

いなほ



第 39 号

七里地区 社会福祉協議会

【発行】

会長 山田 長吉

【編集】

広報部

〒337-0014

さいたま市見沼区大谷2022-1

(敬寿園七里ホーム内)

電話・FAX 048-687-9997

<http://7sato.sakura.ne.jp/>E-mail : nanasato-shakyo@nifty.com

子育てサロン「つくしんぼ」は、幼稚園入園前の子どもとその母親を対象に開催しています。紙芝居や絵本読み、季節の童謡を歌ったり、親子でふれあいながら楽しめる手遊びなど毎回工夫を凝らした内容になっています。

見沼区役所支援課・保健センター・児童センターの専門職員が応援に参加し、身体計測や子育て相談も実施しています。母親の相談にも即時に対応しています。

核家族化の進展に伴い、母親一人で育児を行う家庭が多くなっており、一人っ子も増えていました。母親の孤立化を防ぎ、同時に友人作りの機会となることや、同世代の子どもと遊ぶ機会が得られます。

また、今回は、バルーンアートの達人が加わり、リクエストに合わせて様々な作品を創り、最後はそれぞれがお土産として持ち帰る事が出来ました。次回も来訪して頂けると思いますので、多くの皆様のご参加をお待ちしています。

子育てサロン「つくしんぼ」

子育てサロン「つくしんぼ」

広報部 水村洋子

平成二十八年度定期総会開催 「新年度スタート。」

五月十五日（日）七里公民館レクホールで総会が開催されました。
見沼区長・市社会福祉協議会見沼区事務所長・副所長ご出席のもと議事はスムーズに進められ、二十七年度事業・決算報告、二十八年度の事業計画・予算について審議が行われ、全会一致で承認されました。



主な質疑事項等
事務所維持管理基金については、現事務所を確保するまで大屋さんの「厚

意に頼るなど苦労してきましたが、この基金を活用し、県の協力も得て二十六年十一月に敬寿園七里ホーム内に事務所を構えることができました。
今後ますます高齢化が進みますとともに、子育て支援や地域見守り機能の強化など地区社協に課せられる課題は増大してまいります。

また、東日本地震や熊本・大分地震のようにこの地区もいつ震災が起ころかわからない状況です。いざと言う時のために災害備品の整備や見守り体制を強化していかなくてはなりません。
こうした課題への対応の拠点としての機能を果たしていくために、今後、基金をさらに充実し、有効に活用していくことになりました。

山田会長挨拶

九州熊本では大きな地震が起これり、当社協でも義援金を集め災害地にお送りしたいと考えております。各種募金活動も始まりますことから大変かと存じますが、「ご理解」と「協力を願い」と存じます。

今年度は、五年ごとの行動計画の見直しの年に当たり、二月から月一回のペースで会議を進めており、九月を日程に計画書を策定していく予定です。見守り活動の推進や緊急時援助体制の確立を盛り込むなど、地域における助け合いの機能の強化をはじめとし、地域の交流をさらに促進していくなど様々な課題への対応を検討していると



会長挨拶

東門前老人クラブから
主な質疑事項等
事務所維持管理基金については、現事務所を確保するまで大屋さんの「厚

さいたま市社会福祉協議会 賛助会員加入のお願い

七月・八月は会員募集強化月間です。賛助会員は、地域福祉活動を進めていく上で最も重要な財源となっています。一人でも多くの方に活動の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願いいたします。

ご協力いただける方は、当地区社協事務所へご連絡ください。



申込み・問合せ先 七里地区社協



六八七一九九九七

熊本地震災害義援金
東門前老人クラブから
一五,〇〇〇円

関連四団体総会参加者から（5／15）
一一,〇五〇円

ご協力ありがとうございます。

ひとり暮らしの高齢者を対象に行っている「ふれあい会食事業」の、食事作りをするボランティアを募集しています。

- ・ 内 容 食事づくり
- ・ 活動日 毎月第一・第四金曜日
(八月を除く)
- ・ 活動時間 第一金曜日（試作）
九時二十五分～十四時
第四金曜日（本番）
九時十五分～十四時
- ・ 対象者 七里公民館 実習室
原則七里地区在住者
- ・ 活動場所 隨時募集

一五,〇〇〇円

自治会サロジ活動紹介

大宮七里サンコープ自治会

①茶会サロン

高齢者が増える中、誰かが声をかけ、やらなければと考え、茶会サロンを思いつきました。月一回ペースで始め、毎回十名ほどが参加してくれます。メンバーはいろいろ変わりますが一年続きました。場所は集会所を使い、百円の参加費をいただきながら運営を続けています。すべて自己負担のボランティアで仲間作りをやっています。多くの方が参加していただけるように、興味の持てる事業を企画しながらサロン会への参加を呼び掛けています。

今回は介護保険、介護施設、介護予防運動などのお話を花が咲きました。



②七彩会サロン

この会は高齢者の支援、自治会行事の支援、地域パトロールなど幅広く応援する会です。自主的に行う集まりであり、住みよい居住空間ができるよう努めています。月一回の会議を開催して情報交換を行い、良きアドバイスができるように努力しています。草刈り作業や防災訓練のお手伝い、地域パトロールの実施、居住者の悩み事相談などなんでも受け付けています。いつも十名から十五名が集まり雑談会議をしております。開催から六年目になります。



