

「ひまわり会10周年記念 認知症予防講習会&懇親・区政報告会」

認知症を知ろう！

文京区老年学習会 平成30年9月12日(水) 18時～18時30分

- 今日の予定
- 脳の機能について
- 認知症のしくみや種類について
- 認知症予防について
- みんなで脳トレーニング
- ＜配布資料＞
- 文京区認知症ケアパスハンドブック
- 文京区もの忘れ速見相談ハンドブック

文京区 高齢福祉課 認知症・もの忘れ相談窓口 担当 渡辺



会場は護国寺の本坊をお借りしました。第1部「認知症予防講習会」は「認知症を知ろう！」をテーマに①脳のしくみ②認知症の仕組みや種類について③認知症予防について④みんなで脳トレーニングの講習を受けました。脳を活性化する「グーパー体操」「後出しじゃんけん」など、楽しみながらできる体操も教わりました。



講習の後は、今年も被災地などでボランティア演奏をしている「コミット」さんを招いて「懐かしい昭和歌謡を歌おう！」を行いました。声を出して歌うことは、脳の活性化になり認知症予防になります。オカリナ、フルートの演奏はとても素晴らしく、皆さんで楽しく合唱しました。



第2部は「区政報告・懇親会」です。お忙しい中、辻衆議院議員が駆けつけてくださいました。幹事を代表して大矢さんから挨拶をしていただきました。美味しいお弁当を頂きながら、皆さんと楽しいひと時を過ごしました。



「ひまわり会」10歳の誕生日。ハッピーバースデーを唄いケーキの代わりに、福祉作業所の「猫のクッキー」でお祝いしました。受付でも福祉作業所のパンを販売しましたところ、皆さんのご協力で完売しました。えびさわいこから区政報告があり（詳細下記参照）、最後は大里さんの音頭で手締めをし終了しました。



お帰りには「ひまわり」を1本ずつお渡ししてお見送りしました。たくさんの方にご出席いただきありがとうございました。

晩秋の候、皆様におかれましてはご健勝のこととお慶び申し上げます。
えびさわいこ「ひまわり会」は皆様のお力添えのおかげで、7月に無事10年を迎えることができました。
10周年を記念して、9月12日に「認知症予防講習会&昭和歌謡を歌おう」を開催しました。文京区役所の認知症・地域包括ケア係の保健士さんに「認知症予防」講座をしていただきました。また、皆さんと楽しく昭和歌謡を歌いました。



ひまわり会

えびさわいこを励まし応援する

通信

Vol.48

発行：えびさわいこ
ひまわり会事務局
連絡先：〒112-0003
文京区春日1-9-27-302
<http://himawarikai.info>

えびさわいこの区政報告

1) 文京区の平成30年度予算は1000億

9月の補正予算で、平成30年度の文京区の一般会計が1000億となりました。高齢者施設の改修や、この夏の猛暑を受け小学校のエアコンの増設、1月から放映される大河ドラマ「いだてん」とのタイアップ事業などが追加されました。

2) ブロック塀の撤去と調査

大阪府北部地震では、小学校でブロック塀が倒れ児童が犠牲となる痛ましい事故がありました。

文京区では事故後いち早く、区立小中学校及び・区有施設のブロック塀の調査をし、区立学校6校、区有施設14箇所に対処が必要となりました。早急に対応をしていきます。

3) 障がい者グループホーム開設

動坂会館の跡地に、障がい者グループホーム「こみゅ動坂」が12月1日に開設されることになりました。民間事業者に、区が50年間の定期借地権設定契約をします。



文京ぶらり散歩「文京探索委員会」

9月30日に予定していたお散歩は台風のため中止させていただきました。次回は11月11日を予定しています。

次回のお知らせ

11月11日(日) お昼12時 茗荷谷駅 集合 (飲食代や入場料等は全て自己負担になります。雨天中止)

9月9日エビちゃん食育隊

イタリア料理を作ろう!

神楽坂で16年続くイタリア料理店「ラストリカート」オーナーの蓮見雅一さんにご指導いただき、夏野菜たっぷりのスパゲティオトラナー(菜園風)と生チョコレートを作りました。



News [ニュース]

12時間 リレーマラソンを 開催しました。

10月20日・21日で「文京」12時間リレー・3時間マラソンをリニューアルした文京スポーツセンターで開催しました。参加者とボランティアを合わせて、1000人を超える方が集まり大好評で終了しました。小学生の参加がどんどん増えているので来年は、小学生3kmの部を新設しようと検討中です。



台風の被害

9月30日の深夜に台風24号が文京区を襲いました。窪町小学校の校門が倒れたり、桜並木の木が折れたりと多くの被害をもたらしました。みなさまの地域は大丈夫でしたでしょうか。自然災害は時として私たちの予想を超えます。天候が悪いときなどは、どうか外出を控えるようお願いいたします。



護国寺いぬねこ里親会を 開催しました。

10月14日に「護国寺いぬねこ里親会」を開催しました。わんちゃん5匹・ねこちゃん7匹に新しい家族が見つかりました。これも皆さまが、ポスターの掲示等のご協力をしてくださったおかげです。本当にありがとうございます。



辻衆議院議員が 外交政務官になりました。

文京区選出の辻清人衆議院議員が外務大臣政務官になりました。海外に行くことも多くなるとのことですが、これからも日本のため文京区のために一緒に、頑張ってまいります。



平成30年11月のご案内

区政報告会・肥後細川庭園ライトアップ見学のご案内

秋の勉強会は肥後細川庭園「秋の紅葉ライトアップ～ひごあかり～」の見学を企画しました。園内にある『ヤマモミジ』、『エノキ』『ハゼ』に加え『松の雪吊り』が約140灯のLEDでライトアップされ、幻想的な雰囲気になります。お時間がございましたら、是非ご出席くださいますようお願い申し上げます。

- 日 時: 平成30年**11月28日(水)** 午後4時40分 ホテル椿山荘口ビー前 集合
- 行 程: 椿山荘集合⇒食事⇒肥後細川庭園ライトアップ見学⇒午後7時頃解散
- 参加費: 3,000円 (食事代・入園料含)

お申し込みは(FAX)にて<03-5684-6290>までお願いします。



【えびさわけいこより「ひまわり会」の皆様へ】

●いよいよ来年の4月が統一地方選挙です。脳梗塞で倒れた父を7年にわたり介護しました。その時の経験から「もっと人に優しい町」を作りたいと議員活動をして来ましたが、今年度は、音羽に「えびすの郷」ができました。来年度は小日向に特養老人ホームが出来る予定です。今回の「ひまわり会」に講演に来た「認知症・地域包括ケア係」も、えびさわが要望し出来た認知症対策の課です。1歩ずつ1歩ずつ、優しいまちづくりを進めていきますので、これからも「えびさわけいこ」の輪を広げてくださいますようよろしくお願いします。



えびさわけいこを
励まし応援する

ひまわり会

連絡先: えびさわけいこひまわり会事務局
〒112-0003 東京都文京区春日1-9-27-302
ホームページ: <http://himawarikai.info>