

福祉部

生活環境部



がんばらなくてもできる
「転倒予防」について

健康講座を開催

11月15日(木)午前10時から、市民センター2階ホールにおいて、福祉部、生活環境部共催で「主体会病院・総合リハビリテーションセンター」認定理学療法士・石野聡さんを講師に迎え「がんばらなくてもできる転倒予防について」の講座を開催しました。

詳しいデータとともに、「高齢者が転倒して骨折しやすい状況」や「転びにくく転んでも骨折しにくい“からだづくり”の大切さ」など、分りやすく丁寧に話していただきました。

また、転びにくい“からだ”を作るために「ちょいトレ」を教えていただき、皆さんも一緒に楽しく筋トレにチャレンジしていました。

参加者は32名でした。

“ちょいトレ”にチャレンジする皆さん



石野 聡講師



文化広報部



第27回史跡めぐり「**犬山城と寂光院**」



犬山城をバックに 参加された皆さん

11月21日(水)講師に佐藤誠也さんを招きバスで「寂光院と犬山城」を訪ねました。車中で(犬山の見どころ)を教えていただき、千手観音菩薩の「寂光院」へ。七福神の名前が付けられた階段を上ると、紅葉に彩られた素晴らしい眺めでした。心の痛みを分かち合っ下さる仏様や、小鳥のさえずりに心が癒されました。

午後はガイドさんの説明を聞きながら、現存する日本最古の木造天守閣で有名な国宝「犬山城」と街並みをゆっくり散策、「からくり展示館」や車山(やま)の片側を持ち上げ180度回転するさまから名づけられた「どんでん館」などを見学しました。

お天気にも恵まれ49名の参加者と共に、歴史の重みを感じることができた1日でした。



ボランティアガイドの説明を聞きながらの散策



平成最後の「塩浜文化祭」開催

各ブースのスタッフから



開会式 今村実行委員長のあいさつ



塩浜農楽隊の演舞



ボク搗けるかな？



中北薬品のブース



マニツ医療福祉大学校・学生のダンス



四日市商業高等学校 ギター・マンドリンクラブ



交通安全の啓発・展示



バザーの賑わい



展示品に見入る皆さん



御蔭町1丁目獅子舞の熱演



ポスター



軽食・喫茶コーナーにて

秋晴れの10月28日(日)午前9時から地区市民センター、昭和四日市石油体育館の2会場で、平成の締めくくりの「塩浜文化祭」を盛大に開催しました。

開会式に続いて塩浜音頭愛好会の皆様の踊りから、各種イベントが順調にスタートしました。

地区市民センター会場では餅つき、各種バザー、軽食喫茶などたくさんの方であふれていました。作品展示でも皆さんの力作で見応えがあり、一点一点じっくりご覧になっていました。

昭石体育館会場では、まちづくり構想策定委員会のオープンハウス、健康フェスティバル・お薬・栄養、介護各種相談など各ブースは行列、時間待ちのお客で大盛況でした。

午後は、ユマニテクの学生によるダンス、塩浜農楽隊の演舞、御蔭町1丁目の獅子舞、四日市商業高校ギター・マンドリン演奏など充実した内容で、入場者が途切れず約800名の参加があり成功裏に終了しました。

福祉部



待ってたよ！ ふくしサロン in 小浜町

小浜町では、月1回「ふれあいサロン」を開催していますが、今回は「ふくしサロン」と一緒に開いていただきました。

11月7日（水）とても暖かい日になり、窓を開放して涼しい風を感じながら32名の参加者が、コーヒー、抹茶、お菓子と、お話と笑いであっという間の時間を過ごしていただきました



談笑する参加者の皆さん

福祉部



ふくしサロン in 馳出町

11月22日（木）馳出町倶楽部において「ふくしサロン」が開かれました。

雨も心配される肌寒い日でしたが、ご近所の友達を誘いあって32名の方に参加していただきました。

暖かいコーヒー、お抹茶、美味しい団子を頂きながらおしゃべりを楽しみ、身も心も温まるひと時でした。



楽しいお喋りの時間でした



12月～(H31) 1月 行事予定表

日	曜	12月 / 行事名	日	曜	1月 / 行事名
1	土	人 人権コンサート	1	火	
2	日	生 クリスマスリース作り	2	水	
3	月		3	木	
4	火		4	金	
5	水	全 社協のP 12月号発行	5	土	
6	木		6	日	
7	金		7	月	
8	土		8	火	
9	日		9	水	
10	月		10	木	全 社協のP 1月号発行
11	火		11	金	
12	水		12	土	
13	木	福 ふくしサロン(中里町)	13	日	
14	金		14	月	
15	土		15	火	
16	日		16	水	
17	月		17	木	
18	火		18	金	福 ふくしサロン(市民センター)
19	水		19	土	
20	木		20	日	
21	金		21	月	
22	土		22	火	
23	日		23	水	
24	月		24	木	
25	火		25	金	
26	水		26	土	文 新春落語会
27	木		27	日	
28	金		28	月	
29	土		29	火	
30	日		30	水	
31	月		31	木	