



HP でご覧いただけます。

# ふれあい

★行動目標★

## 「心の通いあう やさしいまち 青島地区をめざして」

### ＜地区社協福祉講演会＞開催！ 「認知症にならないために なった時のために」

2月14日（金）、青島南地区交流センターにおいて、「認知症」をテーマに、橋爪和弘先生（平成記念病院）を講師としてお招きし、定員60名を超える約80名の地域の方が参加し開催しました。

認知症の種類や特徴、運動や食事など認知症になりにくい生活行動のお話や早期診断、早期治療が大切と助言をいただき大変勉強になりました。



### ＜障害者との交流会＞ 「遊笑舎」・「ハルモニア」を訪問し交流会実施！

地区社協企画委員会では、「障害を知る」をテーマに、障害の方との交流を進めるため、障害者福祉サービス事業所を自治会長・企画委員が訪問する交流会を企画し実施しました。



（ハルモニア：ズンバで交流）

「遊笑舎交流会」は、1月30日（木）に4名、2月6日（木）に6名が参加し、「ハルモニア交流会」では、2月20日（木）に6名が参加しました。

参加者からは、異口同音に「イメージと実際は全く違う」・「スタッフの方は熱意をもって障害者一人ひとりに寄り添って支援されており、障害者の方がニコニコしていた」・「自分にも何かできそうな感じがした」・「大変意義のある交流会だ」などの感想があり、今後の交流拡大に期待しました。



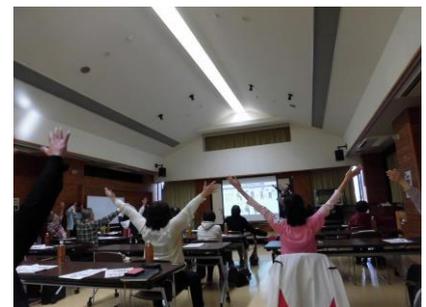
（遊笑舎：説明を熱心に聴く）

### ＜ふれあいサロン研修会＞ サロンボランティア対象、理学療法士による 「正しい歩き方を知ろう」研修会実施！



1月24日（金）、青島南地区交流センターにおいて、サロンボランティアの方々が、今後も元気に活躍していただくため、小原智永先生（榊リハライフサポート）を講師に正しい歩き方等を学ぶ研修会を行いました。

参加者 20 名は、「健康寿命を延ばす歩行法」を学び、「藤口体操」でウォーミングアップした後、正しい姿勢で第 2 開寿園まで往復（約 2 km）して歩き方を確認しました。第 2 開寿園では温かいお汁粉をごちそうになり元気になりました。



## ～ 青島地区の人と人がつながる場所・機会を紹介～

青島地区の「高齢者サロン」「子育てサロン」「居場所」「手助け活動」「子ども食堂」「ふじえだアクティブクラブ」を紹介します。ちょっと寄ってみませんか？

高齢者サロン		
高齢者の介護予防や地域のつながりを深めることを目的としたふれあいの場です。		
団体名	活動場所	対象エリア/対象者
もえぎの会	瀬古第3町内会館	瀬古第3町内会
瀬古ワンツ-ふれあいサロン	瀬古町内会館	瀬古第1・2町内会
ほっと駿河台	駿河台コミセン	駿河台町内会
Fサロン	芙蓉台会館	芙蓉台町内会
さくら	追分西協同会館	追分西町内会
志太ふれあいサロン	志太公民館	志太第1～5町内会
駅前おしゃべりカフェ	藤枝市文化センター	青島第4自治会
メゾンふれあいサロン	M/ソングラツ藤枝 13F	M/ソングラツ藤枝町内会
陽だまりの会	田沼南公会堂	田沼南町内会
青南町ふれあいサロン	青南町公会堂	青南町町内会

子育てサロン		
子育て中の保護者と子どもと一緒に参加するふれあいの場です。		
いないいないばあ ちろりん村	青島第1自治会館 —	前島及び近隣地区 青島及び近隣地区

居場所		
いつでも、誰でも、気軽に立ち寄れるふれあいの場です。		
縁が輪	芙蓉台会館	芙蓉台町内会
健康遊タデー	追分町内会館	追分町内会
ほっとな居場所 輪笑	志太 2-1-34	どなたでも
となりっち	藤枝市文化センター	市内/視覚障害者
くつろぎカフェかいらハウス	かいらハウス前島 2-2-5	どなたでも
夕焼けサロン	かいらハウス他	どなたでも
こどものフリースペース	青島第1自治会館	青島地区
ぴよんたろう		小学生～高校生
田沼支え愛の会	田沼 4-8-36	田沼南町内会（原則）
しゃべりばアイビー		どなたでも

手助け活動		
地域の人と人との絆を大切に、生活支援やちょっとした困りごとへの手助けをボランティアや会員同士の互助により行う活動です。		
駿河台支えあいの会 「ぼちぼち」	駿河台支えあいの会	青島第5自治会
はちすけ	青島第8自治会	青島第8自治会

子ども食堂		
地域の人とふれあい、学習支援の場でもあり、無料または低料金で食事の提供を定期的に行う子どもの居場所です。		
ほっとちゃん	志太 2-1-34	どなたでも
おいわか ども食堂	かいらハウス前島 2-2-5	市民（要予約）

**ふじえだアクティブクラブ** 介護予防・重度化防止を目指す住民主体の介護予防教室です。藤口体操などの介護予防に取り組んでいます。

団体名	活動場所	活動日時
ロコモ予防体操教室	追分町内会館	毎木曜日13:30～14:30
リズム体操	三軒屋ふれあい会館	毎月曜日10:00～11:30
ロコモ体操 青木	青木公会堂	毎木曜日13:30～15:00
駅北体操クラブ	藤枝市文化センター	毎火曜日10:00～11:30
田沼スマイル	ウエルシア藤枝田沼店	毎火曜日11:00～12:00
ロコトレクラブ 2019	静岡県武道館	毎火曜日13:30～15:00
青島南若返り運動クラブ	青島南地区交流センター	毎水曜日13:30～14:30
ロコモ若返り体操教室 第2開寿園教室	第2開寿園 地域交流室	毎水曜日13:30～14:30

問い合わせ先	団体名	連絡先
高齢者・子育てサロン	市社会福祉協議会福祉推進課	054-667-2940
居場所	同上	同上
手助け活動	同上	同上
子ども食堂	市こども・若者支援課	054-643-7227
ふじえだアクティブクラブ	市地域包括ケア推進課	054-643-3225

地域ふれあいガイドマップより抜粋  
(地区交流センターなどに配架されています)

高齢者サロン：Fサロン（ゲーム中）



居場所：縁が輪（子どもも高齢者も同時に利用）



手助け活動：はちすけ（親睦会で交流中）



ふじえだアクティブクラブ（藤口体操中）



### 《市社協助成事業（赤い羽根共同募金の活用）紹介》

○レターケースの購入で、名札・書類等を整理保管して、すぐに取り出せるようになりました。

志太ふれあいサロンでは、会員の名札を保管し、色々な書類を会員に配布したり社協へ報告したりしています。

今回、専用レターケースを購入し、名札・書類を整理整頓して保管できるようになり、大変助かっています。