写真は平成二十八年六月一日の住居内の除草作業の様子です。居住者から突然ビールの差し入れがありました。
広報部 山川好英



大谷第二自治会

折り紙サロン

毎月第三日曜日に、折り紙のサロン会が開催されています。高齢者と子ども達との世代間交流の場となっています。

季節にちなんだ折り紙を、毎回、一三種類折っています。

また、十二月には、クリスマス会として、ゲーム大会も行われています。



折り紙サロン



クリスマスゲーム大会

東門前第一自治会、神宮台自治会では「うんどうサロン」、風渡野第二自治会では「歌声サロン」が開催されています。

地区社協では、自治会サロンに対しても活動運営補助金を出してあります。各自治会においても是非自治会サロンを立ち上げ、交流の場を設けてください。

また、活動の様子もご報告ください。

『基本チェックリスト』を受けてみよう 生活機能・心身の健康



— 日常生活で必要となる機能（生活機能）や心身の健康状態の確認 —
(いつまでも自分らしく、いきいきと暮らすために・・・)

実施場所：見沼区役所高齢介護課または地域包括支援センター（敬寿園七里ホーム）

対象：介護保険の要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方

費用：無料

実施方法：25項目の簡単な質問「はい」・「いいえ」で答える



元気な方

(一次予防事業対象者)

現在は心配ない方
(介護予防に取り組もう)

うんどう教室

生きがい健康づくり教室

シニア健康教室

連絡先：見沼区役所 高齢介護課
☎ 681-6068

元気アップシニア

(二次予防事業対象者)

介護予防教室の参加を勧める方
(介護プログラムについて説明)

元気回復トレーニング教室

お口の健康教室

ふれあい教室

はつらつ元気教室

運動器の機能向上教室



介護予防教室

教室名	内 容
元気回復トレーニング教室	ストレッチやウォーキング、各種体操など
お口の健康教室	口腔ケアの講義や唾液腺マッサージの指導など
ふれあい教室	レクリエーションやゲーム、軽運動、頭の体操など
はつらつ元気教室	体操、頭の体操、簡単な器具を用いた運動、各種講義（栄養改善・口腔ケア・認知症等）など
運動器の機能向上教室	マシンを使った筋力トレーニング

地域包括支援センターの介護者サロン

けあけあ交流講座

介護や医療等についての勉強会・交流会

13：30～15：00

8／27（土）介護教室

9／27（火）お薬教室

11／27（日）介護教室

1／27（金）マッサージ教室

2／27（月）介護・福祉用具教室

ななさとサ回シ（毎月第2水曜日）

介護の話や悩みの相談、語らいの場

13：30～15：30

8／18

9／14

10／12

11／9

12／14

1／11

2／8

3／8

☆開催場所・お申し込み・お問い合わせ☆

地域包括支援センター 敬寿園七里ホーム

☎ 048-681-6614



満開の桜

心配していた雨も上がり、最高の桜日となりました。七里公民館から十王尊、大和田の天然記念物ムクノキから大和田緑地公園、大和田体育館前を通り見沼田圃の菜の花を観賞し、市民の森見沼グリーンセンターへと足を進めました。大和田緑地公園の高台から大宮第一公園を眺める桜は最高で、参加者の皆さんから歓声もあるほど見事な景色でした。

菜の花は、NPO法人地域人ネットワークにより菜種油が作られています。

十一月に開催される見沼区のふれあい



四月五日（火）開催

二十名参加

フェスティバルで販売されているとのことです。
市民の森で昼食をとり、大砂土東公民館・蓮沼の八雲会館から七里公民館へと戻つてきました。

鷺神社の境内には、沢山のムクロジ

の実が落ちていました。

参加者の方からの解説によると、「子どもが患わない、病気をしない」という意味で「無患子」と書くそうです。夏には枝先に多数の淡緑色の小花を円錐状につけ、果実は球形で黄褐色。黒色の種子は追羽根の球や数珠に用い、果皮はサボニンを含むため、昔は石鹼のように利用されたそうです。

また、うんどうサロンの指導者の協力による準備体操・整理体操を行うなど心身の健康の増進を図っています。思う存分自然に触れられ、交流も活発に行われたウォーキングとなりました。次回は、十一月の予定です。

