩道工事

現在、第5住宅・ビューハイツ前の歩道で工事が行われています。車道と歩道の上に柵を設け、歩道を拡張する工事です。

近年、車が歩道に乗り上げる事故が増えています。柵を設けることで、鈴が峰小学校の登下校児童の安全を守ります。また、歩道を広くすることで通行の利便性が向上します。

近隣の方々にはご迷惑をおかけしますが、よりよい住環境に向けての取り組みです。どうぞ御協力お願い申し上げます。



どんぐりウォーク



お花見シーズンに入ります。今年は岩国市「錦帯橋」の桜を満喫したいと、少し足を延ばしました。草津町の「潮風タウンウォーク」と合同企画です。弁当持参でゆっくりした時間を過ごしましょう。

日時：3月28日(木) 10:00

集合場所：JR新井口駅

目的地：錦帯橋(JR川西駅から約1.5km)、現地解散
持参品：帽子、タオル、弁当、飲み物、敷物、ポイント手帳、必要なら雨具

「エール」

～自分らしい人生を送りたいあなたに～

日時：4月3日(水) 13:00～15:00

対象者：どなたでも

場所：鈴が峰会館2階

参加費：100円

問合せ先：鈴が峰会館(金曜日午前中)

☎209-0331 鈴が峰地区社会福祉協議会
毎月第1水曜日に、水田博子先生と俳句を楽しんでいます!

3月の一句

八十路の春なおも一兔を追ひながら

オレンジカフェすずがみね (認知症カフェ)

日時：4月20日(土) 13:00～16:00 出入り自由

場所：カ田病院1階リハビリ室
参加費100円 コーヒーとお菓子付

イベント：14:00～15:00
「高齢期を元気に過ごすための食事(仮)」
講師：原田佳子様

※必ずマスク着用でご参加ください。
認知症に関する相談も随時お受けしています。
【高齢者いきいき活動ポイント対象事業】