

# 【ふだんの暮らしに幸せを】

## 重富校区コミュニティ協議会

### ◆福祉部 だより◆ No.7

#### 《今年度の活動事例のご報告》

浅春の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。  
日頃より当部の活動にご理解を頂いています事を厚く御礼申し上げます  
さて、今年度の当部の活動も3月21日(火)の福祉部会で終了いたしますが、  
今年度は重富校区で活動している13のいきいきサロンを順次訪問して、個々のサロンの特徴や活動事例を写真を用いてご紹介してまいりました。  
今回はその他の活動の様子を下記に紹介させていただきますのでご一読ください。

平成29年3月1日発行  
重富校区コミュニティ協議会  
〒899-5652  
鹿児島県始良市平松6252番地  
Tel 0995-73-7174  
Fax0995-73-7177  
sigetomi-aikomi@po5.synapse.ne.jp  
福祉部 嘉藤 健

#### — 記 —

### 1. 年末共同募金活動

毎年11月から12月にかけて始良市社会福祉協議会の要請により、重富小学校の4年生から6年生の児童に参加を呼びかけ募金活動を行っています。

今年度は11月13日(ニシムタ重富店)、12月4日始良ふるさと祭り(始良公民館)  
12月18日(クッキー重富店)に、合わせて15名が元気よく募金活動をしました。

#### 【11月13日ニシムタ店頭での募金活動】



「共同募金にご協力  
をお願いしま〜す」

#### 【12月18日クッキー店頭での募金活動】



## 2.福祉部研修の開催

### ◆健康寿命を延ばし地域で安心して暮らせる知識を多方面から学ぶ◆

2月15日(水)、『健康長寿を運動・食事・口腔ケアから考える』をテーマに講師を招き、福祉部所属の部員37名が参加して、重富地区公民館を中心に行いました。

研修で学んだ事は日々の活動を通して、地域の皆様にお伝えできると思います。

#### ●健康維持に必要な運動について [講師：市社会福祉協議会 塩入様]



筋力は年齢に関係なく  
鍛えることができます ♥



#### ●高齢者の食事と栄養について[講師：リバティウェルネス(株) 竹中様]



身体が不自由になっても美味しく  
食べることは、出来ますよ~ ♥



#### ●口腔医療領域から考える健康長寿[講師：ミスミ歯科の三角龍太郎先生]



歯は命の泉  
しっかり口の中を  
ケアしましょう！  
＼(^o^)/

あいうべ体操は健康長寿への道しるべ

《公民館で昼食》

介護用什器も使った食事。

講義内容を生かしたお弁当、..  
美味しかった！ ちょっぴり  
恥ずかしくて顔はx