参加をお待ちしています。



シニアのみなさん アクティブチケットをご存じですか？

無料または割引料金で施設が利用できるチケットです。
平成28年4月1日より利用施設が拡大しました。



アクティブチケットとは、①～③のいずれかに当てはまる方が公共施設等を、無料または割引料金で利用できるチケットです。（※交付されたご本人のみが使用できます。）

問い合わせ先・申請窓口：見沼区役所高齢介護課 ☎ 681-6067

①市内に住民登録がある75歳以上の方

②介護ボランティア制度、長寿応援制度に登録している方のポイント交換時

③介護予防教室（1次・2次）に参加された方で65歳以上の方

1次予防教室とは

うんどう教室

生きがい健康づくり教室

シニア健康教室

2次予防教室とは

元気回復トレーニング教室

お口の健康教室

ふれあい教室

はつらつ元気教室

運動器の機能向上教室

利用できる施設は

うらわ美術館

大宮盆栽美術館

西楽園

さいたま市宇宙劇場

見沼ヘルシーランド

市内各市民プール 他

事業紹介

七里公民館

園芸サロン

原則毎月第4土曜日
9:30~12:00

NHK「趣味の園芸」の元講師船越亮二さんの指導により、庭木・草花の管理や植物の観賞会など、趣向を凝らして楽しく開催されています。植物に興味のある方、家庭で栽培を行なっていて疑問などをお持ちの方は気軽に参加してください。

随時受付しています。
12月には、毎年「正月用の寄せ植え」を行っています。



新宿御苑観賞会

歌声サロン

毎月第2火曜日
13:00~15:00

①童謡・唱歌を歌おう

歌唱指導の杉原先生のもと、沢山の方々が参加し、福田京子さんの伴奏、コーラスグループ「はなみずき」の皆さんの協力で毎月一回公民館で楽しく開催されています。

思い出の名曲や唱歌・童謡を楽しむ力いっぱい声を出して合唱しています。

参加者のリクエストに応えて、様々なジャンルの歌にも挑戦しています。



②世界の名曲を歌おう

毎月第4水曜日 14:00~16:00

七里コミュニティセンター多目的ホールで開催しています。世界の数々の名曲を皆さんで楽しく合唱しています。杉原先生や「はなみずき」の皆さんによる歌の披露もありとても楽しい会となっています。

随時、参加できますので気軽にお出かけください。



**七星
コミュニティ
センター**

ふれあい会食サービス

毎月第4金曜日(8月除く)
11:00~13:00



70歳以上の単身高齢者の方と地域の方々との交流を深めるために「ふれあい会食サービス」を開催しています。

会食ボランティア「虹の会」の協力に支えられ、毎月1回(8月を除く)行われています。

季節の食材を生かしながら趣向を凝らした献立作りを行っています。

アトラクションもあり、楽しい一時を過ごすことができます。

参加ご希望の方は、担当民生委員または、地区社協事務所へご連絡を



ランドラサロンⅠ

毎月第3木曜日
13:00~15:00

ストレッチ体操や脳トレゲーム、健康講座などを取り入れ、さいたま市のうんどう遊園指導者、地域包括支援センターの協

力で開催されています。年に一度、生活機能測定を行い、自分の体力の向上を確認することができます。

随時、参加できますので気軽にお出かけください。



ランドラサロンⅡ

毎月第2木曜日
10:00~12:00

子育てサロン 「つくしんぼ」

毎月第4水曜日
10:00~11:30

親子どうしの友だち作りや情報交換の場として、楽しく交流が行われています。定期的に見沼区の保健センターや支援課、春野児童センターの協力により、健康、栄養、育児相談のほか、親子体操を行うなど趣向を凝らして開催しています。

親子体操・手遊び、紙芝居、自由遊びや親どうしの情報交換や友達作りなどもできます。

随時参加できますので気軽に参加してください。



◇お知らせ◇

※詳細は地区社協事務所まで

夏休み子ども講座

絵画教室



日時	場所	内容
七月二十九日（金）十時～十二時	七里公民館 レクホール	昆虫の不思議な世界 「びっくり虫・変な虫教室」 虫の生態を学ぼう



昆虫のおはなし

日時	場所	内容
七月二十七日（水）十時～十二時	七里公民館 レクホール	夏休みの課題 作品製作 ～世界にひとつだけの 絵を描こう～

健康講座
口腔ケアの大切さ

日時	場所	内容
九月二十五日（日）十三時～十五時	七里コミュニティセンター 多目的ホール	オペラ鑑賞とトーク ピアノ演奏 加茂下稔氏と仲間たち 夏休みの自由研究にしてはいか がですか？

日時	場所	内容
九月六日（火）十時～十一時三十分	敬寿園 七里ホーム	「お口の健康・体操」 ～健康は自分で守ろう～ 埼玉県歯科衛生士会

車椅子の貸し出し



自治会サロン事業への助成
七里地区社協では、自治会が主体となり、情報交換や見守りの一部を補助しています。自治会住民が気軽に集まり、交流を深める場を立ち上げてください。詳しくは、地区社協にお問い合わせください。

一時に車椅子が必要とされる方に、介助用・自走用車椅子の貸し出しを行っています。
ご利用になりたい方は、地区社協にお問い合わせの上、ご利用ください。



平成二十八年度も広報紙は年三回、ミニ通信は毎月発行していく予定です。これからもより良い情報をより見やすくお届けしていきたいと思いますので、今後とも皆様のご指導とご支援よろしくお願い申し上げます。
ご意見・ご要望がありましたら当地区社協事務所までお寄せください。
お待ちしています。

七里地区社協事務所
開設日時 月曜日～金曜日
午後一時～六時まで
(祝日及び年末年始は除く)
TEL・FAX 六八七一九九九七

編集後記